

### SUMARIO:

Introducción..... Página 1

Riesgos..... Página 2

Medidas preventivas.... Página 5



El trabajo en los hospitales y centros de salud presenta una serie de características que lo diferencian claramente de otros sectores de actividad. En los centros sanitarios existen riesgos relacionados con:

- Las condiciones de seguridad (riesgo eléctrico, incendio y explosión, caídas, golpes...)
- El medio ambiente y el microclima laboral (ruido, iluminación, radiaciones, contaminantes químicos, biológicos...)
- Cargas de trabajo (sobreesfuerzos, manipulación de cargas, movilización de personas enfermas...)
- Organización del trabajo (turnicidad, estrés...) y otros factores psicosociales que pueden dar lugar a violencia verbal o física, acoso...

Los riesgos más graves a los que se enfrentan los profesionales de la sanidad están vinculados a su trato con pacientes con enfermedades infecciosas, con virus como la hepatitis o el VIH, o virus menos comunes como el Ébola, pero muy peligrosos.

El riesgo de accidentes cardiovasculares también está presente en la profesión sanitaria. Se puede derivar del estrés que sufre la profesión y las jornadas de trabajo atípicas, lo que aumenta el riesgo de infarto motivado por el desorden biológico que implican.

Además, los profesionales de la enfermería están más expuestos a dermatitis, enfermedades alérgicas del sistema respiratorio, vinculadas al manejo de sustancias químicas, así como a trastornos musculoesqueléticos derivados de las posturas de trabajo y la movilización de pacientes.

## ENFERMEDADES TRANSMISIBLES

Las enfermedades infecciosas tienen mucha más importancia para el personal de los servicios de sanidad que para cualquier otra categoría profesional. En los hospitales y laboratorios la "bioseguridad" resulta especialmente importante, debido al riesgo evidente de que las personas enfermas transmitan infecciones al personal y viceversa. Enfermedades transmisibles, tales como:

Tuberculosis

Hepatitis

Rubéola

SIDA

Citomegalovirus

Otras















## RIESGOS QUÍMICOS

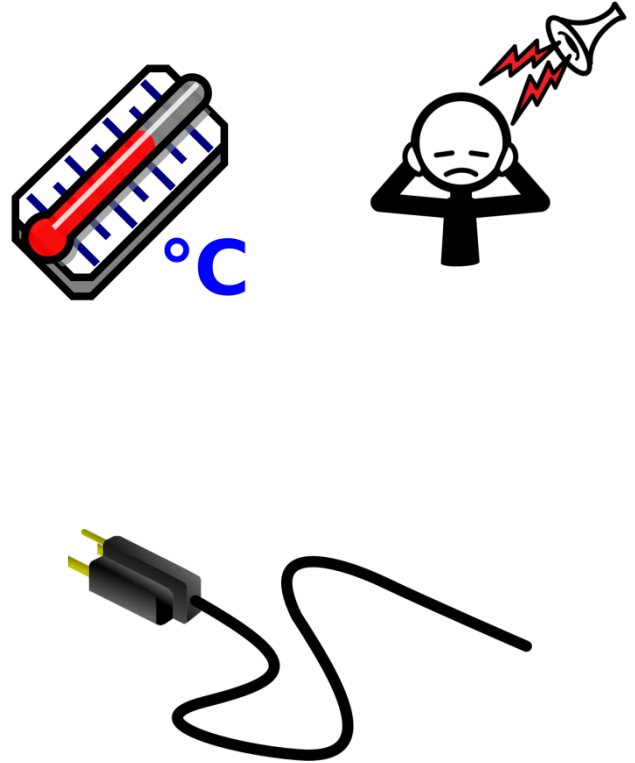
En los hospitales se usa una amplia variedad de productos químicos como, por ejemplo, agentes anestésicos, antisépticos, medicamentos y reactivos citostáticos o de laboratorio. Algunos de estos productos químicos son altamente reactivos biológicamente: los antisépticos, los productos citostáticos y, por definición, todos los medicamentos producen efectos biológicos. Todos estos agentes químicos pueden producir una gran diversidad de efectos irritantes alérgicos, tóxicos e incluso cancerígenos.



# RIESGOS FÍSICOS

Entre los riesgos físicos a los que se expone el personal sanitario se encuentran las radiaciones ionizantes, los ruidos, la temperatura y la electricidad, principalmente.

RADIACIONES IONIZANTES		
<b>Zona Controlada</b>		
 SH-700	 SH-704	 SH-708
<b>Zona de Permanencia Limitada</b>		
 SH-701	 SH-705	 SH-709
<b>Zona Vigilada</b>		
 SH-702	 SH-706	 SH-710
<b>Zona de Acceso Prohibido</b>		
 SH-703	 SH-707	 SH-711



# RIESGOS ERGONÓMICOS

Derivados principalmente de la movilización de pacientes y la manipulación manual de cargas. El riesgo de sobreesfuerzos es muy común en el personal sanitario como: auxiliares de clínica, celadores, personal de rehabilitación..., ya que una gran parte de su trabajo consiste en posibilitar la movilización de personas con limitaciones físicas (trasladar, ayudar a caminar, realizar cambios de posición...).



Se producen entonces los trastornos musculoesqueléticos, siendo las más comunes patologías dorso-lumbares, lumbalgias, ciática, hernia discal, etc. La probabilidad de que aparezca una lesión depende entre otras causas de la intensidad del esfuerzo, del número de pacientes a movilizar, de la duración de la movilización, de la adopción de posturas forzadas...

## ESTRÉS

El estrés es uno de los riesgos laborales más importantes en el personal sanitario, junto a los riesgos físicos, químicos y biológicos.



El trabajo del personal sanitario y en general todos aquellos relacionados con el cuidado asistencial, se enfrenta a diario con situaciones conflictivas, de enfermedad, sociales, muerte,... unido además, en muchas ocasiones, con factores organizativos: falta de medios, dificultades en el equipo, falta de comunicación, sobrecarga de trabajo,... que van a generar un alto índice de tensión personal y laboral.

## CARGA MENTAL

Está relacionada grado de procesamiento de información que realiza una persona para desarrollar su trabajo. En ocasiones existe una sobrecarga de la capacidad del individuo pero si ello ocurre de manera puntual la persona se adapta a ello; el problema llega cuando el trabajo exige un elevado grado de esfuerzo de manera continua, lo que va a originar una fatiga en la persona que desequilibrará todo su organismo, alterando su salud.

NTP 275 INSHT

La organización del trabajo, la complejidad de las técnicas médicas y sanitarias, los problemas jerárquicos, la distribución de las funciones, la falta de información, la toma de decisiones, el tipo de pacientes que se tratan, las presiones, la gravedad de los pacientes, el trato con las familias... son entre otros factores psicosociales que pueden dar lugar a riesgos para la seguridad y la salud del personal sanitario.



## Los turnos de trabajo en hospitales

El trabajo hospitalario implica unas jornadas laborales ininterrumpidas durante las 24 horas del día los 365 días del año. Esto conlleva que deba hacerse una organización de los turnos de trabajo (mañana, tarde y noche), lo cual puede tener serias repercusiones sobre la salud de la plantilla, especialmente quienes realizan e turno de noche, o turnos de más de 12 horas de trabajo.



A continuación se enumeran las medidas de prevención a aplicar según los riesgos a los que se puede estar expuesta o expuesto.

# MEDIDAS PREVENTIVAS

## 1. Riesgo de caída al mismo nivel

Medidas de prevención: Orden y limpieza; calzado adecuado.

## 2. Riesgo de caída a distinto nivel

Medidas de prevención: Orden y limpieza; uso de medios adecuados (escaleras...)

## 3. Riesgo de caída de objetos por desplome o manipulación

Medidas de prevención: No sobrecargar estanterías.

## 4. Riesgo de choques

Medidas de prevención: Despejar zonas de paso; cerrar siempre cajones, puertas de estantes.

## 5. Atropellos por vehículos

Medidas de prevención: Respeto de las normas de tráfico y normativa de seguridad vial.

## 6. Riesgo de atrapamiento

Medidas de prevención: Sistemas de protección en todo elemento móvil y máquinas.

## 7. Riesgo de cortes

Medidas de prevención: Utilización de material adecuado en las operaciones a realizar y transporte en fundas o estuches de los objetos punzantes.

## 8. Riesgo de proyección de partículas o líquidos:

Medidas de prevención: Uso de gafas y mascarilla o pantalla facial.

## 9. Riesgo de contacto térmico:

Medidas de prevención: Seguir el procedimiento de trabajo establecido. Uso de pinzas y guantes térmicos.

## 10. Riesgo de contacto eléctrico:



**Medidas de prevención:** Asegurar el correcto estado. No alterar el sistema de seguridad.

## 11. Riesgo de contacto con sustancias peligrosas:

**Medidas de prevención:** Información del etiquetado de productos y la ficha de datos de seguridad. No cambiar el producto de su envase original.

## 12. Riesgo de incendio y/o explosión:

**Medidas de prevención:** Los productos inflamables deben almacenarse en armarios específicos.

## 13. Riesgo de agresión:



**Medidas de prevención:** Medidas organizativas. Mostrar asertividad, seguridad y confianza. Elaborar un protocolo para la prevención del acoso y la violencia.

## 14. Riesgo de sobreesfuerzo por MANIPULACIÓN MANUAL DE PACIENTES:



**Medidas de prevención:** Planificación del peso y adopción de la postura adecuada haciendo un levantamiento suave. **ES IMPRESCINDIBLE FORMACIÓN.**

**“Desde UGT Aragón ponemos a disposición de cualquier trabajador y trabajadora un servicio de asesoramiento e información legal y técnica sobre la prevención de riesgos laborales”**