

TREBALL AL CAP

Prevenció de malalties relacionades amb el treball

USL

Unitat de Salut Laboral de Barcelona

bcn

Setembre de 2018
100

Agència de Salut Pública

Comptem 100 números



26 anys de malalties relacionades amb el treball a Barcelona

Et resulta útil la lectura del Treball al CAP? T'ajuda en algunes decisions que prens en la teva pràctica professional diària?

“M'és útil de cara a coneixements generals de salut laboral.”
Xavier Blancafort Sansó, metge de família, EAP Marc Aureli.

“És interessant per tenir en compte alguna conducta a seguir o davant de casos especials, que si més no ens sonaran i ens ajudarà a decidir.”
Laura Navarro Massip, metgessa de família, EAP Ramon Turró.

“Sí, la informació que ofereix el butlletí és molt útil perquè dona a conèixer el treball que realitzen les Unitats de Salut Laboral, en concret la de Barcelona, sobretot en l'exposició dels casos pràctics. També considero molt important la tasca de la visualització de les repercussions dels factors de risc psicosocial a les persones treballadores ja que com que no es reconeixen com a malaltia professional o com a malaltia relacionada amb la feina, són els professionals de l'atenció primària els que gestionen la gran majoria d'aquestes repercussions laborals i així ho reflecteixen les seves estadístiques. No ha influït en les nostres decisions a nivell sindical però sí que reafirmen les nostres pròpies idees.”

Mamen Márquez García, tècnica de la Oficina Tècnica de Prevenció de Riscos Laborals de la UGT de Catalunya.

“La seva lectura em serveix sobre tot per confirmar que el tipus de patologia més prevalent en la plantilla ho és també en la població general de la ciutat de Barcelona, de la què en realitat n'és una part, sobre tot prenent en consideració l'edat i el gènere.”
Maria Zaplana Ortín, metgessa del treball, Servei de prevenció de riscos laborals de l'Ajuntament de Barcelona.

La tasca que realitza la USL a partir dels casos que li has notificat, t'ha resultat d'utilitat a tu i/o a la persona treballadora afectada? En quin sentit?

“Sí, resulta útil, sobre tot de cara a validar la simptomatologia del pacient en els casos de trastorn adaptatiu, relatiu a situacions d'estrès i relacions laborals conflictives.”
Ana Gómez Saldaña, metgessa de família de l'EAP Bordeta-Magòria.

“És molt valuosa alhora d'ajudar al pacient a entendre la seva situació. Sobretot en aquells casos de mala salut mental secundària a condicions laborals. En aquests casos, les preguntes que feu al pacient el fan reflexionar sobre la seva situació i entendre millor què li passa. Poseu noms tècnics a aquelles situacions de maltractament que explica el pacient i tinc la sensació que el nivell d'angoixa del pacient quan arriba l'informe de la USL és molt inferior a l'inicial.”

Xavier Blancafort Sansó, metge de família, EAP Marc Aureli.

Què hi diuen les persones lectores

“Per mi és molt útil, els treballadors es troben normalment recolzats i escoltats, i tenen una eina més per fer servir en casos on estan molt desprotegits.”

Laura Navarro Massip, metgessa de família, EAP Ramon Turró.

**Les recomanacions dels informes que emetem des de l'USL dirigides al Servei de Prevenció, quan valorem un cas notificat, t'han resultat d'utilitat a tu i/o a la persona treballadora afectada?
En quin sentit?**

“Tot i que a diferència dels informes que es fan des de les USL, els informes de valoració mèdico-laboral i recomanacions preventives del SPRL poden tenir en compte els factors de risc realment avaluats en el lloc de treball i no únicament la referència dels treballadors a aquests factors o a les condicions de treball; de vegades, la presència d'una recomanació externa provinent del sistema públic de salut, ha ajudat a que l'empresa consideri una mica més les recomanacions prèviament realitzades internament. En d'altres, ha servit perquè el treballador/a conegui l'existència del servei mèdic del SPRL”.

Maria Zaplana Ortín, metgessa del treball, Servei de prevenció de riscos laborals de l'Ajuntament de Barcelona.

“Pel que fa als informes de les USL, són útils en aquells casos que encara no han estat visitats per Vigilància de la Salut i serveixen per a que la empresa ens l'envii. En els casos en que ja han estat visitats per Vigilància de la Salut com a treballadors sensibles són menys útils.”


Lluís Veciana Gramunt, metge del treball, Servei de Prevenció Aliè ICESE-Grupo Preving.

**Les recomanacions que apareixen en els casos que es presenten en el Treball al CAP, creus que poden ser útils a la persona treballadora afectada?
En quin sentit?**

“Evidentment, les recomanacions són la part més important d'un informe. Aquestes ofereixen el camí a seguir per les persones treballadores per reconèixer els riscos en el seu treball, aplicar les mesures preventives necessàries o preservar la seva salut. I ho fan d'una forma individualitzada segons les necessitats de cada cas, tal i com des de la UGT de Catalunya reivindicuem. De vegades, també supleixen les faltes de concreció dels informes realitzats pels serveis de prevenció .”

Mamen Márquez García, tècnica de la Oficina Tècnica de Prevenció de Riscos Laborals de la UGT de Catalunya.

Entre abril i juny de 2018 es van notificar al Sistema de Vigilància de Malalties Relacionades amb el Treball 151 casos, dels que el 68,9% van afectar a dones. L'edat mitjana va ser de 45,5 anys (DE=9,9) sense diferències entre sexes, i les ocupacions més freqüents van ser professionals de serveis i comerç (24,0%), seguits per professionals de ciència i intel·lectuals (21,2%) i professionals de suport (15,1%). Respecte el país d'origen, un 24,3% havia nascut fora de l'Estat. La patologia més notificada va ser de tipus ansiós-depressiu (69,5% del casos notificats), de la qual més de dues terceres parts (73,3%) va produir-se en dones. Els trastorns que van seguir en freqüència van ser els musculoesquelètics (19,9%). El 27,2% de les persones afectades treballava en empreses de fora de Barcelona i la situació laboral més freqüent va ser la contractació indefinida (90,3%). Finalment, el 77,8% dels treballadors i treballadores estava en situació d'incapacitat temporal en el moment de la notificació. A continuació es descriu un dels casos estudiats a la USL.



El cas va ser notificat per l'EAP Sant Martí amb el diagnòstic de **tendinitis d'espalla dreta**. Es tracta d'una **dona de 41 anys** d'edat que treballava com a **operària en una cadena de muntatge** d'aparells de climatització d'automòbils, per una **empresa de muntatge de components d'automoció**, des de feia 18 anys. Un mes abans de la notificació fou destinada a un nou lloc de treball per recomanació del Servei de Vigilància de la salut del Servei de Prevenció de Riscos Laborals (SPRL) de la seva empresa. En concret va ésser traslladada a la secció de qualitat, revisant components.

Antecedents i malaltia actual

El febrer de 2015 la treballadora va començar a presentar dolor a l'espalla dreta (la corresponent a la mà directora). Amb el temps el dolor es va intensificar i va acudir al servei mèdic del SPRL de la seva empresa on se li va pautar tractament farmacològic i làmpada d'escalfor. Donat que no havia estat derivada a la mútua d'accidents laborals, la treballadora va acudir a la metgessa d'atenció primària qui, a la vista dels resultats d'una ecografia d'espalla objectivant-se tendinosi crònica del supraespinós dret amb esquinçament intratendinós, va pautar tractament farmacològic i rehabilitador i va tramitar una incapacitat temporal (IT) per contingència comuna, el març de 2016. Al cap de dos mesos fou donada d'alta per l'Institut Català d'Avaluacions Mèdiques i quan es va reincorporar a la feina el dolor va empitjorar de nou. Finalment, el setembre de 2016 es va fer efectiu el canvi de lloc de treball recomanat des del SPRL.

Factors de risc

Segons l'avaluació de riscos ergonòmics del lloc de treball de la treballadora, realitzada el 2007 amb el mètode RULA, les seves tasques consistien en la realització de 14 peces per hora (unes 100 peces diàries). El muntatge de cada peça es realitzava en 7 etapes, cada una de les quals corresponia a una acció del muntatge (en total es va avaluar la càrrega postural de 38 accions). Per cada peça muntada la treballadora realitzava 18 flexions del braç entre 45-90° (moviments per abastar i cargolar en vertical). Cal considerar també que l'alçada de la treballadora era de 157 cm. aproximadament, fet pel qual l'àrea d'abastament en vertical i horitzontal requeria d'un major grau de flexió i abducció del braç. En les conclusions de l'avaluació del lloc de treball el nivell de risc de les diferents etapes es trobava entre el nivell II ("es poden requerir possibles canvis en el disseny del lloc i/o tasca") i nivell III ("es requereix modificar el disseny del lloc i/o tasca aviat"). Es van fer propostes de millora per reduir el risc postural, com ara revisar l'alçada i situació dels tornavisos i procurar que tot el material es col·loqués per sobre de 80 cm i per sota de 120 cm i a no més de 50 cm de la posició de la persona treballadora. Però, segons la informació facilitada per la treballadora, no s'havia dut a terme cap acció de millora en la manera de treballar.

A més, l'any 2012 es va introduir el muntatge d'un dels components que amb anterioritat venia muntat, el qual es feia amb els braços en extensió i elevats a l'alçada de l'espalla i fora de l'àrea de confort.



Conclusions

A partir exclusivament de la informació aportada per la treballadora i tenint present l'evidència científica, es van formular les següents hipòtesis tècniques (val a dir que l'avaluació de riscos ergonòmics feta pel SPRL va ser una eina molt útil per establir la relació entre els factors de risc identificats i el trastorn de salut):

- Que la treballadora va estar exposada de manera constant a riscos ergonòmics durant 18 anys, predominantment per moviments repetitius i postures mantingudes relatives a la flexió del braç dret, i de manera més intensa en els darrers 4 anys abans de la notificació.
- Que la patologia que presentava la treballadora (tendinosi crònica del supraespinós dret) i que la va dur a un procés d'IT hauria de ser considerada com a malaltia professional, segons queda recollit en el Reial Decret 1299/2006 pel qual s'aprova el quadre de malalties professionals de la Seguretat Social en el punt 2D0101: "Patologia tendinosa crònica del manegot dels rotadors en feines que es realitzin amb els colzes en posició elevada o que tensin els tendons o borsa subacromial, associant-se a accions d'aixecar i abastar, ús continuat del braç en abducció o flexió".
- Per altra banda, la treballadora ja havia estat considerada com a persona especialment sensible pel risc postural i els moviments repetitius, d'acord amb l'article 25 de la Llei de Prevenció de Riscos laborals, que estableix la protecció dels treballadors i treballadores especialment sensibles (l'empresari garantirà de manera específica la protecció dels treballadors que, per les seves característiques personals o estat biològic conegut, inclosos aquells que tinguin reconeguda la situació de discapacitat física, psíquica o sensorial, siguin especialment sensibles als riscos derivats del treball. Amb tal finalitat, haurà de tenir en compte aquests aspectes en les avaluacions dels riscos i, en funció d'aquestes, adoptarà les mesures preventives i de protecció necessàries).

Recomanacions

Es va recomanar a la treballadora que sol·licités la determinació de contingència del seu procés d'IT, a través de l'Institut Nacional de la Seguretat Social. També se li va recomanar que lliurés l'informe de la USL al SPRL de la seva empresa, per tal que aquest tingués coneixement de la situació, fes un seguiment de l'estat de salut de la treballadora i realitzés les actuacions oportunes per evitar l'aparició de la patologia en altres treballadors/es.

La treballadora muntava diàriament unes 100 peces per aparells de climatització d'automòbils, per cada peça realitzava 18 flexions del braç entre 45-90°.

L'avaluació de riscos laborals té els objectius de mesurar els riscos existents en una empresa i identificar les persones treballadores exposades als mateixos.

Vols rebre les publicacions de la Unitat de Salut Laboral de Barcelona?

La newsletter. Amb informació sobre la salut laboral de Barcelona i notícies d'actualitat relacionades amb la salut laboral. També té un apartat específic per metges i metgesses de l'Atenció Primària de Salut per notificar malalties relacionades amb el treball.

El Treball al CAP. Aquest butlletí trimestral ja no s'edita en paper sinó que es fa només en versió digital que s'envia per correu electrònic.

Si vols rebre les publicacions o conèixer algú que les vulgui rebre, envia'ns un e-mail a usl_mailing@aspb.cat

Sabies que:

L'avaluació de riscos laborals

Segons la Llei de Prevenció de Riscos Laborals l'empresari/ària té el deure de protegir els seus/ves treballadors/es davant els riscos laborals, garantint la seva seguretat i salut en tots els aspectes relacionats amb el treball. Una de les activitats que inclou aquest deure és l'avaluació de riscos laborals (ARL).

L'ARL és el procés dirigit a mesurar la magnitud dels riscos que no s'hagin pogut evitar i a identificar les persones treballadores exposades als mateixos, generant la informació precisa per a que l'empresari/ària pugui decidir sobre la necessitat d'adoptar mesures preventives i sobre el tipus de mesures a adoptar. L'ARL recull informació sobre la naturalesa de l'activitat de l'empresa, la seva organització, característiques i complexitat dels llocs de treball, sobre les matèries primeres i els equips de treball existents en l'empresa i sobre les característiques de les persones treballadores (considerant la possibilitat que aquestes siguin especialment sensibles a alguna de les condicions de treball avaluades); i inclou la realització de les mesures, anàlisis o assaigs que es considerin necessaris.

S'ha de fer una ARL inicial des del mateix moment del disseny d'un projecte empresarial i en qualsevol moment del temps s'hauran de tornar a avaluar els llocs de treball que es puguin veure afectats per:

- l'elecció d'equips de treball, substàncies o preparats químics, la introducció de noves tecnologies o la modificació del condicionament dels llocs de treball.
- canvis en les condicions de treball.
- la incorporació d'una persona treballadora especialment sensible a les condicions del lloc de treball per les seves característiques personals o el seu estat de salut concret.
- la detecció de danys per a la salut de les persones treballadores.

A més, l'ARL inicial es revisarà amb la periodicitat que s'acordi entre l'empresa i els/les representants de les persones treballadores.

Si els resultats de l'avaluació posen de manifest situacions de risc i la necessitat de prendre mesures preventives, l'empresari/ària ha de realitzar aquelles activitats preventives necessàries per eliminar, reduir o controlar tals riscos.

El mètode RULA per avaluar el risc per extremitats superiors

El mètode RULA [acrònim de Rapid Upper Limb Assessment (Valoració Ràpida dels Membres Superiors)] s'utilitza per valorar el grau d'exposició de la persona treballadora a factors de risc que poden ocasionar trastorns en els membres superiors degut a una elevada càrrega postural. Per dur-lo a terme s'observen les tasques que realitza el/la treballador/a i es determinen les postures a avaluar. Per a cada postura a avaluar es prenen les mesures dels angles que formen els diferents membres del cos respecte a determinades referències.

Les avaluacions de braç, avantbraç, canell i coll fan referència al grau de la flexo-extensió, modificant-se la puntuació si existeixen moviments associats (abducció, rotació, prono-supinació, etc.). La puntuació del tronc depèn de si la tasca es realitza assegut/da o dempeus. Les cames es valoren en funció de la distribució del pes i els recolzaments existents.

S'assigna una puntuació a cada zona corporal avaluada i posteriorment s'obté un valor global pel grup de membres conformat per braç, avantbraç i canell, i un altre valor pel grup format per coll, tronc, cames. Aquestes dues puntuacions es modifiquen en funció del tipus d'activitat muscular i la força que s'aplica durant la realització de la mateixa. El valor final és proporcional al risc que comporta la realització de la tasca i indica un nivell d'actuació: a) nivell 1: la postura resulta acceptable, b) nivell 2: es podrien requerir anàlisis complementàries o canvis, c) nivell 3: es requereixen canvis a curt termini i d) nivell 4: necessitat urgent de canvis en l'activitat.

Per saber-ne més:

- Llei 31/1995, de 8 de novembre, de Prevenció de Riscos Laborals. <http://bit.ly/1WYaLBQ>.
- Reial Decret 39/1997, de 17 de gener, per el qual s'aprova el Reglament dels Serveis de Prevenció. <http://bit.ly/2fhedaf>.
- Diego-Mas, JA. Evaluación postural mediante el método RULA. Ergonautas, Universidad Politécnica de Valencia, 2015. Disponible online: <https://bit.ly/2jY05I2>.
- McAtamney L, Corlett EN. RULA: a survey method for the investigation of work-related upper limb disorders. Applied ergonomics. 1993 Apr 1;24(2):91-9.

