

ACCIDENTES NO TRAUMÁTICOS: CARACTERÍSTICAS Y PREVENCIÓN

ISTRIPU EZ-TRAUMATIKOAK: EZAUGARRIAK ETA PREBENTZIOA



Egilea /Edita

Dirulaguntza emanda / Subvencionado por



5761 Ebazpena (EHAA,246, zk. 2023-12-28koa) / Resolución 5761(BOPV nº 246 de 28-12-2023)

INTRODUCCIÓN - SARRERA

¿Qué son los accidentes no traumáticos?

Los accidentes no traumáticos, también conocidos como "accidentes por exposición", son eventos que, con ocasión del trabajo, resultan en lesiones o enfermedades relacionadas, entre otros, con factores ambientales, condiciones laborales o exposición a sustancias, en lugar de lesiones físicas directas y relacionadas con un hecho concreto.

A diferencia de los accidentes traumáticos, que son más evidentes o inmediatos como, por ejemplo, una lesión provocada de forma directa por una caída, los accidentes no traumáticos tienden a manifestarse con el paso del tiempo como consecuencia directa de la actividad laboral.

Zer dira istripu ez-traumatikoak?

Istripu ez-traumatikoak, "esposizio-istripu" gisa ere ezagutzen direnak, lanaren ondorioz gertatzen diren gertaerak dira, besteak beste, ingurumen-faktoreekin, lan-baldintzekin edo substantziekin esposizioarekin lotutako lesio edo gaixotasunetan, zuzeneko lesio fisikoen ordez eta gertaera jakin batekin zerikusia dutenak.

Istripu traumatikoak ez bezala, agerikoagoak edo berehalakoagoak direla, hala nola, erorketa batek zuzenean eragindako lesio bat, istripu ez-traumatikoak denboraren poderioz agertzen dira, lan-jardueraren zuzeneko ondorio gisa.

TIPOS MÁS COMUNES DE ACCIDENTES NO TRAUMÁTICOS

ISTRIPU EZ-TRAUMATIKO OHIKOENAK

Los accidentes no traumáticos, por sus características propias, no pueden cerrarse en una tipología, dado que, por la propia evolución de los tipos de trabajo, pueden manifestarse de diversas formas o aparecer síntomas o consecuencias aún no conocidas. No obstante, entre los tipos más comunes de accidentes no traumáticos están:

a) Enfermedades musculoesqueléticas: Las lesiones por sobreesfuerzo son uno de los tipos más comunes de accidentes no traumáticos en el lugar de trabajo. Estas lesiones se manifiestan cuando una persona trabajadora realiza movimientos repetitivos, levanta objetos pesados o mantiene posturas incómodas durante períodos prolongados. Las enfermedades más habituales son tendinitis, lumbalgias, síndrome del túnel carpiano, etc.

b) Enfermedades respiratorias: Las enfermedades respiratorias pueden ser causadas por la exposición a sustancias químicas, polvo, humo, vapores o gases en el lugar de trabajo. Las enfermedades más comunes son asma, bronquitis crónica, silicosis, etc.

c) Enfermedades por exposición a sustancias tóxicas: La exposición a sustancias tóxicas en el lugar de trabajo provoca una gran variedad de problemas de salud, que van desde irritación de la piel y los ojos, hasta daño orgánico e incluso cáncer, dermatitis, eccemas, etc.

d) Enfermedades cardiovasculares: El sistema cardiovascular puede resultar afectado por factores de riesgo de origen laboral (agentes químicos, biológicos, físicos y psicosociales) como son los infartos de miocardio, accidente cerebrovascular, etc. (Según el Observatorio de Condiciones de Trabajo del INSS, las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte por Accidente de Trabajo durante la jornada laboral, representando el 40% del total de los fallecimientos en el 2022.)

e) Enfermedades mentales: La fatiga y el estrés laboral pueden ser causados por una variedad de factores, incluyendo el trabajo durante más horas de las permitidas legalmente. También pueden ser originadas por las características del trabajo a realizar, trabajo nocturno, falta de descanso, presión laboral excesiva, ambiente de trabajo hostil o condiciones laborales inseguras. Todos estos factores propician patologías como el estrés laboral, ansiedad, depresión, etc.

Como se ha explicado anteriormente, los tipos de accidentes no traumáticos no pueden acotarse en grupos concretos, dado que, a modo de ejemplo, tras la pandemia derivada del COVID-19, se desarrollaron iniciativas legislativas para regular el trabajo no presencial (teletrabajo) que, con el paso del tiempo, se está demostrando que esta modalidad de trabajo provoca la aparición de nuevos tipos de enfermedades o accidentes laborales.

Importancia de la Prevención

La prevención de los accidentes no traumáticos es fundamental para promover un entorno laboral seguro y saludable. Aunque estos accidentes pueden parecer menos graves a simple vista o, como es frecuente, puede tardarse en constatar su existencia, pueden tener consecuencias significativas para la salud y el bienestar de las personas trabajadoras. Más adelante se detallarán las distintas medidas preventivas que se pueden adoptar.

Istripu ez-traumatikoak, beren ezaugarriengatik, ezin dira tipologia jakin batean itxi; izan ere, lan-moten bilakaeraren ondorioz, hainbat modutan ager daitezke, edo oraindik ezagutzen ez diren sintomak edo ondorioak ager daitezke. Hala ere, istripu ez-traumatikoen mota ohikoenetako batzuk honako hauek dira:

a) Gaixotasun muskulu eskeletikoak: Gehiegizko ahaleginak eragindako lesioak dira lantokiko istripu ez-traumatikoen mota ohikoenetako bat. Langile batek mugimendu errepikakorrek egiten dituen, objektu astunak altxatzen

dituenean edo jarrera deserosoak izaten dituenean agertzen dira. Gaixotasun ohikoenak tendinitisa, lunbalgiak eta karpoko tunelaren sindromea dira, besteak beste.

b) Arnas gaixotasunak: Arnas gaixotasunak substantzia kimikoen, hautsaren, kearen, lurrunen edo gasen eraginpean egoteak eragin ditzake lantokian. Gaixotasun ohikoenak asma, bronkitis kronikoa, silikosisa eta abarrekoak dira.

c) Substantzia toxikoekiko esposizioagatik gaixotasunak: Lantokian substantzia toxikoekiko esposizioak askotariko osasun-arazoak eragiten ditu, larruazalaren eta begien narritaduratik hasi eta kalte organikoraino, baita dermatitisa, minbizia, ekzemak eta bestelakoak.

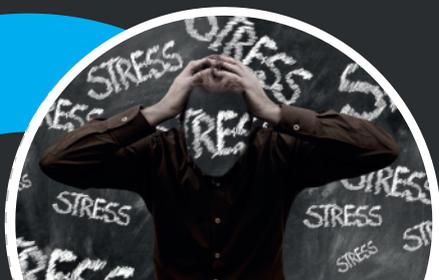
d) Gaixotasun kardiobaskularrak: Sistema kardiobaskularra laneko arrisku-faktoreen eraginpean egon daiteke (agente kimikoak, biologikoak, fisikoak eta psikosozialak), hala nola miokardioko infartuak, istripu zerebrobaskularrak, etab. (GSINeko Lan Baldintzen Behatokiaren arabera, gaixotasun kardiobaskularrak dira lanaldian zehar Lan Istripuak eragindako heriotzen eragile nagusia, 2022an izandako heriotza guztien %40).

e) Gaixotasun mentalak: Nekea eta laneko estresa hainbat faktorek eragin ditzakete, legez baimendutakoa edo egin beharreko lanaren ezaugarriengatik baimendutakoa baino ordu gehiagoz lan egitea barne, gaueko lana, atsedunik eza, gehiegizko lan-presioa, aurkako lan-giroa edo segurtasunik gabeko lan-baldintzak. Faktore horiek guztiek patologiak eragiten dituzte, hala nola laneko estresa, antsietatea, depresioa eta abar.

Lehen azaldu bezala, istripu ez-traumatikoen motak ezin dira talde zehatzetara mugatu; izan ere, adibide gisa, COVID-19ak eragindako pandemiaren ondoren, lan ez-presentziala (telelana) arautzeko lege-ekimenak garatu ziren, eta, denboraren poderioz, frogatzen ari da lan-modalitate horrek gaixotasun edo lan-istripu mota berriak eragiten dituela.

Prebentzioaren garrantzia

Istripu ez-traumatikoen prebentzioa funtsezkoa da lan-ingurune segurua eta osasungarria sustatzeko. Nahiz eta istripu horiek, hasiera batean, ez diruditen hain larriak, edo, sarritan gertatzen den bezala, istripu horiek badirela egiaztatzeko denbora behar den, ondorio esanguratsuak izan ditzakete langileen osasunean eta ongizatean. Aurrerago, har daitezkeen prebentzio-neurriak zehaztuko dira.



MEDIDAS PARA LA PREVENCIÓN DE ESTE TIPO DE ACCIDENTES

MOTA HONETAKO ISTRIPUAK PREBENITZEKO NEURRIAK

a) Evaluación de Riesgos: La principal medida que se debe adoptar, desde la empresa, es realizar una evaluación exhaustiva de los riesgos y que sea adecuada a las características del puesto de trabajo, focalizada además en la detección de posibles riesgos asociados a accidentes no traumáticos. Por otra parte, es necesario hacer partícipe a las personas trabajadoras de esta labor preventiva dado que en ocasiones, existen determinados riesgos que, por la naturaleza de los accidentes no traumáticos, no se detectan salvo con el paso del tiempo.

b) Formación y concienciación: Es esencial proporcionar formación adecuada a las personas trabajadoras sobre los riesgos específicos asociados con los accidentes no traumáticos y cómo prevenirlos. La formación, necesariamente, debe abordar temas como la ergonomía, la seguridad química, manejo de sustancias peligrosas, técnicas de levantamiento seguro, así como estrategias para reducir la fatiga y el estrés laboral. También, debe promoverse activamente la concienciación sobre la importancia de desarrollar las actividades laborales en un entorno seguro, además de potenciar la participación de todas las personas trabajadoras no sólo en la labor preventiva, sino en la labor de detección y concienciación.

c) Formación sobre ergonomía: La ergonomía en el lugar de trabajo se centra en diseñar los entornos laborales y las tareas para que se adapten a las capacidades y limitaciones de las personas trabajadoras. Esto incluye, entre otros, ajustar la altura de los equipos y mobiliario, proporcionar herramientas ergonómicas, promover posturas de trabajo adecuadas y facilitar la rotación de tareas para evitar la fatiga muscular y el desarrollo de trastornos musculoesqueléticos.

d) Trabajo con sustancias o materiales peligrosos: Resulta necesario, además de una correcta evaluación de riesgos laborales, dotar a las personas trabajadoras de equipos de protección individual adecuados al puesto de trabajo y riesgos asociados, así como realizar una formación concreta de carácter técnico que permita a la persona trabajadora conocer de primera mano los riesgos. También, es imprescindible, entre otros, incluir sistemas de ventilación adecuados para eliminar o reducir la concentración de contaminantes en el aire, el almacenamiento seguro de productos químicos, el etiquetado apropiado de recipientes, y la implementación de medidas de seguridad para evitar derrames o fugas.

e) Investigación de accidentes no traumáticos. Este punto se antoja fundamental para el esclarecimiento determinación de las patologías no traumáticas y su relación con el trabajo.

f) Vigilancia de la salud: En materia de vigilancia de la salud, la actividad sanitaria deberá abarcar las condiciones fijadas

por el artículo 22 de la Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales:

“1.º Una evaluación de la salud de los trabajadores inicial después de la incorporación al trabajo o después de la asignación de tareas específicas con nuevos riesgos para la salud.

2.º Una evaluación de la salud de los trabajadores que reanuden el trabajo tras una ausencia prolongada por motivos de salud, con la finalidad de descubrir sus eventuales orígenes profesionales y recomendar una acción apropiada para proteger a los trabajadores.

3.º Una vigilancia de la salud a intervalos periódicos.”

a) Arriskuen ebaluazioa: Enpresak hartu behar duen neurri nagusia arriskuen ebaluazio zehatza egitea da, lanpostuaren ezaugarrietara egokitua, istripu ez-traumatikoei lotutako balizko arriskuak detektatzera bideratuta. Gainera, beharrezkoa da langileak prebentzio-lan horren partaide egitea; izan ere, batzuetan, badira zenbait arrisku, istripu ez-traumatikoen izaeragatik detektatzen ez direnak, denboraren poderioz izan ezik.

b) Prestakuntza eta kontzientziarioa: Funtsezkoa da langileei prestakuntza egokia ematea istripu ez-traumatikoei lotutako arrisku espezifikoekin buruz eta arrisku horiei aurrea hartzeko moduari buruz. Prestakuntzak, nahitaez, ergonomía, segurtasun kimikoa, substantzia arriskutsuen erabilera, altxatze seguruko teknikak eta laneko nekea eta estresa murrizteko estrategiak jorratu behar ditu. Gainera, modu aktiboan sustatu behar da lan-jarduerak ingurune seguru batean garatzeak duen garrantziari buruzko kontzientziarioa, eta, horrez gain, langile guztiek prebentzio-lanean ez ezik, detekzio- eta kontzientziario-lanean ere parte har dezaten sustatu behar da.

c) Ergonomiari buruzko prestakuntza: Lantokiko ergonomiaren ardatza lan-inguruneak eta zereginak diseinatzea da, langileen gaitasunetara eta mugetara egokitu daitezen. Horren barruan sartzen dira, besteak beste, ekipoen eta altzarien altuera doitzea, tresna ergonomikoak ematea, lan-jarrera egokiak sustatzea eta zereginak txandakatzea erraztea, muskulu-nekea eta muskulu-nahaste eskeletikoak saihesteko.

d) Substantzia edo material arriskutsuekin lan egitea: Beharrezkoa da, laneko arriskuak behar bezala ebaluatzeaz gain, lanpostuari eta lotutako arriskuei egokitutako norbera babesteko ekipamenduak ematea langileei, eta prestakuntza tekniko zehatza egitea, langileak arriskuak zuzenean ezagutu ditzan. Gainera, beharrezkoa da, besteak beste, aireztapen-sistema egokiak sartzea airean kutsatzaileen kontzentrazioa ezabatzeko edo murrizteko, produktu kimikoak modu seguruan biltegitatzeko, ontziak behar bezala etiketatzeko, eta jarioak edo ihesak saihesteko segurtasun-neurriak ezartzeko.

e) Istripu ez-traumatikoen ikerketa. Puntu hori funtsezkoa da patologia ez-traumatikoak eta horiek lanarekin duten lotura argitzea.

f) Osasuna zaintzea: Osasuna zaintzeari dagokionez, osasun-jarduerak honako hauek bildu beharko ditu, Lan

Arriskuen Prebentzioari buruzko 31/1995 Legearen 22. artikuluan ezarritako baldintzetan:

"1. Langileen osasunaren ebaluazioa, lanean hasi ondoren edo osasunerako arrisku berriak dituzten zeregin espezifikoa esleitu ondoren.

2. Osasun-arrazoiengatik luzaroan lanera joan gabe egon ondoren berriro lanean hasten diren langileen osasunaren ebaluazioa, haien balizko jatorri profesionalak aurkitzeko eta langileak babesteko ekintza egokia gomendatzeko.

3. Osasunaren zaintza aldian behin."

QUÉ HACER ANTE UN CASO DE ACCIDENTE NO TRAUMÁTICO

ZER EGIN ISTRIPU EZ-TRAUMATIKO BATEN AURREAN

En el caso de detectar que existe un riesgo de sufrir un accidente no traumático, es aconsejable actuar de la siguiente manera:

a) Buscar asesoramiento jurídico y técnico. Conocer de primera mano los derechos de las personas trabajadoras en materia preventiva, así como recibir asesoramiento sobre qué actuaciones llevar a cabo, es esencial para evitar que se produzcan este tipo de accidentes o, en su caso, saber cómo actuar en caso de que ocurran. Investigar el posible origen laboral de accidente no traumático.

b) Comunicar la situación a la persona responsable de prevención de riesgos laborales de la empresa. Es necesario comunicar los hechos con urgencia a la persona responsable que pueda adoptar las medidas preventivas necesarias.

c) Conocer el contenido de la evaluación de riesgos laborales, sus revisiones y las medidas preventivas. Revisar el contenido de la evaluación de riesgos laborales, así como las medidas preventivas y protectoras asociadas a un puesto de trabajo determinado permite evitar este tipo de accidentes. Si no se dispone de una copia de esta documentación debe solicitarse a la empresa.

Si se detecta que el contenido de las evaluaciones de riesgos no es adecuado o se encuentran desfasadas, es necesario solicitar a la empresa su revisión o actualización, comunicando, además, los motivos de dicha solicitud para que se adecúen correctamente a los riesgos asociados al puesto de trabajo.

d) Recibir atención médica. En caso de que se manifiesten síntomas asociados a estos riesgos, se deberá recibir atención médica, así como valorar la realización de un reconocimiento médico. Comprobando si la empresa ha cumplido con la obligación de realizar la Vigilancia de la Salud.

e) En caso de incumplimiento, actuar. En caso de que todas las actuaciones anteriores no fructifiquen y no se adopten las medidas oportunas, por parte de la empresa, se podrá denunciar la situación ante la Autoridad Laboral. También se podrá ejercitar acciones judiciales tendentes a que se adopten las medidas oportunas, así como a indemnizar cualesquiera daños o perjuicios sufridos por la persona trabajadora.

Istripu ez-traumatiko bat izateko arriskua dagoela jabetuz gero, ondorengo egitea komeni da:

a) Aholkularitza juridikoa eta teknikoa bilatzea. Langileek prebentzioaren arloan dituzten eskubideak zuzenean ezagutzea, eta egin beharreko jardueren inguruan aholkularitza jasotzea. Funtsezkoa da horrelako istripuak gerta ez daitezen, edo, izatekotan, horrelakorik gertatuz gero nola jokatu behar den jakiteko. Istripu ez-traumatikoen lan-jatorria ikertzea.

b) Egoeraren berri ematea enpresako lan-arriskuen prebentzioko arduradunari. Beharrezkoa da gertakarien berri premiaz ematea beharrezkoak diren prebentzio-neurriak har ditzakeen arduradunari.

c) Laneko arriskuen ebaluazioaren edukia, berrikuspenak eta prebentzio-neurriak ezagutzea. Lan-arriskuen ebaluazioaren edukia eta lanpostu jakin bati lotutako prebentzio- eta babes-neurriak berrikustekak istripu mota horiek saihestea ahalbidetzen du. Dokumentazio horren kopiarik ez badago, enpresari eskatu behar zaio.

Arriskuen ebaluazioen edukia egokia ez dela edo zaharkituta dagoela hautematen bada, beharrezkoa da enpresari hura berrikusteko edo eguneratzeko eskatzea, eta eskaera horren arrazoiak jakinaraztea, lanpostuari lotutako arriskueta zuzen egokitu daitezten.

d) Arreta medikoa jasotzea. Arrisku horiei lotutako sintomarik agertuz gero, arreta medikoa jaso beharko da, eta azterketa mediko bat egitea baloratu. Enpresak Osasunaren Zaintza egiteko betebeharra bete duen egiaztatuko da.

e) Bete ezean, jardutea. Aurreko guztiek fruiturik ematen ez badute eta enpresak neurri egokiak hartzen ez baditu, egoera Lan Agintaritzaren aurrean salatu ahal izango da, bai eta neurri egokiak hartzeko eta langileak jasandako kalte edo galerak ordaintzeko akzio judizialak erabili ere.

Zalantzarik baduzu, joan zure sindikatura

“ SI TIENES DUDAS, ACUDE AL SINDICATO ”