

Prevención de Riesgos Laborales en Emergencias Sanitarias

La prevención de riesgos laborales en la Empresa Pública de Emergencias Sanitarias (EPES) se dirige fundamentalmente a la mejora de las condiciones de trabajo, y de este modo aumentar el nivel de protección de la seguridad y la salud de sus profesionales en su actividad diaria.

Para alcanzar este objetivo establecemos una serie de acciones que mantienen nuestra organización viva y activa en el análisis de los riesgos. EPES prioriza a todos los niveles la integración de la Prevención dentro de la empresa, en su mapa de procesos, como parte inherente de su trabajo.

La Organización preventiva se coordina desde el Servicio de Prevención Propio (SPP), que asume tres disciplinas previstas en el Reglamento de los Servicios de Prevención: **Seguridad en el Trabajo, Higiene Industrial y Ergonomía y Psicología Aplicada**. Del mismo modo, para desarrollar actividades preventivas de Vigilancia de la Salud, EPES mantiene conciertos con servicios especializados en la materia.



Esta actividad está regulada también internamente en el "Procedimiento General de Prevención de Riesgos Laborales (PG17_4)" de EPES.

Planificación de la actividad preventiva, establecimiento de objetivos y metas.

Cada año se renueva la Planificación de la Actividad Preventiva, asignando responsables y formando e informando a los trabajadores en materia preventiva, con el fin de realizar un completo seguimiento desde la Dirección. En función de los resultados que se obtienen de los informes técnicos, se pueden corregir acciones y desarrollar nuevas medidas preventivas o de protección.

La Organización preventiva en la Empresa Pública de Emergencias Sanitarias se coordina desde el Servicio de Prevención Propio.

Información, consulta y participación de los trabajadores.

Este apartado es esencial y se desarrolla mediante reuniones periódicas de los comités de seguridad y salud. Para ejercer este derecho son elegidos los Delegados de Prevención. Estos delegados se forman en PRL para ejercer sus facultades y competencias de la mejor forma posible en virtud de lo establecido en el art. 37.2 de la Ley de PRL.



Paqui Nieto, Subdirectora de Salud Laboral y Roberto Ariza, Coordinador Técnico del Servicio de Prevención.

Debemos destacar las actividades que constituyen el núcleo de la prevención en nuestro ámbito y que son las siguientes:

Evaluación de los Riesgos para la Salud y Seguridad de los trabajadores, revisiones y actualizaciones.

Consistente en el análisis de los riesgos por puesto de trabajo en colaboración con los delegados de prevención. Este análisis se realiza según los estándares y métodos del Instituto de Seguridad e Higiene en el Trabajo.



Acciones formativas, en materia de prevención de riesgos laborales.

EPES utiliza diferentes canales para informar a los trabajadores sobre los riesgos a los que están expuestos y las medidas preventivas o de protección requeridas. A todos los profesionales en su incorporación se les hace entrega del "**Manual de Recomendaciones sobre prevención de riesgos laborales**", que es revisado de forma periódica por parte del SPP. También acceden a formación específica en riesgos laborales en su puesto de trabajo y se les proporciona equipos de protección individual. Por otro lado, y de manera sistemática, se publican noticias de prevención que pueden ser consultadas fácilmente desde la Intranet a través de las noticias en el Escritorio.

Además, desde EPES se contemplan ciclos formativos dentro de la jornada laboral para los profesionales, con material didáctico elaborado internamente y adaptado a las necesidades de los puestos de trabajo de la empresa, y se han desarrollado seminarios específicos como pueden ser:

- Conducción Segura.
- Seguridad en oficinas. Medidas preventivas.
- Ergonomía e higiene postural para los equipos de emergencia y profesionales de administración.



Planificación de emergencias.

Los edificios de EPES cuentan con **Planes de Autoprotección** conforme a lo establecido en la Orden del Ministerio del Interior del 29 de noviembre de 1984, aprobados por el Manual de Autoprotección para el desarrollo del Plan de Emergencia contra Incendios y de Evacuación en Locales y Edificios. Existen profesionales con formación específica en situaciones de emergencias y preparados para informar al resto de la plantilla.

En este sentido, para facilitar la divulgación de estos Planes, el SPP ha elaborado las "**Normas de actuación en caso de emergencia**", disponibles en la intranet de la empresa junto a todo el material docente desarrollado. En estas normas el trabajador encontrará consejos para prevenir las situaciones de riesgo, así como teléfonos de emergencias y ubicación de puntos de reunión. Junto a estas acciones, se realizan simulacros periódicos con el fin de probar la eficacia y mejorar, si fuera necesario, la implantación de estos Planes en la empresa.

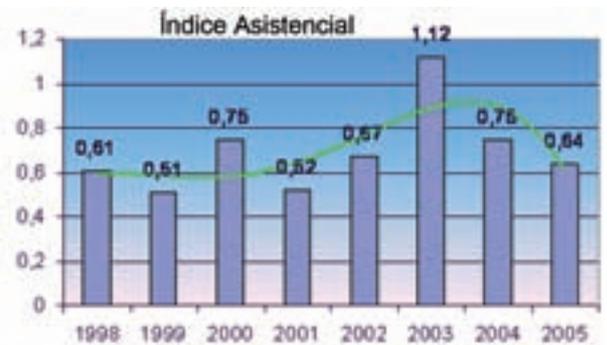
Control periódico de las condiciones de trabajo.

De forma periódica se realizan "**Informes técnicos sobre las condiciones de seguridad**" de los centros de trabajo de EPES. Esta forma de trabajo constituye en sí misma una herramienta de inspecciones documentadas de seguridad de dichos centros de trabajo y equipos.

Gracias a las evaluaciones de riesgo realizadas podemos identificar los equipos de protección necesarios para cada trabajo o tarea.

Notificación e investigación de accidentes de trabajo.

En los que se analizan las incidencias, causas y datos objetivos relacionados con la accidentalidad. De este modo se pueden aplicar medidas correctoras, preventivas o de protección de forma eficaz. Se ha desarrollado un formato específico de "**investigación de accidentes laborales**" que permite identificar el accidente, describir lo acontecido, analizar las causas, su gravedad y realizar propuestas de medidas correctivas y/o preventivas. Por otro lado, el "**Informe de accidentalidad/siniestralidad laboral**" lleva a cabo un análisis estadístico comparativo anual de la siniestralidad que incluye el cálculo de los índices de incidencia, frecuencia y de actividad.



El **índice asistencial** es la relación entre el número de accidentes registrados en un determinado periodo y el número de asistencias por mil, durante dicho periodo.

Coordinación de actividades empresariales.

Consistente en la información precisa de los trabajos y servicios en las instalaciones de EPES que desarrollan las empresas proveedoras al amparo de la legislación vigente en materia preventiva y en materia administrativa.

Gestión de Prevención de Riesgos Laborales, elaboración, revisión y actualización de Normas y Procedimientos en materia de Prevención.

La elaboración, difusión e implantación de normas y procedimientos de trabajo son sin duda alguna mecanismos muy eficaces de prevención. Es por ello por lo que forma parte de nuestro trabajo la elaboración, aprobación e implantación de normas y procedimientos al respecto.

Medidas correctoras y de control de riesgos / Equipos de Protección Individual.

Gracias a las evaluaciones de riesgo realizadas podemos identificar los equipos de protección que sean necesarios para cada puesto de trabajo o tarea, así como sus especificaciones técnicas.

En primera persona

En esta edición sobre prevención de riesgos laborales, contamos con un profesional del Servicio Provincial de Sevilla. **Antonio Olmo Pimentel** es Técnico de Emergencias Sanitarias y de los pioneros en este servicio. Ha estado vinculado en su trayectoria profesional a la docencia en prevención de riesgos, con acciones formativas dirigidas a prevenir lesiones músculo-esqueléticas impartidas por él en los 8 servicios provinciales, integrando su experiencia y conocimientos desde una doble perspectiva: como TES de un servicio de emergencias y como diplomado en fisioterapia, lo que nos aporta un valor añadido indudable.

Antonio, nos gustaría conocer cuál o cuáles fueron los motivos que te llevaron a trabajar como TES.

En 1991, tras mi paso por el Servicio Especial de Urgencia, como conductor, y por Atención Primaria como celador conductor, solicité la incorporación en los Equipos de Emergencias que se iban a poner en marcha en Sevilla a principios de 1992. El motivo no fue más que uno, la oportunidad para desarrollarme como profesional.

De las tareas que debes realizar a lo largo de un turno, seguro que algunas las consideras de mayor riesgo y otras de menor riesgo. ¿Podrías decirnos cuáles son?

Creo que las tareas implican menor riesgo en la medida en que tengamos mayor control de la situación:

Cuando comencé a conducir ambulancias pensaba que la conducción en emergencias era un riesgo que había que asumir, pero la experiencia pronto me enseñó que este riesgo había que evitarlo mediante la cautela y adaptando en todo momento la conducción de emergencia a las condiciones del tráfico para que el riesgo asumido sea prácticamente el mismo que en una conducción normal. Es fundamental la ayuda de los demás miembros de equipo, controlando dispositivos acústicos, guiándonos en la localización del lugar, etc, pues son tareas que pueden distraer al TES durante la conducción.

La inmovilización y movilización del enfermo, tal y como lo demuestra nuestras estadísticas, supone un gran riesgo de sufrir lesiones músculo-esqueléticas. El riesgo aumenta cuando se trata de inmovilizar-movilizar de forma inminente a un paciente con patología crítica y que se encuentra en un lugar de difícil acceso. Son situaciones donde la aplicación de las normas de higiene postural se complican.

Durante las tareas asistenciales, bien sea integrado en el equipo de emergencia o en la aplicación de soporte vital básico, podemos evitar los riesgos biológicos con el uso adecuado de los EPIS. Sin embargo, a veces, existe un riesgo añadido a esta asistencia, se trata de la crispación de personas que se encuentran en el lugar y la posible agresión verbal y/o física. Es una situación de difícil manejo que supone un gran riesgo para la integridad del equipo.

Por último decir que otras tareas como pueden ser el mantenimiento de la dotación de las ambulancias, la docencia, la organización y el desarrollo de la logística sanitaria en escenarios con múltiples víctimas y catástrofes, son tareas de menor riesgo.

"Creo que las tareas implican menor riesgo en la medida en que tengamos mayor control de la situación"

Trabajas desde el principio en el mismo SP, supongo que la veteranía es un grado en tu caso, ¿qué tareas o experiencias crees que definen mejor este trabajo?

Sin duda la asistencia a pacientes críticos y el trabajo en equipo que ello requiere. Esto supone una formación específica continuada y una buena dosis de empatía entre los miembros del equipo. Es fundamental cuidar estas dos cuestiones pues creo que un exceso de asistencias a otras patologías más banales y una organización de la actividad que no contemple los equipos fijos pueden provocar a medio plazo la desmotivación del profesional.



Si tuvieras que aconsejar en tres frases o líneas a los profesionales de emergencias sanitarias como reducir o evitar riesgos derivados del trabajo, ¿cuáles serían para ti las prioritarias?

Me resulta difícil aconsejar en tres líneas pero si me tengo que quedar con las prioritarias serían aquellas que derivan del hecho de que no podemos modificar nuestro ambiente de trabajo para evitar o aminorar el riesgo tal y como indican las normativas de prevención. Tenemos que actuar en escenarios y situaciones cambiantes, y a veces inimaginables. Dar consejos sobre seguridad que puedan dar respuesta a cada una de estas situaciones es imposible y por eso me quedaría con algunos bastantes generales:

1. No actuar si no hay seguridad.
2. Agudizar la atención en todo momento.
3. Utilizar todos los recursos materiales e intelectuales a nuestro alcance.

Constantemente se están analizando las causas de la accidentalidad, aumentando medios que potencien las líneas de acción en materia preventiva. ¿Habría alguna línea para ti prioritaria en este sentido?

A veces el espíritu crítico nos impide reconocer el esfuerzo de la Empresa en estos temas: creación de un Servicio de Prevención propio y de los Comités de Salud Laboral, señalizaciones de seguridad, vestuarios, taquillas, reconocimientos médicos, bases acondicionadas, gimnasios, EPIS, manuales, acciones formativas en prevención. Nada de esto existía, y por tanto nos tenemos que felicitar en este sentido. Pero este espíritu crítico me lleva a pensar que aún hay líneas de actuación en las que tenemos que insistir:

Agresiones: procedimientos de actuación para evitar agresiones.

Lesiones músculo-esqueléticas: reconocimientos médicos más dirigidos hacia este riesgo, evaluaciones y programas personalizados, diseño ergonómico integral de las UVI móviles, material mecanizado para el traslado del enfermo...

Desmotivación. Es un problema bastante complicado que supone una actuación desde diferentes niveles: prevención, desarrollo profesional, formación, retribuciones, procesos asistenciales, psicología del profesional...

Pues ésta ha sido una entrevista en la que hemos podido acercarnos a la actividad preventiva a modo de cámara subjetiva, gracias a tus respuestas. Queremos agradecerte tu dedicación y el estímulo que sabemos supone para profesionales y responsables en esta materia tus indicaciones y experiencia. De hecho, a continuación vamos a resumir los consejos que nos has hecho llegar en cuanto a movilización correcta de pacientes extrahospitalarios.



CONSEJOS DE PREVENCIÓN EN LA MOVILIZACIÓN DE ENFERMOS PREHOSPITALARIOS

¿Por qué es importante la prevención en la movilización de enfermos prehospitalarios?:

Según Encuestas realizadas por el Ministerio de Trabajo el motivo más frecuente de consulta médica relacionada con problemas de salud derivados del trabajo ha sido el dolor de espalda.

En EE.UU. un estudio realizado en 1990 pone de relieve que la mayor causa de lesiones laborales (31%) fueron sobreesfuerzos. La espalda fue la parte del cuerpo más frecuentemente lesionada (22% de 1,7 millones de lesiones).

Aunque no son lesiones mortales, en muchos casos requieren un largo período de rehabilitación, originando grandes costes económicos y humanos ya que el trabajador queda muchas veces incapacitado para realizar su trabajo y se deteriora su calidad de vida.

¿Qué factores de riesgos intervienen en la movilización de enfermos?

El **Real Decreto 487/1997 de 14 de abril**, obliga al empresario a proporcionar los equipos mecánicos para evitar la manipulación de cargas. Cuando ésta no se puede evitar se adoptarán medidas para disminuir el riesgo considerando los siguientes factores:

- Características de la carga.
- Esfuerzo físico.

- Características del medio ambiente.
- Exigencias de la actividad.
- Factores individuales.

¿Cómo minimizar los riesgos?

Las características especiales del trabajo extrahospitalario, en la medida en que no se desarrolla en un escenario fijo hace prácticamente imposible influir en alguno de estos factores de riesgo reseñados. Es necesario hacer hincapié en aquellos **factores en los que si se pueda influir**, como pueden ser los **conocimientos básicos de los mecanismos lesionales**; de **los principios de higiene postural** (mantener la espalda recta durante el levantamiento, movilizar girando en bloque para evitar la rotación del tronco, etc.), de las **recomendaciones en cuanto a la carga máxima** (dependiendo de la persona expuesta a dicha carga), y por supuesto una **condición física** adecuada del trabajador.

¿Puede influir la desmotivación del trabajador?

Para evitar posibles lesiones es necesario que, previamente al esfuerzo que requiere la movilización del enfermo, el trabajador ponga en tensión la musculatura para estabilizar sus articulaciones. Difícilmente puede hacerse correctamente cuando el trabajador está desmotivado, agobiado por el trabajo, o bien, simplemente piensa que esa tarea no le corresponde.

¿QUÉ EJERCICIOS PODEMOS HACER?

Hay que establecer un programa de entrenamiento óptimo y personalizado, y que contenga ejercicios que procuren un equilibrio entre los músculos **agonistas** y **antagonistas** que mantienen la lordosis lumbar.

Esto supone potenciar **abdominales**, **glúteos** y **extensores lumbares**, así como estirar **isquiotibiales** y **psaos iliaco**. Además, es necesario potenciar **cuadriceps** y **brazos**, ya que el levantamiento debe realizarse con las piernas.

Hay que realizar ejercicios globales que integren el trabajo y estiramiento de toda esta musculatura, como podrían ser los **ejercicios de Pilates**. Los ejercicios analíticos (aparatos de gimnasia) son adecuados cuando hay déficit en un músculo en concreto, y se realicen de forma complementaria con ejercicios globales.