

CONTENIDO

EDITORIAL

INFORMACIÓN

- Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo.
- Repertorio de recomendaciones prácticas de la OIT sobre maquinaria.
- INSHT. Nuevos recursos en prevención.
- Seguridad vial.
- Posturas forzadas y movimientos repetitivos causan el mayor número de enfermedades profesionales.
- Observatorio Estatal de Condiciones de Trabajo.
- X Congreso Internacional de Prevención de Riesgos Laborales.

BREVES

- "Salve vidas: límpiese las manos".
- Año Europeo del Envejecimiento Activo.
- Trabajando juntos para la prevención de riesgos.
- Combatir el calor.

NOVEDADES EDITORIALES

OPINIÓN



Francesc Xavier Mena

Conseller d'Empresa i Ocupació. Generalitat de Catalunya

Riesgo o prevención

NOTAS PRÁCTICAS



La higiene de las manos

El objetivo principal del periódico ERGA Noticias es sensibilizar sobre el tema de la seguridad y la salud, aportando al mundo del trabajo las nuevas tendencias en el campo de la prevención. Consta de un Editorial o artículo de fondo, que ofrece diversos puntos de vista y orienta sobre temas de actualidad relacionados con la seguridad laboral, un apartado de Noticias de interés general sobre condiciones de trabajo, una Opinión, un Anuncio sobre las últimas publicaciones editadas por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, y un apartado titulado: Notas Prácticas, que desarrolla, a través de temas monográficos tratados de forma didáctica, aspectos relevantes relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo. Su periodicidad es bimestral y está dirigido tanto a empresarios como a trabajadores.



Edita: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). **Redacción:** INSHT-Centro Nacional de Condiciones de Trabajo (CNCT). Dulcet, 2-10 • 08034 Barcelona. Teléfono: 93 280 01 02 - ext. 43042 / Fax: 93 280 00 42. **Correo electrónico:** cnctinsht@meys.es
Internet: <http://www.insht.es>

Director de la publicación: Juan Guasch. **Consejo de redacción:** Cristina Araújo, Manuel Bestratén, Xavier Guardino, Pablo Luna, Jaime Llacuna, Clotilde Nogareda, Tomás Piqué, Silvia Royo y M^a Dolores Solé. **Redacción:** Cristina Araújo, Emilio Castejón y Silvia Royo. **Composición:** Joaquín Pérez. **Ilustración:** Isidre Monés.
NIPO: 272-12-008-4.

Accidentes laborales de tráfico

En España, pero no sólo en España, los accidentes de tráfico representan una proporción muy importante de los accidentes de trabajo, ya sean en desplazamientos que tienen lugar dentro de la jornada de trabajo o *in itinere* (al ir o volver del trabajo). Los datos correspondientes a 2010 indican que el 38% de los accidentes de trabajo mortales fueron accidentes de tráfico o, como se llaman a veces, laborales-viales.

La mayoría de los accidentes laborales-viales de carácter mortal ocurren *in itinere* (65%), siendo el resto en misión (durante la jornada de trabajo). Si se considera el conjunto de los accidentes laborales-viales, la proporción de los que son *in itinere* es aún mayor (72%). En cifras absolutas, los valores son de 188 muertos *in itinere* y 99 en misión, para el año 2010.

Estas cifras representan únicamente una parte del problema, si este se considera no sólo desde su vertiente laboral sino también desde una perspectiva sanitaria. En efecto, según los datos de la Dirección General de Tráfico (DGT), en el año 2010 fallecieron en accidente de tráfico 185 conductores y pasajeros de camiones y furgonetas, la inmensa mayoría de los cuales es presumible que estuvieran trabajando. La diferencia entre ambas cifras (99 y 185) se debe a que muchos de esos trabajadores son autónomos y no tienen contratado el seguro de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, que para ellos es opcional, por lo que sus accidentes no quedan registrados como *de trabajo* aunque se hayan producido *trabajando*. A todo ello habría que añadir los trabajadores autónomos fallecidos en accidentes con vehículos que no son camiones y furgonetas, una cifra que es imposible

valorar porque los datos disponibles no permiten cuantificar cuántos de dichos accidentes están relacionados con la actividad laboral.

El problema está lejos de ser sólo español. En los países de nuestro entorno las cifras son bastante parecidas y, por ello, abundan las actuaciones encaminadas a incorporar la prevención de los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo en la actividad preventiva de las empresas. En España el INSHT y la DGT ya han desarrollado dos proyectos conjuntos en este ámbito; por un lado, la página web "Seguridad vial laboral", que se puso en marcha en abril de 2011 (<http://www.seguridadviallaboral.es/>). Por otro, la edición, ese mismo año, de una Guía metodológica para la elaboración de un plan de Seguridad Vial en la empresa, disponible en: http://www.dgt.es/was6/portal/contenidos/documentos/seguridad_vial/union_europea/seguridad_vial_empresa.pdf

En el caso de los accidentes *in itinere*, la prevención no puede ser solamente "laboral", sino que exige la implicación de capas más amplias de la sociedad: si no existe un transporte público de calidad para llegar a los puestos de trabajo (como ocurre en gran número de polígonos industriales), los trabajadores no tienen otra opción que acudir al trabajo en sus vehículos particulares, lo cual incrementa el riesgo de accidente no sólo porque los vehículos privados tienen más accidentes que los públicos, sino porque ello contribuye notablemente a congestionar el tráfico haciéndolo más peligroso. Esa es una tarea en la que deberían implicarse no sólo las autoridades laborales y los agentes sociales, sino también los ayuntamientos y las autoridades de planificación del territorio.

Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo



Cartel del Grupo Empresarial Asturiano Medycsa

Primer premio del concurso de carteles: "La prevención, un valor seguro".
Lucía Pereira Rodríguez.



Enmarcado en un panorama dominado por los recortes presupuestarios, la reforma laboral y la falta de actividad económica, con cifras en las que el desempleo llegó en el primer trimestre del año a 5.639.500 personas, según la encuesta de población activa (EPA), el pasado día 28 de abril se conmemoró el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo.

Haciéndose eco de esta situación, los sindicatos mayoritarios firmaron un manifiesto conjuntamente con el lema: "¡Hay alternativa! Trabajo digno y seguro", en el que denunciaron el deterioro sufrido en los derechos sociales y en las condiciones de trabajo que repercuten directamente en la salud laboral.

La Organización Internacional del Trabajo centró este año el tema en la [promoción de la seguridad y la salud laboral en una economía verde](#), para fomentar la integración de la seguridad y la salud en el diseño, el suministro, el funcionamiento, el mantenimiento, las políticas de abastecimiento y reciclaje, los sistemas de certificación y las normas de calidad de seguridad y salud laboral.

Informamos a continuación de algunas de las numerosas actividades que se llevaron a cabo relacionadas con el Día Mundial.

La Mutua de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, MC Mutual, entregó los [Premios MC 28 de abril](#) (convocados para sensibilizar y comprometer a la sociedad en prevención de riesgos laborales) en la Jornada: "[Nuevos retos de la salud laboral](#)", celebrada el pasado día 10 de mayo. En dicha Jornada participó Emilio Castejón, Coordinador de Edición y Publicaciones del INSHT,

con la conferencia: "Ampliando las fronteras de la salud laboral".

La Asociación Regional de Químicos de Castilla La Mancha (ARQUICMA) organizó unos [Premios de Seguridad](#) para empresas de esa Comunidad, que hubieran conseguido "cero accidentes tanto sin baja como con baja" en el año 2011.

Un grupo de bibliotecarios de Ciencias de la Salud del Instituto Carlos III y de la Comunidad de Madrid ha introducido en una página web de recursos de información, desarrollada con la herramienta *Netvibes*, información sobre el "[Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo](#)" en la serie: "Días Mundiales de".

El Grupo Empresarial Asturiano Medycsa, que ofrece entre sus servicios información sobre prevención de riesgos laborales y salud en el trabajo, organizó un concurso fotográfico en Facebook y elaboró y difundió un cartel sobre el tema, que reproducimos más abajo.

Prevención Navarra, junto a Mutua Navarra, instalaron el 27 de abril una carpa en el parque de Antoniutti, en el que se ofrecía información acerca de los factores de riesgo cardiovascular, prácticas saludables en la alimentación y cómo realizar una resucitación cardiopulmonar.

El Departament d'Empresa i Ocupació de la Generalitat de Catalunya creó en 2007 los [premios a los mejores carteles de prevención de riesgos laborales](#): "La prevención, un valor seguro". Con motivo de los actos de conmemoración del Día Mundial, el pasado mes de abril se entregó el primer premio de la edición correspondiente a este año, que también reproducimos a continuación.

Repertorio de recomendaciones prácticas de la OIT sobre maquinaria

Los Repertorios de recomendaciones prácticas de la OIT son, como su propio nombre indica, documentos que contienen recomendaciones prácticas para todas aquellas personas responsables de alguna manera de la seguridad y la salud en el trabajo, tanto en el sector público como en el privado. Estos documentos no son instrumentos que obliguen legalmente ni que pretendan reemplazar las disposiciones de la legislación nacional ni de las normas vigentes. Su objetivo es servir de guías prácticas para las autoridades competentes, los empleadores y los trabajadores, las instituciones especializadas en la prevención y la protección en el trabajo, las empresas, y los comités de seguridad y salud en el trabajo. El texto de cada repertorio de recomendaciones prácticas es, en primer lugar, preparado por la Oficina Internacional del Trabajo (OIT); en segundo lugar, enmendado durante una reunión tripartita de expertos designados por el Consejo de Administración de la OIT y, finalmente, presentado al Consejo de Administración para que apruebe su publicación. A finales del año pasado se adoptó el *“Repertorio de recomendaciones prácticas de seguridad y salud en la utilización de la maquinaria”*, con el objetivo de proteger a

los trabajadores de los peligros de la maquinaria y prevenir accidentes e incidentes derivados de su uso en el trabajo. En el repertorio que presentamos se proporcionan directrices para asegurarse de que:

- Toda la maquinaria para uso en el trabajo esté diseñada y fabricada de acuerdo con los requisitos de seguridad.
- Los empleadores dispongan de un medio para obtener de sus proveedores la información sobre seguridad de la maquinaria que les permita aplicar medidas eficaces de protección de los trabajadores; y
- Se aplican las medidas de seguridad apropiadas en el lugar de trabajo, con el fin de reducir al mínimo los riesgos que puede entrañar la utilización de la maquinaria.

El repertorio es aplicable a cualquier actividad laboral en la que se haga uso de maquinaria. Asimismo, es aplicable a todas las etapas del ciclo de vida útil de la maquinaria empleada en lugares de trabajo, ya sea de segunda mano, reconstruida o reasignada.

El documento completo (28 páginas) puede descargarse en [este enlace](#).



INSHT. Nuevos recursos en prevención

Los documentos del INSHT a los que se puede acceder a través de su página web a partir del mes de mayo pasado son los siguientes:

- Las [Colecciones del INSHT](#) se han ampliado con los siguientes documentos:
 - La Colección “Documentación Límites Exposición Profesional” (DLEP) presenta como novedad la documentación toxicológica para el establecimiento de los valores límite ambientales según dos tipos de clasificación: “clasificación correlativa” y “clasificación alfabética”.
 - La Colección de “Fichas de Divulgación Normativa” se ha ampliado con el documento: “Buques de Pesca. Normativa nacional de seguridad y salud”.
 - La Colección: “Métodos de toma de muestras de contaminantes químicos en aire” se ha ampliado con 13 documentos más.
- [Estudio de la incidencia de las reestructuraciones de empresas en la salud de los trabajadores](#). Estudio dirigido a profundizar en el conocimiento sobre cómo se enfrentan las empresas a los procesos de reestructuración y qué criterios diferencian a aquellas que obtienen mejores resultados al evitar o disminuir los daños que inevitablemente se generan en estas situaciones.

– Últimas Guías:

- [Guía Técnica de Simplificación Documental](#).
- [Guía para la selección de ayudas a la manipulación de cargas](#).
- [Guía Metodológica: Plan Tipo Seguridad Vial en la Empresa](#).
- [Guía Técnica de Criterios de Calidad del Servicio para la mejora de la eficacia y calidad de las actuaciones de los Servicios de Prevención Ajenos](#).
- [Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a las obras de construcción](#).

– [INFOCARQUIM](#) (Información sobre Carcinógenos Químicos). Nueva versión.

Esta nueva versión incluye los reprotóxicos de categorías 1A y 1B y los listados completos de cancerígenos, mutágenos y reprotóxicos (CMR) 1A y 1B.

– [Catálogo de publicaciones 2012. Versión “on line”](#). Incluye las últimas publicaciones incorporadas en el Fondo Editorial del INSHT.

– Últimos folletos. Los nuevos folletos que se pueden consultar o descargar próximamente, publicados por el INSHT, son: “Sustancias químicas: cómo trabajar seguro” y “Polvo de harina: un riesgo para los panaderos”.



Seguridad vial



El objetivo de [la Estrategia de Seguridad Vial 2011-2020](#) es reducir el número de fallecidos y heridos graves en carretera a lo largo de esta década.

Para dar respuesta a los principales focos de accidentalidad, una de las prioridades de dicha Estrategia es *mejorar la seguridad en los desplazamientos relacionados con el trabajo* (en 2010, el 34,8% de los accidentes mortales de trabajo fueron accidentes de tráfico). Para ello es necesario: lograr una intervención activa de las empresas y mejorar el conocimiento en los accidentes *in itinere*, así como conseguir comportamientos más seguros y mejorar la capacitación y habilidad de los conductores profesionales. Dentro de las áreas de actuación que se deben desarrollar como consecuencia de esta Estrategia, la Dirección General de Tráfico, junto al Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, han elaborado la Guía: "[Plan Tipo de Seguridad Vial en la Empresa](#)", dirigida a responsables

de prevención de riesgos en las empresas y a las empresas de servicios de prevención de riesgos, con el fin de proporcionar información sobre los aspectos relevantes de la gestión de la seguridad vial en el ámbito empresarial.

"[La seguridad en el trabajo comienza al salir de casa](#)" es el eslogan de la Campaña de información de la accidentabilidad vial llevada a cabo por la Dirección General de Tráfico, iniciada el pasado mes de enero, y que pretendía hacer llegar a la población un mensaje de prudencia ante el riesgo de sufrir un accidente laboral al ir o al volver del trabajo. Se pueden consultar una serie de buenas prácticas sobre el tema, consecuencia de la Campaña en [este enlace](#).

El Real Automóvil Club de España también ofrece en la página web: <http://www.planmovilidad.es/home-front> ayudas a las empresas en el desarrollo de medidas de mejora de la movilidad y la seguridad vial. ([Ver Editorial](#)).

Posturas forzadas y movimientos repetitivos causan el mayor número de enfermedades profesionales



Según las [estadísticas ofrecidas por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social](#) en el Observatorio de las Contingencias Profesionales de la Seguridad Social, los agentes que han causado un mayor número de enfermedades profesionales desde enero a abril de este año han sido:

- Enfermedades provocadas por posturas forzadas y movimientos repetitivos en el trabajo: enfermedades por fatiga e inflamación de las vainas tendinosas, de tejidos peritendinosos e inserciones musculares y tendinosas. (3.006).
- Enfermedades provocadas por posturas forzadas y movimientos repetitivos en el trabajo: parálisis de los nervios debidos a la presión. (1.322).
- Hipoacusia o sordera provocada por el ruido. (442).

No hay que olvidar que estas cifras probablemente son mayores debido al todavía infradiagnóstico general existente de las enfermedades profesionales en España, a pesar de que a través del [Real Decreto 1299/2006](#), de 10 de noviembre, se acordó modificar el sistema de notificación y registro de las enfermedades, con la finalidad de hacer aflorar enfermedades profesionales ocultas y evitar su infradeclaración.

Siguiendo con los datos ofrecidos por el Observatorio, entre los meses de enero y abril de este año se han emi-

tido en total 6.106 partes de enfermedad profesional, de los cuales 3.402 corresponden a hombres y 2.704 a mujeres.

Por grupos de edad, los partes comunicados se concentran entre los 35 y los 39 años, en el caso de los hombres, seguido del grupo de entre los 40 y 44 años. En las mujeres, el mayor número se encuentra entre el grupo de los 45 y 49 años, seguido del grupo de edad de entre los 40 y 44 años.

Según la Clasificación Nacional de Actividades Económicas (CNAE), 493 partes comunicados de enfermedades profesionales con baja y sin baja corresponden a la actividad de *comercio al por mayor e intermediarios del comercio, excepto de vehículos de motor y motocicletas*, 484 partes corresponden a la actividad de *industria de alimentación* y 457, a *fabricación de vehículos de motor, remolques y semirremolques*.

Los datos de las publicaciones estadísticas de este Observatorio corresponden a las comunicaciones efectuadas a través del sistema CEPROSS (Comunicación de Enfermedades Profesionales de la Seguridad Social), de enfermedades causadas por el trabajo a los trabajadores afiliados que se encuentran cubiertos por contingencias profesionales en los distintos Regímenes de la Seguridad Social. Este sistema CEPROSS se aprobó mediante la [Orden TAS 1/2007, de 2 de enero](#).

Observatorio Estatal de Condiciones de Trabajo



El Observatorio Estatal de Condiciones de Trabajo ofrece una serie de indicadores que abarcan temas relacionados con el contexto socioeconómico del trabajo, la gestión de la prevención y las actividades preventivas, las condiciones en las que los trabajadores desarrollan sus tareas y las consecuencias para la salud que de ellas se derivan. El objetivo principal de todo ello es el descenso del número de accidentes de trabajo, enfermedades profesionales y demás daños a la salud que puedan derivarse del trabajo.

Entre los últimos documentos publicados por este organismo citamos los siguientes:

[Actividades prioritarias en función de la siniestralidad 2010](#). Informe centrado en la potencial eficiencia de los programas de prevención que se han de desarrollar, priorizando las actividades económicas en función de dos parámetros: el índice de incidencia de accidentes de trabajo y el número de trabajadores que desarrollan su trabajo en una actividad concreta.

[Sistema de información de siniestralidad de los trabajadores cedidos por empresas de trabajo temporal \(SISSETT\). Informe enero-diciembre 2011](#). Permite conocer la evolución de la siniestralidad laboral en los trabajos u ocupaciones de especial peligrosidad para la seguridad y la salud en el trabajo realizados por trabajadores cedidos por empresas de trabajo temporal (ETTs), y detectar los colectivos de trabajadores más vulnerables.

[Avance de siniestralidad laboral. Período enero 2011-diciembre 2011](#), datos referidos al colectivo de trabajadores asalariados con cobertura de las contingencias de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, así como a los trabajadores autónomos que han cotizado por dichas contingencias.

[Avance de siniestralidad laboral. Período abril 2011-marzo 2012](#). En el informe, de 41 páginas, el análisis de la siniestralidad se realiza principalmente mediante el estudio del índice de incidencia.

X Congreso Internacional de Prevención de Riesgos Laborales



Núria Cavallé, Técnica Superior del INSHT y Rudolf van der Haar, Técnico de MC-Mutual, en su intervención en la conferencia del Congreso: "Análisis por control banding".

El pasado día 25 de mayo, Pilar Collantes, Directora del Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales (OSALAN), Pedro Mondelo, Director del [X Congreso Internacional de Prevención de Riesgos Laborales](#), Universitat Politècnica de Catalunya, y Andrés Santa Cruz, Vicepresidente de la Asociación Chilena de Seguridad, clausuraron en el Palacio Euskalduna de Bilbao el X Congreso Internacional de Prevención de Riesgos Laborales, que se celebró durante los días 23, 24 y 25 de mayo de 2012.

Bajo el título: "Organizar eficientemente el trabajo es gestionar la prevención", el Congreso, al que acudieron 1.453 congresistas (por primera vez se contó con la asistencia de representantes de países asiáticos), y en el que se presentaron 330 comunicaciones y 180 pósters, tuvo como objetivo conseguir que las buenas prácticas de todos los países se conviertan en prácticas nacionales y hacer del Congreso un punto de encuentro e intercambio de conocimientos y experiencias para el panorama empresarial español.

Entre las conferencias y talleres que se llevaron a cabo destacaron temas como los relacionados con la exposición a los agentes químicos y su adaptación a la nueva normativa, los límites de exposición profesional a agentes cancerígenos, los retos que presentan la medicina en el trabajo, y el aumento de los índices de siniestralidad en la mujer como consecuencia de su mayor incorporación al mercado laboral.

En cuanto a las exposiciones referidas en concreto al País Vasco, se trató el tema de las enfermedades profesionales que se desarrollan por motivos de la exposición a aglomerado de sílice, del impacto de la crisis económica en la accidentalidad, y de la elaboración de historias clínico-laborales consensuadas para mejorar la rapidez de los diagnósticos.

El premio a la mejor comunicación del Congreso recayó en Alejandro Sanín, de la Universitat Jaume I por su conferencia titulada: "Modelo analítico de factores de riesgo y protectores psicosociales en el trabajo"; y el premio al mejor póster lo obtuvo la empresa Smurfit Kappa (Mengíbar, Jaén) por el cartel titulado: "Inculcar la cultura de la prevención en el entorno social de la empresa y en el ámbito familiar de sus trabajadores".

En la ceremonia de clausura, el Director General de Trabajo del Gobierno de Aragón, Jesús Divassón, emplazó a los congresistas a asistir en mayo de 2014 a la ciudad de Zaragoza, sede del próximo XII Congreso Internacional de Prevención de Riesgos Laborales.

Santiago de Chile organizará el XI Congreso en el año 2013. Desde el año 2000, en el que tuvo lugar la primera edición, se celebra de forma alternativa en diferentes ciudades españolas y en Santiago de Chile.

El acto de clausura concluyó con una muestra de música popular vasca de chistu y tamboril, a cargo de Mayte Gómez Echebarría, de OSALAN.

“Salve vidas: límpiense las manos”

La Organización Mundial de la Salud puso en marcha el pasado mes de mayo una [Campaña mundial anual a favor de la higiene de manos en la atención sanitaria](#). Con el eslogan: “Salve vidas: límpiense las manos” se pretende tomar conciencia alrededor del mundo, sobre la importancia que tiene la higiene de las manos para reducir las infecciones asociadas a la atención sanitaria.

En la página web de dicha Campaña se puede obtener información sobre la higiene de manos en la atención sanitaria ambulatoria, en residencias de la tercera edad y a domicilio, en la atención odontológica, en pediatría, en hemodiálisis, en atención ambulatoria, etc. (Ver: “Notas Prácticas” en este mismo periódico).

Año Europeo del Envejecimiento Activo

Una de las finalidades de la Campaña a favor de una sociedad mejor para mayores y jóvenes, enmarcada dentro del Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional 2012, es la de que los trabajadores de más edad tengan mejores oportunidades en el mercado laboral. El objetivo de las actividades que se están llevando a cabo en los 27 Estados miembros este [Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional 2012](#) es el de sensibilizar acerca de lo que aportan a la sociedad las personas mayores y, a la vez, pretende animar a los responsables políticos y a los interesados en el tema, a crear mejores oportunidades para el envejecimiento activo y fortalecer la solidaridad intergeneracional.

En relación con el tema, el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo organizó el pasado mes de abril, en Barcelona y Madrid, dos [talleres sobre “La incidencia](#)

[del envejecimiento de los trabajadores en la salud laboral”](#). En la página web de la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, y dentro del apartado de [“Grupos prioritarios”](#), “Trabajadores de edad avanzada”, también se puede encontrar información sobre este tema.

Por último, el IMSERSO ha llevado a cabo un proyecto dirigido a niños y niñas de las etapas educativas de infantil y primaria ([“Sensibilización en centros educativos sobre las personas con discapacidad y mayores como medida de prevención contra la discriminación”](#)), con el fin de sensibilizar a los jóvenes sobre la situación de las personas con discapacidad y mayores, y la necesidad que tienen estas personas de sentirse comprendidas, valoradas y tratadas en igualdad de condiciones que el resto de las personas, y de relacionarse y compartir experiencias.

“Trabajando juntos para la prevención de riesgos”

La finalidad de la Campaña: Trabajos saludables 2012-2013, “Trabajando juntos para la prevención de riesgos”, coordinada por la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, es fomentar la participación activa de los directivos en la reducción de riesgos y estimular a los trabajadores, sus representantes y otras partes interesadas para

colaborar con los directivos en la atenuación de los riesgos. En el próximo número de este periódico incluiremos una amplia información respecto a la citada Campaña; no obstante, a través de [este enlace](#) ya se puede acceder a numerosa información: guías prácticas, folletos, carteles, DVD, etc.

Combatir el calor

Como cada año, cuando se aproximan las elevadas temperaturas del período de verano, el Ministerio de Sanidad y demás organismos oficiales, ofrecen una serie de consejos a la población para que pueda hacer frente a los efectos de los excesos de las temperaturas en las mejores condiciones posibles.

Dichos consejos, que se pueden consultar en [la página web del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad](#), son los siguientes:

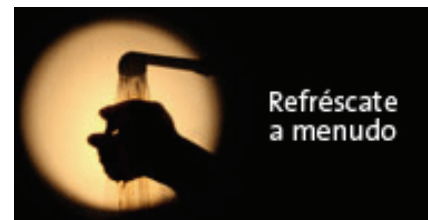
- Beber abundantes líquidos.
- No abusar de los líquidos con cafeína o exceso de azúcar y evitar el alcohol.
- Hacer comidas ligeras.
- Protegerse de la exposición directa al sol.
- Usar ropa clara, ligera, holgada y que deje transpirar.
- Permanecer el mayor tiempo posible en lugares fres-

cos, a la sombra o climatizados.

- Evitar la realización de esfuerzos físicos en las horas de más calor.
- Prestar especial atención a los niños y ancianos.
- No dejar a nadie en un vehículo estacionado y cerrado.

El documento: [“Plan Nacional de actuaciones preventivas de los efectos del exceso de temperaturas sobre la salud”](#) también está disponible en esta misma página de Internet.

En el folleto: [“Trabajar con calor”](#), del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo se describen los principales factores de riesgo que intervienen en el estrés térmico por calor, los síntomas asociados al golpe de calor y la actuación recomendada a seguir en caso de que el trabajador lo sufra. También recoge medidas preventivas para eliminar o reducir dicho riesgo.



NOVEDADES EDITORIALES**AIP. 203. RISKOFDERM. Evaluación del riesgo por exposición dérmica laboral a sustancias químicas. Versión 1.0**

Aplicación especializada para ayudar en la evaluación y gestión del riesgo por la exposición dérmica a productos químicos peligrosos en el puesto de trabajo, de acuerdo con el Real Decreto 374/2001, sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo. Incluye la ayuda: "Exposición dérmica y riesgos para la salud. Información importante".



Aplicación Informática de Prevención. **Modelo operativo para la gestión de la violencia ocupacional de origen externo.** Facilita el control de la posible aparición de incidentes de violencia ocupacional externa. Está orientada principalmente a las pequeñas y medianas empresas y, dentro de ellas, especialmente a las que desarrollan actividades en sanidad, hostelería, educación, y transporte y almacenamiento.

**FOLLETOS SOBRE DIVERSOS TEMAS DE PREVENCIÓN**

De la colección: "Trabajo sin riesgos", los títulos de los últimos folletos editados son los siguientes: "Carretillas elevadoras", "Ergonomía en la cocina", "Empleo seguro de las escaleras de mano", "Diez ideas para prevenir las lumbalgias de origen laboral", "Riesgo químico: Sistemática para la evaluación higiénica", "Aligera la carga", "Sustancias químicas: cómo trabajar seguro" y "Polvo de harina: un riesgo para los panaderos".



CARTEL. "Cuando hace calor, esta botella te puede salvar la vida". Colección: "Trabajo sin riesgos". El INSHT cuenta, además, con la Colección de carteles: "Trastornos musculoesqueléticos" y "Colección en catálogo".

PEDIDOS**INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO**

Servicio de Ediciones y Publicaciones
Torrelaguna, 73. 28027 Madrid. Tfno. 91 363 41 00. Fax: 91 363 43 27
Correo electrónico: edicionesinsht@meys.es

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10. 08034 Barcelona. Tfno. 93 280 01 02. Fax: 93 280 36 42
Correo electrónico: cnctinsht@meys.es

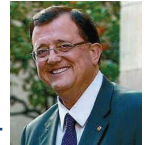
LA LIBRERÍA DEL BOE

Trafalgar, 27. 28010 Madrid. Tfno. 902365303. Fax: 91 111 42 60.
Correo electrónico: tienda@boe.es

Riesgo o prevención

Francesc Xavier Mena

Conseller d'Empresa i Ocupació de la Generalitat de Catalunya



Un negocio o una empresa *sana* pasa, en primer lugar, por garantizar a los trabajadores y al mismo empresario –no olvidemos que en Catalunya predominan las microempresas, donde el empresario es el primer trabajador–, un entorno de trabajo seguro y saludable.

La mejora de la seguridad y la salud tiene una incidencia positiva en las empresas, no solo por lo que respecta a las condiciones laborales, sino incluso en su evolución económica. Si bien en un inicio la prevención puede comportar un esfuerzo, a la larga siempre devuelve con creces los recursos que se destinan. Las causas de este efecto positivo, por el hecho de aplicar unas buenas prácticas preventivas, son variadas. A día de hoy y entre otras, se pueden destacar cuatro.

La primera es la reducción de la incertidumbre. Un accidente a menudo es un hecho inesperado que comporta dolor y costes, y que incluso en función de la dimensión de la empresa, puede llegar a comprometer su viabilidad.

La segunda es que las medidas en prevención de riesgos laborales a menudo desencadenan modificaciones en positivo en otros aspectos de la organización y de la empresa, promoviendo una mejora global. En tercer lugar, tenemos la buena imagen y la reputación que la firma gana entre los profesionales y sus clientes y proveedores. La cuarta, y probablemente la más importante, es la mayor satisfacción y rendimiento de los trabajadores cuando perciben que la empresa se preocupa por su salud, incluyendo la psicosocial.

Tenemos que seguir trabajando para mantener la tendencia de reducción de la siniestralidad laboral, siguiendo el camino trazado por la Estrategia Catalana de Seguridad y Salud Laboral. Dado el contexto presupuestario, las administraciones tenemos que hacerlo gestionando los recursos con la máxima eficacia, centrando los esfuerzos en la renovación del sistema preventivo, simplificando al máximo las exigencias burocráticas para hacer hincapié en la mejora de las prácticas preventivas reales a las empresas.

Este artículo fue publicado en "El Periódico de Cataluña", el pasado día 28 de abril, con ocasión del Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo.

La higiene de las manos

Lavarse las manos regularmente es la mejor manera de evitar la propagación de gérmenes. Este simple hábito: sencillo, rápido (el procedimiento puede durar entre 40 y 60 segundos), económico y eficaz puede salvar vidas y prevenir resfriados, gripes y otras infecciones y enfermedades.

El lavado de las manos con jabón todavía no es una práctica generalizada, ni siquiera en los momentos que se consideran críticos: antes de comer y de cocinar; después de ir al baño; de limpiar la casa; de tocar animales; de cuidar o visitar enfermos; y después de sonarse, toser o estornudar.

A continuación, ofrecemos las recomendaciones propuestas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para establecer y mantener unas buenas prácticas en el lavado de las manos y algunas indicaciones dirigidas específicamente al personal sanitario.

¿Cómo lavarse las manos?

1. Mojarse las manos con agua.
2. Depositar en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos.
3. Frotarse las palmas de las manos entre sí, entrelazar los dedos y frotar bien por toda la superficie, incluyendo las puntas de los dedos y los pulgares.
4. Enjuagarse las manos con agua.
5. Secarse con una toalla desechable.
6. Utilizar la toalla para cerrar el grifo.



El lavado de manos del personal sanitario en la atención al paciente

Una higiene de manos apropiada es importante para reducir las infecciones asociadas a la atención sanitaria; lavarse las manos a menudo es uno de los métodos más simples y eficaces para disminuir dichas infecciones.

No obstante, según la OMS, el personal sanitario omite esta práctica en un 60 % de las situaciones en las que es necesaria por estar en contacto con los pacientes.

A continuación, ofrecemos algunas recomendaciones para que el personal sanitario mejore sus prácticas en la higiene de las manos.

1. Antes de tocar al paciente
¿Cuándo? Lavarse las manos antes de tocar al paciente (antes de darle la mano, antes de ayudarlo en sus cuidados personales, antes de dar un masaje, antes de aplicar una máscara de oxígeno, antes de tomar el pulso o la presión arterial, auscultar el pecho, efectuar un electrocardiograma, etc.).
¿Por qué? Para proteger al paciente de la colonización (y, en algunos casos, de la infección exógena) de gérmenes nocivos presentes en las manos.
2. Antes de realizar una tarea limpia/aséptica.
¿Cuándo? Lavarse las manos inmediatamente antes de tocar algo que pueda generar un riesgo grave de infección del paciente (una membrana mucosa, piel dañada, un dispositivo médico invasivo, etc., al cepillar los dientes del paciente, administrarle gotas en los ojos, practicar con los dedos un examen vaginal o rectal, examinar su boca, nariz u oídos, antes de tratar una herida, de aplicar pomada, de poner una inyección percutánea, practicar una punción, etc.).
¿Por qué? Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que podrían entrar en su cuerpo, incluidos los gérmenes del propio paciente.
3. Después del riesgo de exposición a líquidos corporales.
¿Cuándo? Lavarse las manos inmediatamente después de un riesgo de exposición a líquidos corporales,

NOTAS PRÁCTICAS

y después de quitarse los guantes (al finalizar el contacto con una membrana mucosa o con una superficie de piel dañada, tras una inyección percutánea o punción, tras la inserción de un dispositivo médico invasivo, tras retirar pañales, vendas, etc., después de manejar una muestra que contenga materia orgánica, etc.).
¿Por qué? Para protegerse de la colonización o infección de gérmenes nocivos del paciente, y para evitar la propagación de gérmenes en las instalaciones de atención sanitaria.

4. Después de tocar al paciente.

¿Cuándo? Lavarse las manos después de tocar al paciente y la zona que lo rodea, cuando termine la visita (después de darle la mano, después de ayudar al paciente en actividades de atención personal, al cambiar la ropa de cama sin bajar al paciente, al aplicarle máscaras de oxígeno, después de tomarle el pulso, etc.).

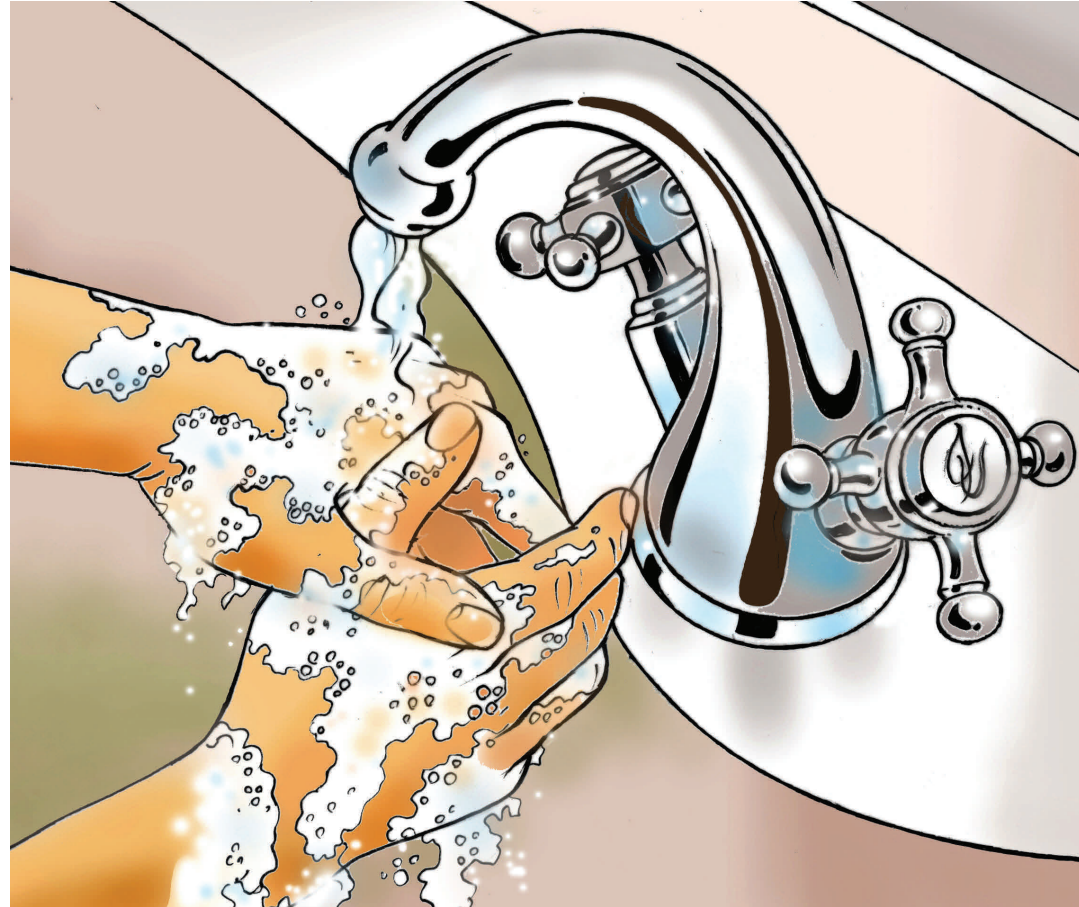
¿Por qué? Para protegerse de la colonización de gérmenes del paciente, y para evitar la propagación de gérmenes en las instalaciones de atención sanitaria.

5. Después del contacto con el entorno del paciente.

¿Cuándo? Lavarse las manos después de tocar cualquier objeto o mueble del entorno inmediato del paciente, cuando termine la visita, incluso aunque no se haya tocado al paciente (después de las tareas de limpieza: sujetar una bandeja, agarrar la barra de empuje de la cama, despejar una mesita suplementaria, etc.; después de ajustar la velocidad de perfusión; limpiar la alarma de monitoreo, etc.). Hay que evitar apoyarse en la cama, en una mesilla de noche o mesita suplementaria, etc.

¿Por qué? Para protegerse de la colonización de gérmenes del paciente que pudieran estar presentes en superficies/objetos de sus inmediaciones y para evitar la propagación de gérmenes en las instalaciones de atención sanitaria.

Estas indicaciones deben practicarse tanto si se usan guantes como si no.



Esta información es un resumen del material ofrecido por la Organización Mundial de la Salud, que incluye carteles, guías, manuales y cuestionarios dentro de la Campaña: "Una atención limpia es una atención más segura".

NOTA: Todos los enlaces han sido verificados en fecha 10 de junio de 2012