

Introducció

Juntament amb nosaltres sempre ha viscut una gran diversitat d'éssers vius: aranyes, mosques, mosquits, paparres, vespes, abelles i molts altres animals petits. Les **picades d'insectes** generalment són lleus, ja que produeixen una inflamació local que es resol espontàniament al cap d'unes quantes hores. Si la persona treballadora hi és al·lèrgica, són picades múltiples o la picada es localitza a la zona de la boca o la gola, llavors sí que poden ser potencialment greus i caldrà anar immediatament a un centre mèdic. En aquesta fitxa es detalla una proposta de mesures preventives per tractar les picades en l'àmbit laboral.

Mesures preventives generals

Com a mesures preventives generals, podem citar les següents:

- **Identificar els riscos existents** en els llocs de treball, tot prestant especial atenció als possibles contactes amb éssers vius (provocats per picades, mossegades, etc.), **avaluar-los, i establir les mesures preventives oportunes**, conforme al que estableix la Llei 31/95, de PRL.
- **Formar i informar periòdicament les persones treballadores** sobre els riscos existents en el lloc de treball i especialment pel que fa a la prevenció de contactes amb éssers vius.
- **Garantir una vigilància de la salut adequada** (específica, prèvia i periòdica), tenint en compte els protocols específics que cal aplicar en cada cas. Quan hi hagi risc per exposició a agents biològics pels quals hi hagi vacunes eficaces, aquestes s'hauran de posar a la disposició de les persones treballadores, tot informant-les dels avantatges i els inconvenients de la vacunació. El que es disposa anteriorment serà també d'aplicació en relació amb altres mesures de preexposició eficaç que permetin fer una prevenció primària adequada. Cal recordar que l'oferiment a la persona treballadora de les mesures corresponents i la seva acceptació hauran de constar per escrit.



Prevenció de picades

Si es treballa a l'aire lliure, s'està exposat a la picada d'insectes, fonamentalment abelles i vespes, encara que també se'n poden patir d'altres insectes com ara aranyes o paparres, per exemple. En aquests casos es proposa adoptar les **mesures preventives** següents:

- **Inspeccionar els llocs de treball** per detectar àrees d'exposició a abelles, vespes i insectes perillosos.
- **No acostar-se a ruscs d'abelles ni a nius de vespes** i si es produeix un acostament accidental, allunyar-se'n amb moviments lents. **No tocar, sacsejar ni perforar el niu**, ja que això podria desencadenar una resposta agressiva per part dels insectes.



- **No s'ha d'intentar eliminar els nius de vespes amb foc**, és extremament perillós. El foc pot generar incendis i augmentar significativament el risc de patir lesions greus. **En cas d'identificar un niu**, s'aconsella contactar amb un professional per a la seva eliminació segura i adequada.

Prevenció de picades

- Cal evitar acostar-se a les plantes que estiguin florint, sempre que sigui possible.



- Si un insecte perillós està volant al nostre voltant, el millor és **quedar-nos quiets i tranquils**, ja que si ens movem pot picar-nos.
- Fer servir roba llisa**, de colors que no siguin cridaners i que ens cobreixi la major part possible del cos, tot evitant estampats florals o de colors cridaners que puguin excitar o atreure els insectes.
- Fer servir repel·lent antiinsectes**. Són substàncies que s'apliquen sobre la pell o la vestimenta per espantar els insectes i evitar les picades. **No maten l'insecte, el mantenen allunyat de la zona on s'apliquen**. La seva durada és variable depenent del principi actiu, la concentració i el clima. Cal seguir sempre les recomanacions del fabricant respecte al seu ús i aplicació.



- Cal evitar l'ús de perfums, cosmètics i locions oloroses.
- Si es deixa roba a terra després d'una pausa, cal **comprovar-la abans de tornar a posar-se-la**.

- En el cas de les **persones que treballin en assentaments apícoles**, per evitar el risc de picades d'abelles, caldrà **fer servir fum en el rusc** per neutralitzar el comportament protector de les abelles, a més de **fer servir equips de seguretat que protegeixin de possibles picades**. L'equip de protecció individual per als apicultors consta principalment de: granota, careta, guants, calçat tancat i adequat al terreny i polaines. Cal recordar que la granota de l'apicultor, així com els guants i la careta, hauran de ser de color blanc. Per ampliar-ne la informació, es poden consultar els nostres consells de prevenció i d'actuació en cas de picada d'abella en aquesta [fitxa](#).



Com prevenir plagues?

Per evitar l'entrada d'organismes (insectes, rosegadors i altres animals petits) **als centres de treball i prevenir plagues** es recomana:

- Tapar les esquerdes i els forats** de les parets i dels sostres, protegir les juntes de les portes i finestres, tot vigilant que tanquin bé.
- Protegir les finestres i reixetes de ventilació amb mosquiteres**, col·locar rivets a les portes, proteccions en els molls de descàrrega i reixetes en desguassos i canonades.
- Cal posar portes dobles a les plantes baixes d'àrees obertes**, on pugui haver-hi presència, per exemple, de rosegadors.
- Netejar totes les zones de l'empresa diàriament i exhaustivament**. Implantar **plans periòdics de desinsectació i desratització** dels centres de treball, i col·locar **insectocaptors**.
- Eliminar completament restes de menjar, residus i escombraries**. Els cubells de les escombraries han d'estar sempre tapats i s'han de buidar i netejar amb freqüència.