

¿A qué RIESGOS se exponen?

Riesgos ergonómicos, derivados de las movilizaciones de personas y del ritmo de trabajo impuesto.



Riesgos psicosociales, por la turnicidad y nocturnidad del trabajo y las exigencias emocionales que se derivan del trato con usuarios/as y sus familias.



¿Qué DAÑOS pueden sufrir?

Trastornos músculo-esqueléticos, de espalda y brazo.

Estrés crónico y trastornos ansioso-depresivos, además de diversa sintomatología psicosomática.



Sector Sociosanitario

En este apartado se recoge información que se enmarca dentro del Programa de Prevención de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales en el sector Sociosanitario iniciado por el INSL en el año 2009 y hace referencia tanto a aspectos específicos del Programa como a materiales y enlaces que pueden ser de interés para la prevención de dichos riesgos.

Programa de Prevención de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales del Sector Sociosanitario:

Introducción, objetivos y actuaciones del Programa
Estudio de condiciones de trabajo del sector

Materiales y enlaces de interés

Normativa
Evaluación de riesgos
Intervenciones preventivas en las empresas
Ejemplos de Buenas Prácticas
Investigaciones, estudios, artículos del sector

Documentación
Formación

Equipos de trabajo y ayudas técnicas
Movilización de personas
Guías, Manuales de prevención
Ayudas- subvenciones
Materiales disponibles en el INSL

Oferta formativa
Enlaces de interés
Ámbito familiar de atención a la dependencia

Programa del INSL en prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales para empresas del Sector Sociosanitario

2009 - 2011



Actuaciones destacadas:

- Estudio de las condiciones actuales de trabajo del colectivo en Navarra.
- Creación del apartado Sector Sociosanitario en www.insl.navarra.es (ver contraportada).
- Publicación de materiales divulgativos.
- Organización de talleres formativos.



Polígono de Landaben, calle E/F
31012 PAMPLONA
Tel. 848 42 37 17 - Fax 848 42 37 30

Introducción: Sector Sociosanitario

El sector sociosanitario es un ámbito prioritario de intervención preventiva debido al aumento de la demanda de atención a personas dependientes de la que se derivan exposiciones continuas a riesgos de carácter ergonómico y psicosocial por parte de sus trabajadores/as.

¿A quién va dirigido el programa?

- Trabajadores y trabajadoras que desarrollan tareas de atención directa y cuidados básicos diarios a personas dependientes
- Representantes sindicales del colectivo anterior
- Responsables de empresas del sector
- Técnicos de prevención

Población trabajadora diana:

La inmensa mayoría son mujeres, de mediana edad, que...

- cuidan, atienden y ayudan a desarrollar la autonomía y calidad de vida a...
- personas dependientes: ancianos/as, discapacitados/as físicos, sensoriales o intelectuales, en...
- centros públicos, residencias sociales, empresas privadas y domicilios de usuarios/as.

Sus puestos de trabajo...

- presentan diversidad de denominaciones: **auxiliares, trabajadoras familiares, gerocultoras, cuidadoras, ayudantes...**
- necesitan formación específica y especializada,
- se caracterizan por un escaso o nulo reconocimiento social, y
- en ocasiones, precarias condiciones de trabajo.

Recomendaciones de Mejora I:

1. Gestión adecuada de los riesgos laborales

Conforme a criterios normativos y técnicos establecidos.

En la identificación y evaluación de los riesgos generales y específicos: con procedimientos y metodologías adecuados.

En la propuesta y aplicación de medidas preventivas: priorizando actuaciones colectivas.

Investigando los daños que sufran las trabajadoras e identificando cualquier relación con el trabajo.

Contando con la participación de las empleadas y sus representantes.

2. Diseño eficiente de espacios de trabajo e instalaciones

Que no obstaculicen la realización de las tareas en ninguna zona de trabajo.

Posibilitando el uso de medios técnicos y auxiliares.

3. Puesta a disposición y empleo de ayudas técnicas y mobiliario funcional (equipos de trabajo)

Adaptados a las necesidades particulares del usuario o usuaria.

Adecuados a las características del trabajador/a y de la tarea.

4. Organización del trabajo con criterios preventivos

Diseño de turnos, rotaciones, ritmos, pausas y descansos, conforme a las exigencias psicofísicas de la tarea y a las características individuales de las empleadas.

Con la participación de las trabajadoras en el establecimiento de ratios y grupos (equipo de trabajo y personas a atender)

Recomendaciones de Mejora II:

5. Implantación de Protocolos para

- **Planificación del trabajo:** cobertura de ausencias y ratios; pausas y descansos suficientes, estableciendo espacios y tiempos para realizar ejercicios de estiramiento y calentamiento musculares.
- **Prevención de riesgos durante situaciones de embarazo y lactancia:** adaptación de tareas, cambio de puestos y suspensión de contratos por riesgo.
- **Tratamiento de la violencia en el trabajo:** posibles conflictos y agresiones de usuarios/as, familiares, compañeros/as de trabajo o superiores.

6. Elaboración de un Plan de Formación continua en prevención de riesgos laborales

- Adecuada a los riesgos específicos de los puestos.
- Suficiente en horas.
- Que garantice la consecución de conocimientos y habilidades prácticas.
- Algunos contenidos específicos:
 - Utilización de grúas de transferencia y equipos para la movilización de personas (tablas, discos, cinturones, sábanas de transferencia...).
 - Manipulación manual de personas.
 - Trabajo en equipo, estilos de mando y liderazgo.
 - Habilidades sociales, técnicas asertivas.
 - Control de la carga emocional, experiencias de duelo,
 - Etc...