

[FICHAS INFORMATIVAS]

SEGURIDAD VÍAL LABORAL

12 RIDERS Y RIESGOS LABORALES

¿Quiénes son los riders?

Los riders son personas trabajadoras que se dedican al reparto de productos mayoritariamente comida, pero también otro tipo de mercancías a través de plataformas digitales como Glovo, Uber Eats o similares. Suelen ser jóvenes, con edades comprendidas entre los 18 y los 35 años, y trabajan utilizando una bicicleta o motocicleta, normalmente con una mochila de gran tamaño a la espalda. El trabajo puede ser a jornada parcial o completa y, en muchos casos, prestan servicios para varias plataformas de manera simultánea.



El ámbito laboral de los riders se regula a través del **Real Decreto-ley 9/2021**, de 11 de mayo, conocido como "Ley Riders", en esta ley se presume la relación laboral entre el rider y la empresa de plataforma. Es decir, las plataformas están obligadas a formalizar una relación laboral con las personas que reparten para ellas.

CONDICIONES LABORALES PARTICULARES

El trabajo de rider está marcado por una fuerte presión derivada del funcionamiento de las plataformas digitales. Las personas repartidoras cobran según el número de pedidos entregados, lo que fomenta un ritmo acelerado y competitivo. Además, están geolocalizadas en todo momento y dependen de las valoraciones de quienes reciben el servicio. Los algoritmos que asignan pedidos son poco transparentes y suelen favorecer a quienes hacen más entregas en menos tiempo, lo que dificulta los descansos y puede afectar a la salud física y mental.

PRINCIPALES RIESGOS FÍSICOS

Uno de los riesgos más destacados es el de sufrir un accidente de tráfico. Los riders se mueven con rapidez por las calles de la ciudad, muchas veces bajo presión para entregar en los plazos exigidos. Estos accidentes pueden producirse tanto durante una entrega (**accidente en misión**) como en el trayecto de ida o vuelta al punto de recogida o conexión (**accidente in itinere**).

Además, es frecuente que los riders desarrollen **trastornos musculoesqueléticos**, debido a la carga constante que soportan sobre la espalda con las mochilas y a las posturas prolongadas e inadecuadas al conducir bicicletas o motocicletas. Estos daños suelen afectar a la zona lumbar, cervical, hombros y muñecas.

Por otro lado, la exposición continua a la **contaminación urbana** (gases del tráfico, partículas en suspensión) supone un riesgo importante para la salud respiratoria, especialmente en ciudades grandes. A esto se añade la exposición a niveles elevados de **ruido del tráfico**, que puede afectar a la salud auditiva con el paso del tiempo.

¹Real Decreto-ley 9/2021, de 11 de mayo, por el que se modifica el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores, aprobado por el Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, para garantizar los derechos laborales de las personas dedicadas al reparto en el ámbito de plataformas digitales.

RIESGOS CLIMÁTICOS Y AMBIENTALES

La actividad de las personas riders se desarrolla principalmente al aire libre, lo que implica una exposición directa a las condiciones climáticas. El cambio climático ha intensificado fenómenos extremos como olas de calor, lluvias torrenciales, vientos fuertes y frío intenso. Estas situaciones aumentan el riesgo de accidentes y problemas de salud como golpes de calor, hipotermia o caídas. Para prevenirlos, es clave usar ropa técnica adecuada, mantenerse hidratadas y realizar pausas, aunque no todas las plataformas garantizan estas medidas.

RIESGOS PSICOSOCIALES

Los riesgos psicosociales, aunque menos visibles, afectan seriamente a la salud de las personas que trabajan como riders. La dinámica impuesta por las plataformas genera estrés constante por cumplir tiempos, obtener valoraciones positivas y mantenerse activas para no perder ingresos. La mayoría trabaja en soledad, sin apoyo ni supervisión directa, lo que incrementa el aislamiento. Además, la falta de desconexión digital obliga a estar siempre disponibles, dificultando el descanso y afectando al equilibrio entre vida laboral y personal.

PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN

Para reducir los riesgos laborales, se recomienda:

- Usar **Equipos de Protección Individual (EPI)** adecuados: casco homologado, ropa reflectante, mochila ergonómica y guantes.
- Recibir **formación en seguridad vial, salud postural y primeros auxilios**.
- Aplicar **protocolos ante fenómenos climáticos extremos**, con pausas obligatorias, acceso a sombra, ropa técnica y agua.
- Garantizar el **derecho a la desconexión digital**, respetando los tiempos de descanso.
- Exigir **transparencia en los algoritmos** que asignan pedidos, como establece la Directiva (UE) 2024/2831 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 23 de octubre de 2024, relativa a la mejora de las condiciones laborales en el trabajo en plataformas, concretamente en los artículos 6, 7 y 8.



El trabajo de las personas riders, aunque suele percibirse como flexible o autónomo, está expuesto a múltiples riesgos físicos, climáticos y psicosociales que requieren una atención específica en materia de prevención de riesgos laborales.

Garantizar condiciones dignas, seguras y sostenibles para estos trabajadores y trabajadoras es una tarea urgente y compartida entre administraciones, empresas, plataformas digitales y la propia sociedad.