

GUÍA PARA EL COLECTIVO AUTÓNOMO DEL TAXI

EVITAR LOS RIESGOS
PARA TENER UNA
JUBILACIÓN DIGNA



VICEPRESIDENCIA
SEGUNDA DEL GOBIERNO
MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL

 Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



UATAE

INTRODUCCIÓN

El colectivo de personas trabajadoras autónomas constituye un pilar esencial de la economía española, aportando dinamismo, flexibilidad y cohesión social. Sin embargo, este colectivo enfrenta retos específicos que se agravan en sectores clasificados como penosos, peligrosos o tóxicos, donde las condiciones laborales generan un elevado desgaste físico y psicológico. Estas circunstancias no solo afectan la calidad de vida de los trabajadores y trabajadoras, sino que también comprometen su capacidad para alcanzar una jubilación en condiciones dignas.

Esta guía ofrece información clara y accesible sobre cómo hacer frente a la problemática que sufren los y las trabajadores del taxi donde predominan las largas jornadas laborales, la exposición a riesgos ergonómicos, psicosociales y ambientales, y la ausencia de medidas específicas en el sistema de protección social.

01.

IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS

El sector del taxi desempeña un papel fundamental en la movilidad urbana y representa un segmento significativo dentro del trabajo autónomo en España. Sin embargo, las personas trabajadoras autónomas en este ámbito enfrentan desafíos específicos asociados a largas jornadas laborales, exposición a riesgos físicos y psicosociales, y un acceso limitado a medidas de protección social. Estos problemas se agravan cuando se consideran las barreras adicionales que enfrentan las mujeres, quienes constituyen una parte importante pero a menudo subrepresentada de este sector.

- ▲ **Jornadas de más de 8 horas al día**, lo que evidencia una sobrecarga laboral significativa, especialmente en áreas metropolitanas con alta demanda de servicios.
- ▲ **Falta de descansos adecuados entre jornadas**, lo cual no solo afecta su rendimiento y productividad, sino que también incrementa el riesgo de accidentes laborales y enfermedades relacionadas con la fatiga.
- ▲ **Exposición a riesgos**, al estar constantemente expuesto a factores físicos adversos, como contaminación, ruido y tráfico intenso. Estas condiciones son especialmente pronunciadas en grandes ciudades, donde el tránsito y la densidad poblacional agravan la exposición diaria.
- ▲ **Problemas ergonómicos** relacionados con la configuración de los vehículos, como asientos inadecuados y espacio insuficiente, lo que contribuye a dolencias musculoesqueléticas y molestias físicas persistentes.

02.

MARCO LEGAL



UATΛE



Se entiende por riesgo laboral la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño para su salud, como consecuencia del trabajo que realiza. Por ello, la aplicación de medidas preventivas, por parte del empresario, permite evitar o minimizar hasta controlar la materialización de los riesgos.

Los riesgos laborales presentes en el puesto de trabajo pueden tener diversos orígenes; no obstante, en la medida de lo posible y con objeto de hacer de nuestro trabajo un lugar seguro, deberemos identificar dichos riesgos, así como las causas que los provocan y las medidas preventivas que se deben aplicar para eliminarlos o, en su defecto, minimizarlos hasta que se encuentren controlados.

El Plan integral de asesoramiento, promoción y digitalización de la Seguridad y Salud en el Trabajo, ejecutado con éxito, responde a esta situación mediante un enfoque innovador, inclusivo y orientado a resultados, alineándose plenamente con las prioridades estratégicas del Ministerio de Trabajo y Economía Social. Este proyecto se inscribe en las políticas de la Estrategia Nacional de Impulso al Trabajo Autónomo (ENDITA 2022-2027) y de la Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo 2023-2027, promoviendo la modernización, la igualdad de oportunidades y la sostenibilidad laboral. Asimismo, integra los principios de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y contribuye al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 8 (Trabajo Decente y Crecimiento Económico), el ODS 10 (Reducción de Desigualdades) y el ODS 5 (Igualdad de Género).

El plan incorpora herramientas innovadoras como **Prevención10, una plataforma digital que facilita la autoevaluación de riesgos laborales y la adopción de medidas preventivas personalizadas.** A través de esta herramienta, se promueve la autonomía de los trabajadores autónomos en la gestión de su seguridad y salud laboral a través de la digitalización, consolidando un modelo moderno y accesible. Además, el proyecto ha integrado talleres interactivos y recursos digitales como guías sectoriales específicas, diseñadas para proporcionar información práctica y directamente aplicable en contextos laborales reales.

03.

¿QUÉ ES

PREVENCIÓN10?



UATAE

Es un **SERVICIO GRATUITO** de asesoramiento en **prevención de riesgos laborales** que está constituido por cuatro funcionalidades principales:

▶ **evalua-t[®]:**

Permite la realización de la evaluación riesgos, la planificación preventiva y la obtención del plan de prevención de riesgos laborales.

▶ **autopreven-t[®]:**

Proporciona información sobre riesgos laborales y facilita la coordinación de actividades empresariales a quienes trabajen por cuenta propia y no tengan personal a su cargo.

▶ **instruye-t[®]:**

Curso on-line de 30 horas con el que obtener la capacitación para el desempeño de las funciones de nivel básico en prevención de riesgos laborales.

▶ **STOP Riesgos Laborales:**

Línea telefónica de atención al público.

04.

CONSECUENCIAS



UATAE

CONSECUENCIAS

DOLENCIAS MUSCULOESQUELÉTICAS



Siendo el dolor de espalda y en las articulaciones las más comunes. Estas dolencias están directamente relacionadas con la postura prolongada durante largas horas de conducción y la falta de actividad física regular.

PROBLEMAS RESPIRATORIOS

Especialmente por quienes trabajan en áreas urbanas con altos niveles de contaminación. La inhalación constante de partículas tóxicas y gases de combustión incrementa el riesgo de enfermedades crónicas como el asma y la EPOC.



PROBLEMAS DE SALUD MENTAL



Debido al estrés y ansiedad, derivados de la presión de cumplir horarios, la interacción frecuente con clientes en situaciones de conflicto y la incertidumbre económica impactan negativamente en el bienestar psicológico.

LA FATIGA EXTREMA

Este agotamiento crónico es uno de los principales factores detrás de los accidentes laborales en este sector.



05.

EJEMPLOS

▶ JORNADAS DE MÁS DE 8 HORAS AL DÍA:

- **Ejemplo:**

Un taxista en una ciudad grande podría trabajar desde las 6 AM hasta las 4 PM sin una pausa significativa, acumulando más de 10 horas de trabajo continuo.

- **Medidas preventivas:**

- **Regulación estricta de horas de trabajo** conforme a normas laborales, imponiendo límites máximos de conducción diaria.
- **Educación sobre la importancia del descanso** para que los conductores sepan cuándo deben parar.
- **Incentivos** para que los taxistas se turnen o compartan turnos, reduciendo así la carga horaria individual.



▶ FALTA DE DESCANSOS ADECUADOS:

- **Ejemplo:**

Un conductor que termina su jornada a las 11 PM y debe empezar de nuevo a las 5 AM sin haber descansado lo suficiente.

- **Medidas preventivas:**

- **Programas de gestión de horarios** que obliguen a tener descansos mínimos entre turnos.
- **Aplicaciones o sistemas de gestión** que alerten a los conductores cuando necesitan descansar.
- **Centros de descanso** en áreas urbanas donde los taxistas puedan hacer pausas.



▶ EXPOSICIÓN A RIESGOS AMBIENTALES:

- **Ejemplo:**

Conducir en una ciudad como Madrid durante las horas pico, donde la contaminación y el ruido son extremos.

- **Medidas preventivas:**

- **Uso de equipos de protección personal** como máscaras de calidad del aire para la contaminación y tapones para oídos.
- **Rutas planificadas** para evitar, cuando sea posible, zonas con mayor contaminación y tráfico.
- **Programas de salud ocupacional** enfocados en monitorear y reducir la exposición a contaminantes.



► PROBLEMAS ERGONÓMICOS:

- **Ejemplo:**

Un taxista que después de meses de trabajo empieza a experimentar dolor lumbar por un asiento mal diseñado.

- **Medidas preventivas:**

- **Ergonomía del vehículo:** Inversión en asientos que ofrezcan soporte lumbar, ajustes adecuados y materiales de calidad.
- **Ejercicios de estiramiento** antes, durante y después de las jornadas de trabajo.
- **Educación sobre posturas correctas** mientras se conduce y durante los descansos.
- **Revisión periódica del vehículo** para asegurar que el espacio de trabajo se mantenga adecuado para la salud física del conductor.



► MEDIDAS GENERALES:

- **Formación continua en salud y seguridad laboral**, enfocada en los riesgos específicos de los taxistas.
- **Acceso a servicios de salud laboral** que puedan identificar y tratar problemas de salud tempranamente.
- **Apoyo psicológico** para manejar el estrés y las tensiones asociadas al trabajo en solitario y con contacto constante con el público.
- **Asociaciones y colectivos de taxistas** que puedan negociar mejores condiciones laborales y equipamientos más saludables.

Estas medidas no solo mejorarían la calidad de vida de los taxistas autónomos sino que también podrían contribuir a una mayor seguridad vial y a una mejor prestación del servicio.

06.

¿QUÉ

PUEDO HACER?



UATAE

▶ ACUDIR A PREVENCIÓN10.ES

Un servicio público gratuito de asesoramiento en prevención de riesgos laborales que permite gestionar de forma sencilla los riesgos laborales a las empresas y facilitar el cumplimiento en materia de coordinación de actividades empresariales e informar de sus riesgos a los trabajadores autónomos.

▶ Contactar con UATAE

Unión de Asociaciones de Trabajadores Autónomos y Emprendedores

General Palanca, 37, 28045, Madrid

 91 517 73 75  info@uatae.org