

Brecha digital para colectivos vulnerables: perspectiva de edad, discapacidad

MIRADA PREVENTIVA

PERSPECTIVA HUMANA

RIESGO LABORAL

avanta
prevención

La brecha digital hace referencia a la disparidad entre aquellos que tienen un acceso y un uso de la tecnología de la información eficientes y aquellos que no lo tienen.

Esta separación puede deberse a diferentes factores, incluyendo

- Falta de acceso a la infraestructura tecnológica o actualizada
- Falta de habilidades para utilizarla
- Falta de interés en su uso
- Falta de adecuación de las herramientas a las discapacidades existentes

¿Pensáis que en vuestra organización la digitalización se ha implantado más rápido de lo que algunas personas han podido asumir?

BRECHA DIGITAL COMO RIESGO LABORAL

Cuando una persona no domina las herramientas, no están adaptadas a sus capacidades, esto tiene consecuencias directas.

Es un RIESGO LABORAL que debe incorporarse a la evaluación de riesgos, por lo que vamos a ver, pero...

**LO ESTAMOS TENIENDO EN CUENTA
ESTUDIAMOS LA EXISTENCIA DE BRECHA DIGITAL**

ART. 25 LEY 31/1995

Artículo 25. Protección de trabajadores especialmente sensibles a determinados riesgos.

1. El empresario garantizará de manera específica la protección de los trabajadores que, **por sus propias características personales** o estado biológico conocido, incluidos aquellos que tengan reconocida la situación de discapacidad física, psíquica o sensorial, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo.

A tal fin, deberá tener en cuenta dichos aspectos en las evaluaciones de los riesgos y, en función de éstas, adoptará las medidas preventivas y de protección necesarias.

ART. 4 R.D. 39/1997

A partir de dicha evaluación inicial, deberán volver a evaluarse los puestos de trabajo que puedan verse afectados por:

- a) La elección de equipos de trabajo, sustancias o preparados químicos, **la introducción de nuevas tecnologías** o la modificación en el acondicionamiento de los lugares de trabajo.
- b) El cambio en las condiciones de trabajo.
- c) La incorporación de un trabajador cuyas características personales o estado biológico conocido lo hagan especialmente sensible a las condiciones del puesto.

Personas con discapacidad



avanta
prevención

PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Barreras digitales distintas según su discapacidad
(Trabajador/a sensible)

- VISUAL

- Contraste insuficiente
- Tipografías pequeñas
- No compatibilidad con lectores de pantalla



avanta
prevención

PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Colectivo heterogéneo. Barreras digitales distintas según su discapacidad (Trabajador sensible)

- AUDITIVA
 - Videos sin subtítulos
 - Instrucciones solo por audio
 - MOTORA
 - Botones pequeños o muy próximos
 - Campos que exigen mucha precisión
 - COGNITIVA
 - Exceso de texto
 - Interfaces con demasiada información



HERRAMIENTAS DIGITALES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD AUDITIVA

- Herramientas digitales para personas con discapacidad auditiva
- [Audio en texto para WhatsApp](#): permite transcribir todos los audios recibidos a whatsapp.
- [Pedius](#): Permite a las personas sordas realizar llamadas telefónicas. Durante la llamada una voz lee lo que se escribe y todo lo que dice el interlocutor es convertido a texto en tiempo real.
- [Visualfy](#): es una app que ofrece una solución a los múltiples avisos (sonidos) que se reciben diariamente en los dispositivos y que facilita que esta información a tiempo real llegue de manera visual y sensorial.
- [Sordo ayuda](#): esta aplicación ayuda a personas sordas traduciendo la voz a texto, facilitando de esta manera la comunicación oyente-sordo.
- [Rogervoice](#): subtitula las llamadas telefónicas.

HERRAMIENTAS DIGITALES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL

- [BrailleBack](#): esta aplicación permite conectar una pantalla braille compatible al dispositivo por Bluetooth. Se utiliza junto con la aplicación TalkBack para ofrecer una experiencia combinada de voz y sistema braille.
- [Google Talkback](#): es una audioguía dentro de sistema del móvil, con comentarios hablados de cada menú y vibración para navegar por Android.
- [Síntesis de Voz](#): permite que un texto sea trasladado a la voz.
- [TapTapSee](#): permite hacer fotografías a objetos y que la app identifique qué son.
- [Lazarillo](#): se trata de una app que utiliza el GPS e informa de las rutas, entornos, tiendas...

HERRAMIENTAS DIGITALES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD COGNITIVA

- [DiLo](#): permite a un usuario con diversidad funcional el uso de frases ajustables a sus circunstancias, rutinas y necesidades particulares.
- [Vídeo curriculum Plena Inclusión Madrid](#): app de videocurrículum adaptada a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.
- [SoyCapaz](#): permite una mayor libertad y seguridad a la persona con discapacidad intelectual. Dispone de 4 funcionalidades básicas para el usuario: Mi Calendario, ¿Dónde Estoy?, Mis trabajos, Necesito Ayuda.
- [Autism Apps](#): app donde estar al día de las mejores aplicaciones que se están utilizando con y por las personas diagnosticadas con autismo, síndrome de Down y otras necesidades.

Perspectiva de edad



avanta
prevención

PERSONAS MAYORES: Dificultades típicas

- No se trata de capacidad, sino de experiencia

La mayoría no han crecido con pantallas ni interfaces táctiles, y su curva de aprendizaje es distinta.

- Cambios constantes en programas o apps
- Configuraciones no intuitivas
- Problemas visuales o motrices
- Miedo a romper algo, tocar lo que no debe, borrar todo...
- Tiempos trabajo más elevados



PERSONAS MAYORES: Buenas prácticas

- **FORMACIÓN PROGRESIVA**
 - No enseñar todo de golpe, por módulos y sobre todo muy prácticos
- **DISEÑO SIMPLE**
 - Instrucciones claras, botones grandes, instrucciones paso a paso
- **MANUALES VISUALES**
 - Con capturas de pantalla y explicaciones en un lenguaje sencillo
- **TIEMPO PARA PRACTICAR**
 - Darles su tiempo, apoyarles y sobre todo entenderles (Instagram, Tik Tok, Snapchat)

RIESGOS PSICOSOCIALES

La brecha digital causa un tipo específico de estrés, llamado TECNO ESTRÉS

- Miedo a equivocarse
- Inseguridad
- Sensación de incompetencia
- Dependencia de compañeros
- Vergüenza de pedir ayuda
- Agotamiento mental

RIESGOS PSICOSOCIALES – TECNO ESTRÉS

(NTP 730: Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial)

- Estado psicológico negativo relacionado con el uso de TIC o amenaza de su uso en un futuro.
- Ese estado viene condicionado por la percepción de un desajuste entre las demandas y los recursos relacionados con el uso de las TIC que lleva a un alto nivel de activación psicofisiológica no placentera y al desarrollo de actitudes negativas hacia las TIC

RIESGOS PSICOSOCIALES – TECNO ESTRÉS

Ante una situación de estrés la persona reacciona de forma no específica y moviliza el conjunto de los recursos humanos para responder a una agresión.

Esto se conoce como Síndrome General de Adaptación y puede provocar:

- Secreción de sudor, frecuencia y gasto cardíaco
- Variación en la química cerebral
 - Alterando sueño, flujo sangre a órganos, niveles de energía, dolor, etc..



SINTOMAS

Cuando el trabajador no puede recuperarse y se expone nuevamente y de forma repetida a situaciones estresantes, aparecen los siguientes grupos de síntomas:

- a) Psicológicos: ansiedad, agresión, apatía, depresión, fatiga, baja autoestima....
- b) Conductuales: Más nº accidentes (siniestrabilidad), conductas impulsivas (fumar, beber, ingesta fármacos...)
- c) Cognitivos: fallos de memoria, dificultad en toma de decisiones, bloqueo, hipersensibilidad.
- d) Fisiológicos: Alteraciones químicos cerebrales, ritmo cardiaco, hiperventilación...
- e) Organizacionales: absentismo, insatisfacción, mal clima laboral, baja productividad....

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN



avanta
prevención

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN

La brecha digital para gestionarla desde PRL debemos actuar en tres niveles

NIVEL ORGANIZATIVO

- Incluir este riesgo en la evaluación de riesgos laborales
- Hacer diagnósticos internos reales

NIVEL TECNOLOGICO

- Implantar herramientas accesibles y estables
- Evitar cambios innecesarios constantes

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN

La brecha digital para gestionarla desde PRL debemos actuar en tres niveles

NIVEL HUMANO

- Formación accesible
- Mentores digitales y voluntarios (Acompañantes)
- Cultura de apoyo y paciencia

LA MEJOR PREVENCIÓN NO ES TÉCNOLOGICA, ES CULTURAL

CASO PRACTICO

Una empresa implanta un nuevo sistema de gestión de producción.

- ¿Que departamentos deben intervenir?
- ¿Es suficiente con dar formación?
- ¿A quien aplica el nuevo sistema de gestión?
- ¿Sabemos las capacidades de las personas que van a utilizarlo?

CONCLUSIONES

- La brecha digital es un riesgo laboral real y creciente
- Afecta especialmente a “mayores” y personas con discapacidad
- La tecnología solo es segura y válida si es accesible y adaptable

EL RETO COMO PREVENCIONISTAS ES QUE LA DIGITALIZACIÓN NO DEJE A NADIE FUERA Y NO GENERE RIESGOS PSICOSOCIALES