

## Salut laboral

El **treball** és aquella activitat física o mental que transforma materials en forma més útil, proveeix o distribueix béns o serveis, o estén el coneixement humà.

Però el **treball** pot comportar riscos per a la salut: malalties professionals i accidents laborals.

### 1. En què es diferencien les malalties professionals i els accidents laborals? Quina és la definició de cada un d'ells? Poseu un exemple de cada un d'ells en l'àmbit sanitari.

**Malaltia professional:** La llei general de la seguretat social defineix malaltia professional com la contraguda a conseqüència del treball executat per compte aliena en les activitats que s'especifiquen en el quadre que s'aprova per les disposicions d'aplicació i desenvolupament d'aquesta llei i que està provocada per l'acció dels elements o substàncies que en el quadre citat s'indiquen per cada malaltia professional (ex. Hepatitis B – infecció causada per agent biològic ).

**Accident laboral:** Es defineix com accident laboral tot succés no desitjat d'aparició sobtada que provoca una lesió al treballador amb ocasió o per conseqüència de la feina que efectua per compte d'altres. (ex. Trastorns múscul-esquelètics – lumbàlgia )

#### Diferències entre accident laboral i malaltia professional:

La **malaltia professional** es caracteritza per ser un **procés lent i gradual**, degut a una **exposició crònica**. En canvi l'**accident de treball** es caracteritza per ser un succés **d'aparició sobtada e inesperada** provocat per causes externes i produïda de forma **ràpida i violenta**.

### 2. Quines són les 3 condicions que ha de complir un accident per a poder ser considerat com a accident laboral?

1. Cal que sigui una lesió objectivable.
2. Ha d'existir relació contractual entre l'empresari i el treballador.
3. Ha d'existir relació causal entre el dany i l'activitat laboral. La lesió per si sola no constitueix un accident de treball.



### 3. Què són els accidents *in itinere*? Es consideren accidents laborals?

S'anomenen accidents *in itinere* els accidents que es pateixen en el camí d'anada o tornada a la feina i estan considerats com accidents laborals. Han de complir dues condicions: que no existeixi cap interrupció en el trajecte entre el treball i el domicili, i que l'itinerari escollit sigui l'habitual.

### 4. Quines són les principals causes de les malalties professionals i quines dels accidents laborals?

<b>Causas de les malalties professionals</b>	<b>Causas dels accidents laborals</b>
Agents químics Agents físics Agents biològics Inhalació de substàncies i agents no compresos en altres apartats. Malalties professionals de la pell causades per substàncies i agents no compresos en qualsevol dels altres apartats. Agents carcinògens.	Espais de treball. Instal·lacions de servei o protecció. Màquines. Equips de treball. Materials i agents contaminants. Organització del treball. Factors individuals. Mala gestió preventiva.

### 5. Ompliu amb les paraules del requadre la taula amb les característiques que defineixen malaltia professional i accident laboral.

<b>Característiques</b>	<b>Accident laboral</b>	<b>Malaltia professional</b>	
<b>Inici</b>	inesperat	esperada	inesperada, repetida, única, sobtat i precís, esperada, interna, crònic, externa, ràpida, lent i imprecís, agut, lenta i progressiva
<b>Presentació</b>	sobtat i precís	lenta i imprecisa	
<b>Caràcter</b>	extern	intern	
<b>Exposició</b>	única	repetida	
<b>Evolució</b>	agut	crònica	
<b>Actuació</b>	ràpida	lenta i progressiva	

Per tal de protegir la salut dels treballadors, la societat s'ha organitzat establint una part de la medicina que s'ocupa de les malalties professionals i dels accidents laborals, així com de les malalties relacionades amb el treball (tot i que aquest terme no té validesa jurídica). Aquesta branca de la medicina és el que s'anomena **Salut laboral**.

### 6. En què es basa la Salut laboral? Quin és el seu objectiu?

La salut laboral es basa en l'**estudi dels factors de risc presents en el treball per preservar la salut i la integritat física dels treballadors**.

El seu objectiu és **promoure i mantenir el major grau de benestar físic, mental i social dels treballadors**, prevenint qualsevol dany causat a la salut per les condicions de treball, protegint-los dels riscos resultants de la existència dels agents nocius i col·locar-los en una feina adient a les seves actituds fisiològiques i psicològiques. En resum adaptar el treball a l'home i l'home al treball.

### 7. Definiu factor de risc (risc laboral):

Circumstància o situació que augmenta la probabilitat de que un treballador pateixi un determinat dany derivat del seu treball.

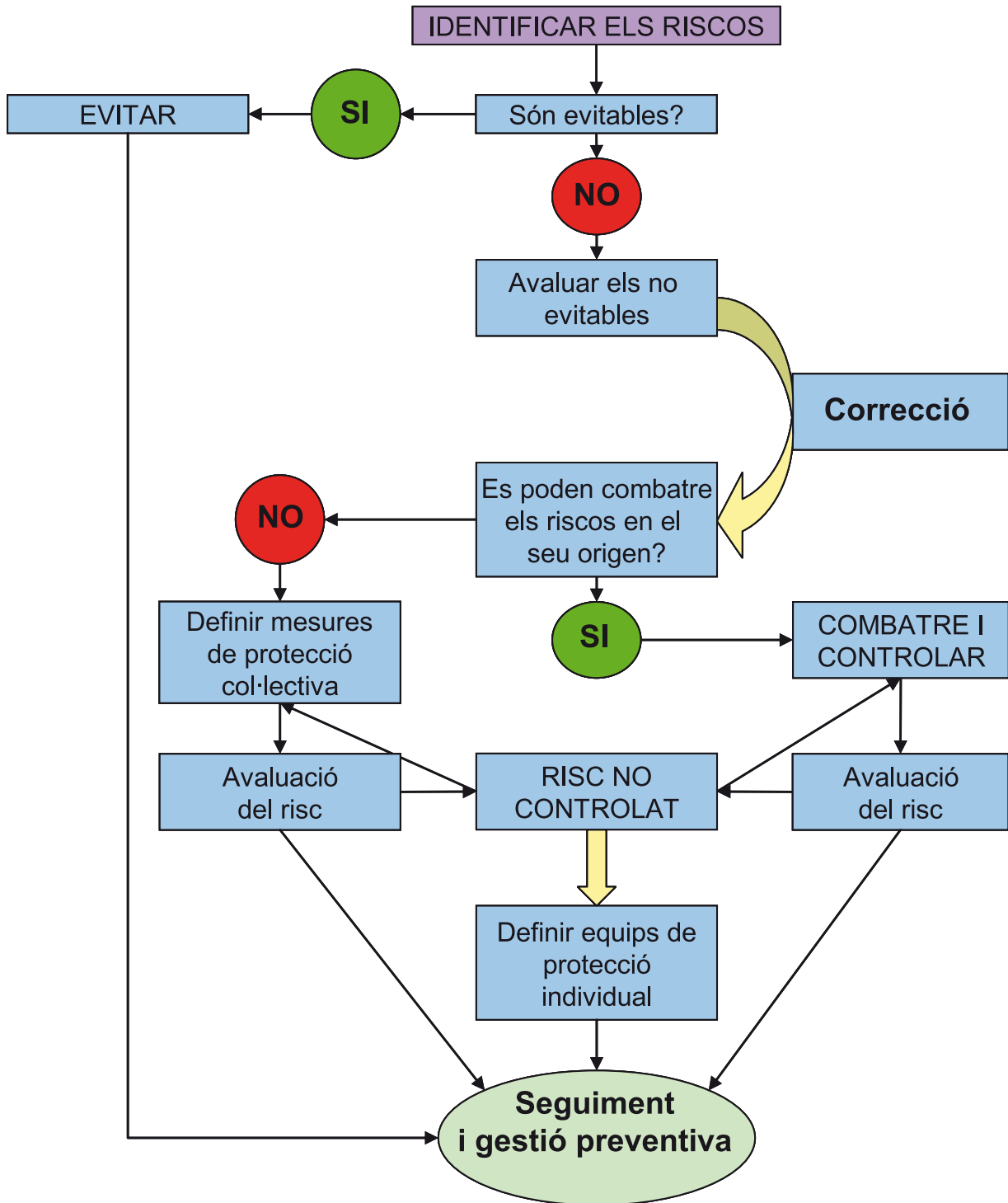
### 8. Els factors de risc es classifiquen en 4 grups:

1. Factors o condicions de seguretat: lloc de treball, equips...
2. Factors ambientals o d'higiene: contaminants químics, físics, biològics...
3. Factors ergonòmics: factors derivats de les característiques del treball.
4. Factors psicosocials: factors que poden afectar la salut física, psíquica o social o el benestar dels treballadors.

Cada un d'aquests grups de factors de risc ve tractat per una disciplina preventiva (una branca de la prevenció de riscos, en salut laboral) diferent, que s'anomenen:

1. Factors de seguretat → **seguretat en el treball.**
2. Factors d'higiene → **higiene industrial.**
3. Factors ergonòmics → **ergonomia i psicociologia aplicada.**
4. Factors psicosocials → **ergonomia i psicociologia aplicada.**

9. Ompliu els espais buits del gràfic següent segons els principis de la prevenció de riscos laborals



**10. Segons el moment en el que s'apliquen el mecanismes de prevenció, els podem classificar en 3 tipus diferents:**

1. **PRIMARIS** : elimina els riscos en el seu origen (mesures tècniques, mesures sobre la maquinària i instruments, formació i informació, prevenció sanitària, protecció).
2. **SECUNDARIS** : té lloc quan ja ha iniciat la malaltia, encara que no es vegin els símptomes clínics (diagnòstic precoç, reconeixements periòdics, tractament eficaç per aturar el progrés de la malaltia).
3. **TERCIARIS** : s'aplica quan els danys ja s'han produït (primers auxilis, mesures terapèutiques i assistencials, rehabilitació, compensacions).

**11. Poseu un exemple de cada tipus de prevenció en el món sanitari.**

**PREVENCIÓ PRIMÀRIA :**

Vacunacions ( ex. vacuna Hepatitis B ) i quimioprofilaxis ( ex. Meningocòccia ).

**PREVENCIÓ SECUNDÀRIA :**

Cribatge amb la pràctica de proves de tuberculina periòdica al personal sanitari que treballin en unitats de risc.

**PREVENCIÓ TERCIÀRIA :**

Tractament mèdic i psicològic al personal sanitari infectat per VIH.

**12. Creieu que tots els tipus de prevenció actuen per igual en la prevenció de malalties professionals? I en la prevenció d'accidents laborals? Si la vostra resposta és no, quins creieu que poden tenir major efectivitat? Per què?**

**No actuen per igual**, creiem que **l'actuació en mecanismes de prevenció primària acompanyada d'una bona política informativa i formativa dels treballadors, tindran una major efectivitat**. Ja que el coneixement de les mesures de prevenció i protecció ajudarà a disminuir el número d'accidents laborals i malalties professionals.

**13. Creieu que el rentat de mans és un exemple de prevenció? Si ho és, de quin tipus seria?**

És un exemple de **prevenció de tipus primari i una eina fonamental per combatre les infeccions nosocomials.**



Segons el Reial decret 1299/2006 del 10 de novembre, s'estableix que les malalties professionals són aquelles que queden recollides dins de la classificació següent:

- **Grup 1.** Malalties professionals causades per agents químics. Exemples: metalls, òxids, sulfurs, etc.
- **Grup 2.** Malalties professionals causades per agents físics. Exemples: sordesa provocada pel soroll, malalties osteoarticulars causades per les vibracions mecàniques, malalties causades per postures forçades i moviments repetitius en el treball, malalties causades per radiacions ionitzant, etc
- **Grup 3.** Malalties professionals causades per agents biològics. Exemples: malalties causades pel treball en feines relacionades amb la prevenció, amb l'assistència mèdica i amb activitats en que s'ha comprovat que hi ha un cert risc d'infecció, etc.
- **Grup 4.** Malalties professionals causades per inhalació de substàncies i agents no compresos en altres apartats. Exemples: pols de carbó, pols d'amiant (asbest), etc.
- **Grup 5.** Malalties professionals de la pell causades per substàncies i agents no compresos en algun dels altres apartats. Exemples: agents infecciosos, etc.
- **Grup 6.** Malalties professionals causades per agents carcinògens. Exemples: amiant, arsènic i els seus compostos, radiacions ionitzants, etc.

#### 14. Quins creieu que són els principals grups de malalties professionals que afecten el sector sanitari? Per què?

Les malalties del grup 2 i 3. Per que existeixen factors de tipus organitzatiu (ex. demandes altes, manca d'autonomia, falta de material...) , factors formatius ( ex. manca de formació en la manipulació de pacients ) i manca d'informació ( ex. informació sobre aïllaments ).

#### Malalties professionals i accidents laborals en infermeria


##### Principals malalties professionals en infermeria

Les malalties professionals més freqüents en el personal sanitari (i la principal causa de baixes) són els trastorns musculoesquelètics (TME), dolors articulars i dolors dorsolumbars.

Els TME i els dolors articulars inclouen un conjunt de lesions de músculs, articulacions, tendons i nervis que afecten sobretot mans, canells, espatlles, colzes, genolls, peus i esquena (zona lumbar). Els diagnòstics més freqüents són síndrome del túnel carpià, tendinitis, lumbàlgies, etc.

#### 15. De les següents causes de TME descrites en la taula, indiqueu quines són les més freqüents en el personal sanitari.

##### Causas TME



**Factores físicos**

- cargas/aplicación de fuerzas
- posturas: forzadas, estáticas
- movimientos repetidos
- vibraciones
- entornos de trabajo fríos

**Factores psicosociales**

- demandas altas, bajo control
- falta de autonomía
- falta de apoyo social
- repetitividad y monotonía
- insatisfacción laboral

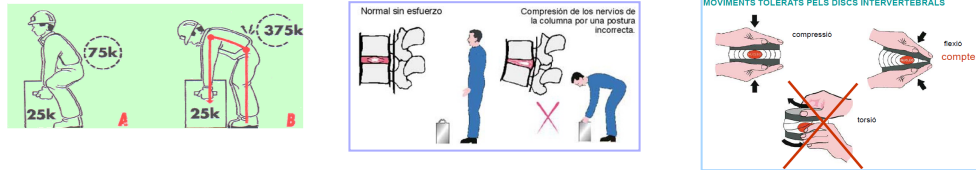
**Individuales**

- historia médica
- capacidad física
- edad
- obesidad
- tabaquismo

FACTORES DE RIESGO FÍSICO Y PSICOSOCIALES MÁS IMPORTANTES Y PORCENTAJE DE TRABAJADORES EXPUESTOS:	
Factores físicos	Factores psicosociales
• Posturas forzadas . . . . . 38%	• Atención elevada . . . . . 63%
• Movimientos repetitivos . . . 37%	• Ritmo muy elevado . . . . . 38%
• Manipulación cargas . . . . . 15%	• Tareas muy repetitivas . . . 30%
• Fuerzas importantes . . . . . 15%	• Falta de autonomía . . . . . 29%

Les causes més freqüents de TME en el personal sanitari són: càrrega i aplicació de forces, postures forçades, moviments repetitius, tot i que també cal afegir-hi la influència de factors psicosocials com la demanda alta, la repetitivitat, la monotonia i el baix control sobre la feina efectuada.

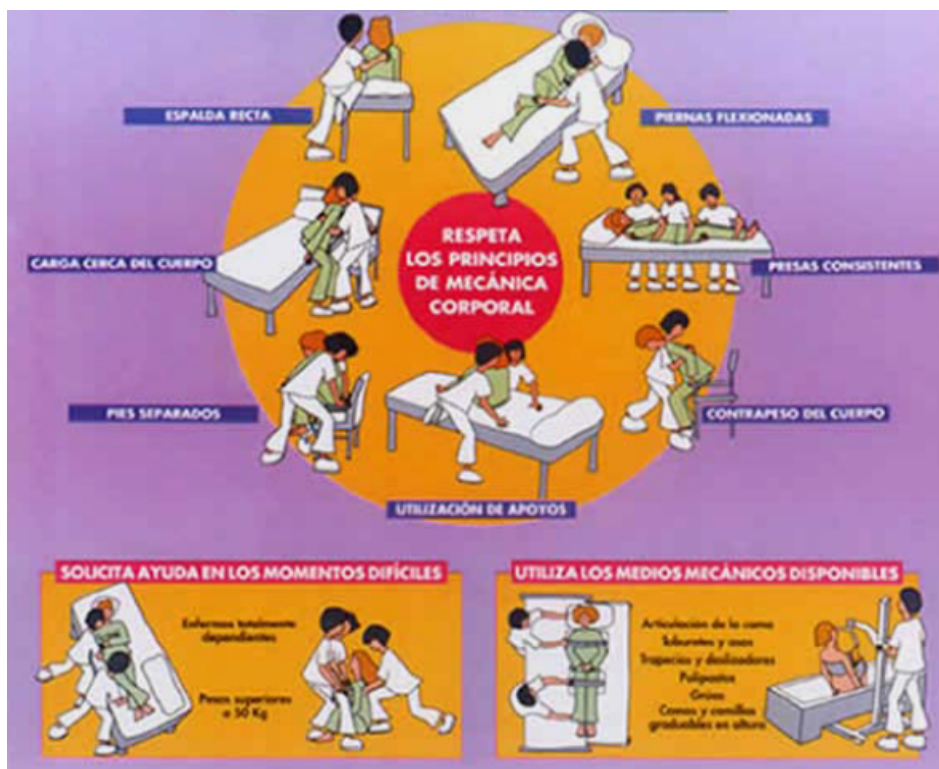
**16. Els dolors lumbar són causats generalment per postures incorrectes en aixecar pesos:**



Aixecar pesos, moure pacients, etc. en la postura incorrecta pot estar provocant la compressió dels nervis de la columna o la protrusió del nucli polpar dels discs intervertebrals (en efectuar moviments no tolerats per aquests) que poden acabar en: **L'aparició d'hèrnies discals.**



Per evitar els dolors lumbar i les malalties professionals que se'n deriven cal seguir els principis de la mecànica corporal i utilitzar tots el mitjans mecànics disponibles a l'hora d'aixecar pesos o d'haver d'efectuar moviments repetitius.





## 17. Principals accidents laborals en infermeria:

### **TME, contusions, ferides punxants (accidents biològics).**

En els centres sanitaris es generen gran quantitat de residus, especialment per l'augment de material d'un sol ús. Aquests residus sanitaris són substàncies i objectes generats en centres, serveis i establiments sanitaris dels quals els seus posseïdors tenen l'obligació de desprendre's de manera regulada per tal d'evitar riscos per a la salut pública.

**Aquests residus sanitaris s'agrupen en dos grans grups: RSNE i RSE.**

## 18. Què signifiquen les sigles RSNE i RSE?

**RSNE: Residu Sanitari No Específic.**

**RSE: Residu Sanitari Específic.**

## 19. Quin tipus de residus s'inclouen dins de cada grup?

**RSNE:** són residus inerts i no especials que no plantegen exigències especials en la seva gestió fora del centre generador, i es consideren residus municipals.

**RSE:** són residus especials que requereixen la adopció de mesures de prevenció en la recollida, l'emmagatzematge, el transport, el tractament i disposició del rebuig tant dins com fora del centre generador, atès que poden generar un risc per a la salut laboral i pública.

**20. Poseu almenys 5 exemples de residus de cada un dels grups.**

• **RSNE**

Material d'oficines i despatxos ( GRUP I ).

Cartró ( GRUP I ).

Residus de cuines, bars i menjadors ( GRUP I ).

Material de cures ( GRUP II ).

Guixos ( GRUP II ).

Robes i material d'un sol ús bruts amb sang o secrecions i/o excrecions no englobats dins dels RSE. ( GRUP II ).

• **RSE**

Sang i hemoderivats ( GRUP III ).

Agulles i material punyent i tallant ( GRUP III ).

Vacunes vives i atenuades ( GRUP III ).

Cultius i reserves d'agents infecciosos ( GRUP III ).

Medicaments citotòxics ( GRUP IV ).

Medicaments caducats ( GRUP IV ).

Olis minerals ( GRUP IV )

Residus radioactius ( GRUP IV amb gestió específica ).

**21. Dins de quin grup es classificarien les restes de vacunes?**

**Són RSE del GRUP III.**

La recollida dels residus sanitaris s'ha de fer amb criteris d'identificació, segregació, asèpsia, innocuïtat i en recipients homologats segons la normativa establerta per les autoritats sanitàries, i la retirada la faran manipuladors i vehicles autoritzats.

Molts dels accidents laborals sanitaris comporten risc d'infecció i la majoria es produeixen per una manipulació incorrecta d'aquests residus.

Els objectes amb un major risc relatiu de causar infeccions són els objectes **punxants** i **tallants**, ja que no necessiten porta d'entrada a l'organisme perquè ells mateixos poden crear-la. Per això les precaucions recomanades en treballar amb aquests objectes són:

1. Utilització de guants.
2. No encapsular agulles ni objectes tallants i punxants.
3. El personal que els utilitza s'ha de responsabilitzar de la seva eliminació en contenidors apropiats evitant omplir-los en excés.

GRUP I	GRUP II	GRUP III	GRUP IV	
			Citotòxics	Altres residus químics
Bosses d'escambrieries, preferentment de plàstic reciclat.	Bosses de 55 micròmetres (galga 220), preferentment de plàstic reciclat.	Recipients acreditats (mai de color blau). Cal no omplir-los més d'un 75% del seu volum.	Recipients acreditats i de color blau.	Envasos i recipients recomanats pels gestors.

- 1 Segregació: Cada residu al seu lloc.
- 2 Per al treball als magatzems cal utilitzar els mitjans adequats.
- 3 L'enmagatzematge dels residus ha de fer-se amb seguretat.
- 4 Els residus del grup I i II poden ser compactats. Els residus del grup III i IV s'han de lliurar a un gestor autoritzat.
- 5 Cal fer un control i seguiment per assolir una correcta gestió de residus.



### Bibliografia

1. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el trabajo [ pàgina en Internet ]. Normativa i documentació. [ consultat 19/11/2012 ].  
Disponible en:  
<http://www.insht.es/portal/site/Insht/?VAPCOOKIE=vvQsQnrFVGmTP3BbC3y41BZK V5bwKTvnDp1Wnlp5m4DM2KSJ1C3J!-958070663!911595844>
2. Canal Salut [ pàgina en Internet ]. Normativa i documentació. [ consultat 19/11/2012 ].  
Disponible en:  
<http://www20.gencat.cat/portal/site/canalsalut/menuitem.af261f715269a25d48af8968b0c0e1a0/?vgnextoid=26246557203da210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=26246557203da210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>
3. Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya [ pàgina en Internet ]. Decret 27/1999 de 9 de febrer, de la gestió de residus sanitaris - DOGC 2828. [ consultat 19/11/2012 ].  
Disponible en: [http://www.gencat.cat/diari\\_c/2828.htm#1\\_1900](http://www.gencat.cat/diari_c/2828.htm#1_1900)