



CODIGO DE BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS

SECTOR SANITARIO

PLAN GENERAL DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS 2015



1.- INTRODUCCION Y OBJETIVOS

En la gestión de los riesgos derivados del sector SANITARIO, como en cualquier otra actividad se encuentran presentes riesgos derivados del desarrollo de la actividad que pueden afectar a la seguridad y salud de los trabajadores ocasionando en determinados casos accidentes de trabajo o enfermedades profesionales y en circunstancias más favorables “solamente” daños materiales o interrupciones indeseadas del proceso productivo.

Por este motivo, además de por ser requisito exigido por la legislación vigente para las empresas, se deben establecer las medidas oportunas para contribuir a la reducción o eliminación de estos riesgos laborales.

Estas medidas afectan a múltiples ámbitos de actuación, desde la formación de una organización preventiva en la empresa y su enraizamiento en la estructura jerárquica de la misma, a la aplicación de un plan de prevención del que no estarán ausentes la evaluación de los riesgos laborales y la consecuente planificación de la acción preventiva.

No menos importante resultará la formación de los trabajadores, facilitarles la información precisa así como habilitar los cauces oportunos de participación de los mismos en las decisiones que puedan afectar a la prevención de los riesgos laborales en la empresa.

A través de este código de buenas prácticas se pretende contribuir a mejorar la acción preventiva en las empresas del sector sanitario, mediante la aplicación de acciones que incidan de manera especial tanto en la organización de la prevención en las mismas como en la planificación de acciones tendentes a disminuir la incidencia de aquellos factores de riesgo más frecuentes en el sector de actividad, además de informar a las empresas sobre algunos de los requisitos legales en materia preventiva que deben contemplarse.

Lo incluido en este documento se basa en criterios generales en función del contenido de la normativa, si bien debe recordarse que corresponde a los órganos jurisdiccionales la interpretación de dicha normativa, además de la aplicación que de la misma puedan realizar, para cada caso concreto, los órganos administrativos competentes.

2.- MARCO LEGAL Y CONCEPTOS BASICOS

La prevención de riesgos laborales en nuestro país se encuentra regulada, básicamente, por la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales y sus reglamentos complementarios y de desarrollo. De éstos destaca por su importancia a efectos de organización y gestión preventiva en la empresa el Real Decreto 39/97 por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, recientemente modificado por el RD 337/2010.

Los Reglamentos derivados o complementarios a la Ley, regularán aspectos particulares o más concretos del ámbito preventivo (ATEX; Lugares de Trabajo, Equipos de trabajo, Señalización, Riesgo eléctrico, Riesgos en actividades de construcción, Equipos de protección individual, etc.)

Con independencia de ello, existe normativa que, siendo anterior a la vigencia de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, continúa vigente regulando aspectos particulares de la acción preventiva (Reglamentos sobre plomo metálico, cloruro de vinilo monómero, etc.).

Igualmente existe numerosa normativa Jurídico-Técnica que, como su denominación parece hacernos ver, regula fundamentalmente aspectos técnicos, pero que pueden tener relevancia a efectos de prevenir riesgos durante el desarrollo de la actividad laboral (básicamente Reglamentos industriales).

Por último cabe destacar el papel que las normas convencionales (Convenios Colectivos) pueden desempeñar en la regulación de condiciones de trabajo a efectos preventivos en sus correspondientes ámbitos de aplicación.

La Ley 31/95 de Prevención de riesgos laborales constituye el marco básico en el que se desenvuelve la prevención en nuestro país. Establece un régimen de responsabilidades y obligaciones tanto de las empresas como de los trabajadores así como de las distintas administraciones públicas.

Por lo que respecta a las empresas, éstas están obligadas a desarrollar las actividades preventivas acogiéndose a alguna de las modalidades de organización específica que se les brindan, en función de sus particulares características (tamaño de la empresa, peligrosidad de la actividad desarrollada, etc.).

Igualmente deberán realizar cuantas actividades sean necesarias para que el desempeño de la actividad no represente un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estas actividades se desarrollarán y articularán básicamente entorno al Plan de prevención, evaluación de los Riesgos, la planificación de la acción preventiva, la vigilancia de la salud, el desarrollo de la información y la formación de los trabajadores, etc.

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales desarrolla algunos conceptos básicos y definiciones que pueden resultar importantes a la hora de clarificar determinados aspectos en materia preventiva. Se señalan a continuación algunos de ellos:

Prevención: Será “el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo”.

Riesgo Laboral: “la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo. Para calificar un riesgo desde el punto de vista de su gravedad, se valorarán conjuntamente la probabilidad de que se produzca el daño y la severidad del mismo”.

Quizás uno de los más significativos por su repercusión y amplitud sea el de **Condición de trabajo** que se define en la Ley como “cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores”.

Dentro de esta definición se abarcan aspectos tales como:

Las características generales de los locales e instalaciones

- ¿donde se desarrolla la actividad?
- ¿en qué condiciones se encuentra?
- ¿con que medios de protección cuenta?
- ¿De qué medidas de emergencia y evacuación dispone?

Las características generales de los equipos, productos y demás útiles

- ¿Que equipos de trabajo, herramientas y productos se utilizan?
- ¿En que estado de conservación se encuentran?
- ¿Están sometidos a un mantenimiento y control periódico?
- ¿Cuentan con las protecciones adecuadas?

La naturaleza de los agentes físicos, químicos y biológicos presentes en el ambiente (intensidades y concentraciones).

Los procedimientos para su utilización

- ¿Existe exposición a agentes de este tipo?
- ¿Pueden resultar peligrosos?
- ¿Sus concentraciones o niveles de presencia pueden dañar la salud?
- ¿Se manipulan o utilizan de forma adecuada?
- ¿Se cuenta con los equipos de protección adecuados?

Otras características del trabajo incluidas las relativas a su ordenación y organización

- ¿Cuentan los trabajadores con la formación preventiva adecuada?
- ¿Han sido informados de los riesgos de su actividad y de las correspondientes medidas preventivas?

- ¿Cuenta la empresa con una organización preventiva apropiada?
- ¿Se encuentra adecuadamente integrada la prevención en la empresa?

Como se ve, las condiciones de trabajo a efectos de prevención de riesgos afectan a la práctica totalidad de los aspectos de la actividad dado que cualquiera de ellos, en circunstancias desfavorables puede incidir en la generación de riesgos para los trabajadores.

Es responsabilidad de la empresa que estas condiciones de trabajo no sean fuente de riesgo para los trabajadores.

Queda por ver, cómo la empresa podrá lograr el objetivo de que no se generen riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores. Para ello la legislación nos da una serie de pautas:

- Estableciendo una organización preventiva adecuada a las circunstancias de la empresa.
- Integrando la prevención en el sistema general de gestión de la empresa como una actuación más a desarrollar, comprendiendo su conjunto de actividades así como a todos sus niveles jerárquicos. Esta integración se desarrollará a través de la implantación y aplicación de un Plan de Prevención de Riesgos Laborales.
- Favoreciendo la colaboración de los trabajadores y su integración en materia preventiva a través de sus órganos de participación.
- Adoptando los instrumentos básicos para la gestión y aplicación del Plan de Prevención como son la Evaluación de Riesgos y la planificación de la acción preventiva.

El Plan de Prevención será el instrumento esencial a través del cual se integrará la actividad preventiva de la empresa en su sistema general de gestión y se establecerá su política en materia de prevención. Deberá ser aprobado por la Dirección de la Empresa y asumido por su estructura organizativa.

La Evaluación de riesgos, como instrumento básico de la gestión y aplicación de la acción preventiva, se encuentra destinada a estimar la magnitud de los riesgos que no se hayan podido evitar obteniendo la información necesaria para que la empresa pueda decidir respecto a la adopción de medidas preventivas y, en su caso, sobre el tipo de medidas a adoptar.

Nos encontramos en este caso, ante un punto de partida, diagnóstico del estado de la empresa en materia de seguridad y salud, necesario para desarrollar ulteriores acciones de corrección si fuera necesario. En resumen, debo saber cómo me encuentro para determinar lo que debo hacer para que las “condiciones de trabajo” no sean lesivas para mis trabajadores.

Esta evaluación o diagnóstico inicial deberá repetirse en determinadas circunstancias (cuando cambien las condiciones de trabajo, incorporación de nuevos trabajadores especialmente sensibles, cuando se hayan detectado daños para la salud de los trabajadores que hagan pensar en una inadecuación de las actividades preventivas o su insuficiencia).

Cuando el resultado de la evaluación ponga de manifiesto situaciones de riesgo, el empresario deberá planificar la actividad preventiva con el fin de controlar o reducir dichos riesgos conforme a un criterio de prioridades en función de su importancia y/o número de trabajadores que puedan verse afectados.

En la planificación se tendrá en cuenta la posible existencia de reglamentación sobre riesgos específicos y los principios generales de la acción preventiva (Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales).

Por tanto, una vez detectados los riesgos y evaluada su magnitud (Evaluación), se deben planificar las acciones tendentes a su reducción o eliminación.

La planificación deberá incluir necesariamente, no solo los aspectos técnicos o materiales sino también aquellos que afecten a la organización así como a la formación de los trabajadores de la empresa.

Por último señalar que siempre se deberá prestar atención para poder desarrollar una política de prevención óptima, a la canalización y puesta en marcha de los mecanismos de información, consulta y participación de los trabajadores, elemento esencial en este ámbito.

3.- DERECHOS Y DEBERES DE EMPRESA Y TRABAJADORES

La legislación en prevención establece una serie de derechos y deberes de empresa y trabajadores en materia de prevención que, además de por ser requisito legal, constituyen una base imprescindible para conseguir una eficaz gestión de la prevención en la empresa y coadyuvan a la consecución de los objetivos deseados y ya señalados en apartados anteriores.

Entre estos derechos y deberes podemos destacar:

Información

Se debe garantizar que los trabajadores se encuentren informados de los riesgos presentes en el trabajo tanto los generales de la empresa como los particulares de cada puesto o tarea, así como las medidas de prevención y protección aplicables a dichos riesgos y las medidas de emergencia previstas.

Tengamos en cuenta que resulta esencial que los trabajadores sepan qué riesgos genera la actividad y que medidas de prevención se deben adoptar para evitarlos. El conocimiento de los riesgos redundará en una mayor seguridad en la actividad.

Formación

Se debe asegurar que los trabajadores reciben una formación adecuada, teórica y práctica en materia preventiva, tanto en el momento de su incorporación como cuando se produzcan cambios en sus funciones, tareas o se introduzcan cambios en los equipos de trabajo que utilicen.

La formación deberá ser específica del puesto de trabajo o función que desempeñen.

Consulta y participación

El empresario debe consultar a los trabajadores, permitiendo su participación, en lo referente a las materias que puedan afectar a la seguridad y salud en la empresa. Los trabajadores podrán efectuar propuestas para la mejora de los niveles de seguridad y salud en la empresa.

Esta participación se podrá canalizar en la mayoría de los casos a través de órganos de representación de los trabajadores específicos en materia de prevención (Delegados de Prevención, Comités de Seguridad y Salud).

Vigilancia de la salud

La empresa debe garantizar a los trabajadores la vigilancia periódica de su salud en función de los riesgos de la tarea.

Esta vigilancia, se llevará a cabo con el consentimiento del trabajador, exceptuando determinados casos.

Las medidas de vigilancia de la salud se llevarán a cabo respetando el derecho a la intimidad y dignidad de la persona del trabajador y la confidencialidad de la información relacionada con su estado de salud.

Los trabajadores, por su parte, deben velar por su propia seguridad y por la de aquellos otros a los que les pueda afectar su propia actividad.

Conforme a su formación y siguiendo las instrucciones del empresario deben, entre otras cosas:

- Usar adecuadamente los equipos de trabajo, sustancias, etc.

- Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados por la empresa.
- No poner fuera de servicio y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad con los que pueda contar el centro de trabajo o los equipos utilizados.
- Cooperar con la empresa para que se puedan garantizar unas condiciones de trabajo seguras.

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/95) establece una serie de figuras para poder materializar la representación de los trabajadores en materia de seguridad y salud que, como se indicó con anterioridad, serán en muchos casos, las que canalizarán los derechos de información y consulta además de constituir, en uno de los casos, un importante foro de participación

Delegados de Prevención

Son los representantes de los trabajadores con funciones específicas en materia de prevención de riesgos laborales y serán designados por y entre los representantes del personal en el ámbito de sus órganos de representación.

Su número seguirá una escala relacionada con el número de trabajadores de la empresa desde un mínimo de 1 a un máximo de 8 Delegados de Prevención.

Comité de Seguridad y Salud

Es el órgano paritario y colegiado de participación destinado a la consulta regular y periódica de las actuaciones de la empresa en materia de prevención de riesgos laborales.

Se formará un Comité de Seguridad y Salud en todas las empresas o centros de trabajo que cuente con 50 o más trabajadores.

Estará formado por un lado por los Delegados de Prevención y por otro lado por el empresario y/o sus representantes en igual número al de los Delegados de Prevención.

Se reunirá trimestralmente y siempre que sea solicitado por alguna de sus representaciones.

Entres sus funciones concretas estará la participación en la elaboración y puesta en práctica de los planes y programas de prevención y la promoción de iniciativas sobre métodos y procedimientos para la prevención de riesgos.

4- SECTOR SANITARIO

4.1. Introducción

La importancia del sector sanitario en el mundo del trabajo es creciente y, en muchas de nuestras ciudades, los hospitales son las empresas más importantes en cuanto al número de trabajadores que ocupan.

Bajo el concepto de personal sanitario podemos englobar al personal empleado en hospitales, laboratorios médicos y servicios médicos estatales.

Si bien el personal no sanitario que trabaja en instituciones sanitarias está, hasta cierto punto, expuesto a los mismos riesgos que el personal médico y para médico, el código va a limitarse a identificar los riesgos del primer grupo (personal sanitario)

4.2. Riesgos laborales en el sector sanitario

4.2.1 Riesgos laborales de accidente de trabajo

- Caídas al mismo nivel: durante los desplazamientos a lo largo de la jornada, debido al mal estado del suelo (baldosas, sueltas, moqueta levantada o irregular, suelo resbaladizo, etc.) por falta de orden y limpieza, etc.
- Caídas a distinto nivel: Por el uso de algún medio (escaleras, banquetas, etc) para llegar a zonas elevadas de estanterías o armarios, o por el uso de las escaleras fijas que presenten deficiencias (escalones resbaladizos, desgastados o rotos, contrahuellas de altura variables, barandillas flojas o inexistentes).

- Caídas de objetos por desplome o manipulación: por inestabilidad, falta de anclaje, sobrecarga o mal estado de las estanterías, o por materiales indebidamente ubicados o durante la manipulación y transporte de monitores y equipos de trabajo, especialmente en situaciones de emergencia.
- Choques o golpes contra objetos móviles o inmóviles: en desplazamientos por zonas con espacios reducidos, con falta de orden y limpieza, con falta de visibilidad o en zonas donde haya presencia de cantos agudos de mesas, camas, camillas, equipo clínico, etc. También puede darse si existen puertas y otras estructuras transparentes sin señalizar, puertas vaivén, etc.
- Golpes/Atropellos por vehículos: incluidos tanto los accidentes in itinere como los ocasionados durante la jornada laboral, debido debidos a factores técnicos, atmosféricos, factores asociados al diseño o el estado de la vía pública, fallos humanos por problemas físicos (lipotimias, diabetes, cardiopatías, epilepsia, etc.), psíquicos (prisa, estrés, etc.) exceso o falta de experiencia respecto al vehículo o la vía, o por conductas inseguras.
- Atrapamiento: puede darse en instalaciones de radiodiagnóstico, al estar en contacto con los elementos mecánicos de los equipos de trabajo, puertas basculantes y/o ascensores, etc. Y también en máquinas o equipos de oficinas con presencia de elementos móviles /destructoras de documentos, etc...).
- Cortes/Pinchazos: al manipular instrumental clínico y otros elementos cortantes o punzantes, como material quirúrgico, y el uso de jeringas o cuando se trabaja con material de vidrio, cuya rotura provoca con una frecuencia cortes, o si el vidrio roto se tira en lugares no adecuados ni señalizados.

- Proyección de fragmentos, partículas o líquidos: al manipular sustancias utilizadas en diversas actividades médicas (desinfectantes, derivados del yodo, antibióticos, etc.), /o durante las operaciones quirúrgicas donde pueden producirse proyecciones de pequeños fragmentos de hueso, tejido, fluidos, etc. O por la proyección de fragmentos de vidrio procedentes de la rotura de material de vidrio debido a una sobrepresión
- Contacto térmico: al manipular materiales calientes o muy fríos, o utilizar equipos a temperatura elevada o muy baja: (autoclaves, hornos, unidades criogénicas, etc.) debido a la falta de aislamiento de los equipos, a no seguir los procedimientos seguros, a la falta de señalización del riesgo, etc.
- Contacto eléctrico: por fallos en las instalaciones eléctricas, equipamientos electromédicos, equipos de oficinas (ordenadores, impresoras, etc.).
- Contacto con sustancias nocivas, tóxicas o corrosivas: En centros sanitarios y hospitales, este riesgo puede darse por contacto con compuestos o fármacos citostáticos o por inhalación al aplicar medicamentos y productos en forma de aerosol, debido a grandes concentraciones en el ambiente producidas por fugas en aparatos o instalaciones o por ingesta de productos desinfectantes como alcohol etílico, lejía, etc.
- Incendio y/explosión: el riesgo de incendio puede ser originado por causas eléctricas, (cortocircuitos o sobrecarga por mala instalación o falta de mantenimiento) o por causas térmicas, (existencia de fuentes de calor donde hay productos inflamables). El riesgo de explosión puede darse en múltiples estancias (laboratorios, quirófanos, salas de calderas, salas de almacenamiento de botellas de hidrógeno u oxígeno, instalaciones frigoríficas, autoclaves o compresores.

- Agresión: por pacientes o familiares principalmente en las unidades más problemáticas como urgencias, psiquiatría, centros para discapacitados psíquicos, geriátrico, trabajos en ambulancias, lugares solitarios o trabajos aislados, etc.
- Sobreesfuerzos: (principalmente en el trabajo de auxiliares de clínica, celadores, personal de rehabilitación, etc) por la movilización de pacientes.

4.2.2 Riesgos laborales de enfermedad profesional

- Exposición a contaminantes químicos: exposición a anestésicos o durante las operaciones de preparación y administración de citostáticos o por el uso de desinfectantes con formaldehído o esterilizantes, etc. En las áreas de traumatología se utilizan materiales como yesos, cementos, etc. El riesgo en estas actividades se genera durante la elaboración y aplicación de resinas. Existe además riesgo de exposición a compuestos como el látex o disolventes usados en laboratorios y trabajos de mantenimiento y limpieza, etc. Otros elementos nocivos pueden ser el yodo, el mercurio.
- Exposición a contaminantes biológicos: originan infecciones (vírica o bacteriana) por vía digestiva respiratoria, por contacto dérmico y por vía parenteral, ocasionados por la manipulación y cura de enfermos, la falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de seguridad, por el sistema de ventilación, etc.
- Exposición a radiaciones ionizantes: Depende del tiempo de exposición, la distancia entre la fuente y la persona o la materia interpuesta entre ambos, afectando a diversas áreas sanitarias.
- Exposición a radiaciones no ionizantes: por el uso de equipos electromédicos que generan diversos tipos de radiaciones no ionizantes, tales como: campos electromagnéticos, rayos ultravioleta, ultrasonidos, onda corta, rayos láser, etc.

- Fatiga visual en trabajo con ordenador: sobre un campo especialmente iluminado (quirófanos) o con ordenadores, produciendo deslumbramientos directos e indirectos.
- Ruido: por el uso de determinados instrumentos electromecánicos, por trabajos llevados a cabo en laboratorios, por el ruido ocasionado de maquinaria, como consecuencia de la falta de aislamiento en equipos o mantenimiento inadecuado .
- Disconfort térmico: en especial en lavanderías, salas de máquinas, instalaciones frigoríficas, etc.

4.2.3 Otros riesgos laborales

- Fatiga física: muy común en auxiliares de clínica y celadores, al adoptar posturas forzadas o incorrectas durante espacios e tiempo prolongados y en personal sanitario que trabaja frente a pantallas de ordenador durante gran parte de la jornada laboral.
- Fatiga mental: por pertenecer a un colectivo al que se le exige un alto grado de responsabilidad, autoridad y autonomía y por disponer de habilidades interpersonales para resolver situaciones para evitar conflictos.

5- PLANIFICACION DE MEDIDAS PREVENTIVAS Y BUENAS PRACTICAS EN EL SECTOR SANITARIO

- Orden y limpieza, con los pasillos y áreas de trabajo libres de obstáculos.
- Uso de calzado sujeto al pie, con suela antideslizante y homologado con marcado CE.
- Limpieza inmediatamente de cualquier producto derramado accidentalmente.
- El suelo no debe presentar irregularidades y estar correctamente iluminado.
- Los cables deben canalizarse.

Código de Buenas Prácticas Preventivas – Sector sanitario

- Utilizar los elementos diseñados para acceder a alturas
- Mantenimiento adecuado de las escaleras de mano.
- Las escaleras fijas deben disponer de barandilla de 90 cms y ser de material antideslizante.
- No sobrecargar las estanterías y armarios, colocando los materiales más pesados y/o voluminosos en los estantes inferiores.
- Los archivadores deben disponer de sistemas de bloqueo que impidan la apertura simultánea de más de un cajón.
- No sobrecargar los carritos o bandejas de transporte del material de curas, administración de medicamentos, comida para los enfermos, etc.
- Los botellones de gases comprimidos se transportarán en carritos especiales que garanticen su equilibrio y sujeción, permaneciendo sujetos mediante abrazaderas o cadenas su lugar de destino o almacenaje.
- Cerrar siempre los cajones y las puertas de mesas, armarios y archivos después de su uso.
- Todos los elementos móviles de máquinas e instalaciones deben estar dotados de un sistema de protección por medios mecánicos (pantallas, resguardos, etc) para evitar el acceso a los puntos peligrosos.
- Respetar las instrucciones de uso del fabricante para el manejo de las máquinas y equipos de trabajo.
- Las operaciones de limpieza, mantenimiento y reparación de los equipos deben realizarse SIEMPRE con las máquinas paradas y por personal especializado
- Mantener el instrumental clínico o quirúrgico en un buen estado de limpieza, esterilización y conservación siguiendo los protocolos establecidos.
- Utilizar siempre el instrumental adecuado en las operaciones a realizar y transportarlo en fundas o estuches adecuados los punzantes o cortantes.

Código de Buenas Prácticas Preventivas – Sector sanitario

- Depositar el instrumental clínico desechable en contenedores específicos, quedando prohibido encapsular, doblar, romper o quitar manualmente las agujas de las jeringuillas tras su uso.
- Examinar antes de su uso los utensilios de vidrio.
- Los vidrios rotos y el material cortante se colocarán en contenedores específicos mediante pinzas o guantes resistentes al corte.
- Uso de gafas de seguridad y mascarilla o pantalla facial cuando exista el riesgo de proyección de fragmentos o partículas.
- Utilizar pinzas y guantes térmicos homologados con marcado CE que protejan de las temperaturas de calor o frío.
- Las partes del equipo expuestas a temperaturas extremas deben estar protegidas mediante material aislante.
- Información a los trabajadores sobre las instrucciones de uso y procedimientos de trabajo, antes de utilizar equipos o aparatos.
- Queda prohibido alterar o modificar los dispositivos de seguridad de los equipos (aislantes, carcasas de protección, etc.)
- Las clavijas y bases de enchufes han de ser normalizadas y compatibles para conectar los equipos eléctricos.(no ladrones)
- Los equipos electromédicos deben ser instalados, mantenidos y reparados por personal acreditado o por correspondientes servicios técnicos autorizados.
- Evitar el contacto con equipos mojados, o con las manos o partes del cuerpo mojadas.
- En caso de electrocución, no tocar al accidentado antes de desconectar la electricidad.
- Poner la ficha de seguridad a disposición de los trabajadores que manipulen los productos químicos.

- Existirán sistemas de extracción de vapores en las zonas de esterilización o desinfección y sistemas de detección de fugas de refrigerante en instalaciones frigoríficas.
- Los reactivos y disolventes serán manipulados dentro de vitrinas o cabinas dotadas de sistema de extracción.
- Prohibido transvasar un producto químico salvo que se etiquete nuevamente.
- Prohibido comer, beber y fumar, durante la manipulación de las sustancias químicas.
- Higiene personal: lavado de manos, quitarse la ropa de trabajo contaminada y lavarla antes de volverla a utilizar, uso de equipos de protección individual.
- En caso de accidente durante la manipulación o exposición a productos químicos, deben existir las correspondientes medidas (duchas de seguridad, fuentes lavaojos, y lista de teléfonos de servicios del centro o del exterior a los que avisar en caso de urgencia).
- Los productos inflamables deben almacenarse dentro de armarios específicos, en zonas señalizadas y destinadas para ello.
- Mantenimiento de extintores y otros medios de extinción (Bocas de Incendio Equipadas, Columnas Hidrantes Exteriores, sistemas de detección y extinción automática, etc.)
- Mantener libres de obstáculos los accesos a extintores, bocas de incendio y demás medios de protección.
- Señalizar la prohibición de uso de ascensores o montacargas en caso de incendio.
- Deberá disponerse de medios de protección adecuados según marca la ley en caso de existencia de instalaciones para gases medicinales y frigoríficos.
- Uso de aparatos y equipos a presión seguros con marcado CE.

- Los equipos susceptibles de producir explosiones, deberán estar dotados de elementos de seguridad y manejarse y realizar su mantenimiento preventivo de acuerdo a las instrucciones del fabricante.
- Para evitar las agresiones, Respetar los procedimientos de control de acceso: registro de entrada o de acreditación de las personas, la reducción de los tiempos de espera, la comunicación fluida entre el personal y los pacientes y familiares, las salas de espera confortables, la existencia de intercomunicadores o teléfonos para casos de emergencia, pulsadores o timbres de emergencia, etc. En caso de agresión, durante una situación conflictiva, conviene hablar pausadamente, mantener la calma, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.
- Para evitar lesiones por sobreesfuerzos durante la movilización de pacientes, dar formación e información a los trabajadores, siempre que sea posible, lleva a cabo la movilización de personas mediante medios mecánicos, evitar coger pesos elevando los brazos a más de 90°, la movilización de una persona con un peso superior a 50 kg se realizará en pareja.
- Mantener unos hábitos de vida saludables basados en la práctica de ejercicio físico de forma regular, el control de peso, una alimentación equilibrada y la realización de ejercicios de relajación para disminuir contracturas musculares.
- Para evitar la exposición a contaminantes químicos, es recomendable el uso de circuitos cerrados de ventilación (anestésicos), sistemas de eliminación de gases o sistemas de ventilación por extracción localizada
- El trabajo con compuestos citostáticos se realizará siguiendo los protocolos de trabajo, rotación de puestos, actuación en casos de emergencia, etc. Utilizar cabinas de flujo laminar vertical para el preparado de compuestos citostáticos y otros fármacos.

- También se puede optar por el uso de “aisladores” o zonas de trabajo totalmente cerradas por elementos rígidos o flexibles y equipados con filtros absolutos.
- Extremar las precauciones en la limpieza y desinfección del instrumental que no sea de un solo uso, seguir todas las recomendaciones sobre las medidas del tipo higiénico y utilizar los EPI's adecuados.
- En todos los centros sanitarios debe establecerse un Plan de Gestión de residuos químicos peligrosos con procedimientos de trabajo diferenciados en función del tipo de residuo: (citostáticos, formaldehído, líquidos de revelado radiográfico, mercurio, etc.) así, por ejemplo, las excretas de pacientes tratados con fármacos citostáticos deben ser consideradas como material contaminante.
- La aplicación de medicamentos en forma de aerosol se hará en salas de aislamiento dotadas de ventilación independiente, mediante mando a distancia, evitando la entrada a la sala hasta pasados cinco minutos. Debe disponerse en todas las salas de aplicación de información para el personal expuesto y para familiares de los enfermos tratados.
- Las aplicaciones o fumigaciones con formaldehído deben realizarse a temperaturas de al menos 21° C, con una humedad relativa de un 70% y un tiempo de contacto de 8 horas.
- Los equipos de esterilización se instalarán en salas independientes, garantizando la estanqueidad durante el proceso y la eliminación del gas al finalizar el ciclo de trabajo del esterilizador.
- En caso de reacciones alérgicas al látex, deben ser sustituidos por otro tipo de guantes.
- Lavarse las manos después del uso de los guantes con jabón neutro y secarlas cuidadosamente

- En las preparaciones de yesos en quirófanos o traumatología se recomienda el uso de cabinas dotadas de extracción y uso de guantes impermeables al metacrilato.
- Debe instalarse un sistema de extracción/ventilación forzada del cuarto oscuro de revelado, para evitar la acumulación de vapores.
- Respetar los periodos de seguridad por utilización de plaguicidas después de la desinfección de una sala.
- Para evitar la exposición a riesgos biológicos, además de las medidas excepcionales para grupos de riesgo (embarazadas y/o en período de lactancia), cada área debe seguir sus requisitos de aislamiento, señalar el riesgo, disponer los procedimientos y medios de esterilización y desinfección necesarios, promover el uso de equipos desechables y respetar las siguientes normas básicas de higiene personal:
 - Cubrir las heridas y lesiones con apósito impermeable al iniciar la actividad laboral.
 - No comer, beber ni guardar alimentos en salas de curas, laboratorios de diagnóstico y lugares similares. Tampoco se puede fumar y utilizar cosméticos.
 - Almacenar alimentos en lugares adecuados lejos de potenciales focos de contaminación biológica.
 - Es imprescindible el lavado de manos y otras superficies que hayan estado en contacto con fluidos o muestras contaminadas, y siempre después de quitarse los guantes. Tras el lavado de manos, las manos se secarán con toallas de papel desechables o corrientes de aire.
 - Al manipular sangre, fluidos biológicos, mucosas, heridas, muestras y otros objetos o superficies contaminadas, utiliza EPI's con marcado CE y como ropa de trabajo, batas, delantales, etc. adecuados para su uso.

- Con relación al uso de guantes de un solo uso:
 - No tocar con las manos enguantadas los ojos, nariz, mucosas o la piel
 - No abandonar el puesto de trabajo ni circular fuera de las zonas de riesgo con los guantes puestos.
 - Lavarse las manos nada más quitarse los guantes.
 - Evitar llevar anillos, brazaletes u otras joyas bajo los guantes para prevenir desgarros.
 - Evitar el sobre uso de los guantes. Desecha los guantes para prevenir desgarros.
- El tratamiento y eliminación de los residuos se realizará de acuerdo con la normativa vigente y los procedimientos marcados por la empresa. Todos los desechos biológicos deben ser descontaminados antes de su eliminación
- Cada centro sanitario deberá disponer de un Plan de Emergencia frente a exposiciones a Agentes Biológicos adaptado a las circunstancias.
- En la exposición a radiaciones ionizantes, reducir al mínimo la dosis que pueda recibir el personal expuesto, realizar mediciones ambientales y un control dosimétrico individual en función del tipo de radiación y de la clasificación de la zona, la gestión de residuos radioactivos se realizará siguiendo la normativa legal establecida y los procedimientos de trabajo establecidos por la empresa responsable
- La instalación de rayos X dispondrá de las condiciones de seguridad exigibles legalmente (blindajes, controles de calidad, etc.), la disposición de las salas dispondrá de zonas protegidas con las distancias necesarias, las superficies de estructuras, instalaciones y lugares de trabajo deben ser lisas, exentas de poros y fisuras y que permitan su fácil descontaminación. Deberán disponer además de detectores de contaminación en las salidas de las zonas controladas.

- En salas de braquiterapia, se deberá disponer de un área separada para la preparación, implante y hospitalización de pacientes, llevarse a cabo un registro de la recepción, clasificación, salidas y entradas de almacén, retirada, etc de las fuentes radioactivas y señalar con marcas y colores las fuentes radioactivas para facilitar su elección.
- En salas de tele terapia el equipo debe disponer de todos los sistemas de seguridad necesarios como, por ejemplo, dispositivos de enclavamiento que impidan el salto entre etapas, interruptor de puerta y de emergencia, monitor de radiación ambiental con alarma, limitadores de fugas, temporizadores de corte de la radiación, etc.
- En los tratamientos con medicina nuclear:
 - Los utensilios de las comidas, ropas personales y de cama, etc. se considerarán como residuos radiactivos
 - Las zonas donde se manipulen las fuentes radiactivas deben estar clasificadas, delimitadas y señalizadas según indica la legislación vigente sobre radiaciones ionizantes.
 - La señalización diferencia si se trata de zonas vigiladas (señales en gris) de acceso restringido, zonas controladas (señales en verde), zonas de permanencia limitada (señales en amarillo) o zonas de acceso prohibido (señales en rojo).
 - Efectuar la manipulación de radionúclidos sobre bandejas recubiertas de material absorbente para evitar la dispersión en caso de derrames accidentales.
 - En caso de derrame, recogerlo en papel absorbente y descontaminar la superficie hasta niveles aceptables. Si no es posible, cubrir la zona para evitar que se extienda. Abandonar la ropa contaminada en el lugar del suceso, impidiendo el acceso a toda persona ajena al plan de emergencia y acotar el área.

• En casos de contaminación, seguir las siguientes instrucciones:

• Contaminación externa:

• Quitarse la ropa y lavar la zona contaminada varias veces dando la prioridad a los orificios naturales, zonas de arrugas y uñas. Utilizar abundante agua, jabón neutro y un cepillo blando, evitando el uso de disolventes.

• Si la contaminación no está delimitada o es difusa, ducharse con agua tibia y jabón suave, procurando no sumergir los pies. En caso de persistir la contaminación, utilizar lejía diluida en agua y permanganato potásico, cubriendo la piel finalmente con glicerina.

• Utilizar para lavar cada parte afectada, el producto o sustancia adecuado:

- Ojos: Abundante agua o una solución salina al 4% seguida de ácido bórico al 2%.

- Pelo: Champú, seguido de lavado con una solución de ácido cítrico al 3%, ácido acético al 1% o ácido clorhídrico al 1% y un lavado final con champú.

- Mucosas, fosas nasales y boca (dientes, encías, etc.): Solución acuosa de cloruro sódico al 9%, o de ácido cítrico al 3%, o de jabón ácido líquido.

- Garganta: Hacer gárgaras con agua oxigenada al 3'6 %.

- Contaminación interna:
 - Comprensión venosa (en el caso de heridas), el lavado de boca o estómago, provocar el vómito, etc.
 - Administración, por parte del médico de sustancias que bloqueen la absorción intestinal y de los órganos críticos.
- En las áreas expuestas a radiaciones no ionizantes, las medidas preventivas son:
 - Los equipos deberán disponer de marcado CE
 - Poner a disposición de los trabajadores que manipulen estos equipos, las instrucciones de uso y los procedimientos de seguridad
 - Separación y aislamiento de los recintos
 - Señalizar el riesgo
 - Reducir el tiempo de exposición del personal
 - Realizar periódicamente un control y medición de los niveles de radiación, para detectar fugas y un mantenimiento adecuado de todas las instalaciones y equipos
 - Evitar que las pinturas o recubrimientos de las paredes y techos favorezcan la reflexión para evitar exposiciones innecesarias.
- En quirófanos y salas iluminadas con un foco de luz específica, debe disponerse además de una iluminación general para evitar grandes diferencias de luminosidad entre el campo de trabajo y el resto
 - Sustituir las máquinas ruidosas por otras más silenciosas, a fin de aumentar los niveles de confortabilidad acústica
 - No eliminar las carcassas o elementos de la máquina que protegen del ruido y ubicarla lo más alejada posible del lugar de trabajo.
 - Realizar mediciones periódicas del nivel de ruido

- Mantenimiento periódico y adecuado de los sistemas de climatización, ventilación, etc. y de sus diferentes componentes (difusores, filtros, etc).
- Evitar la temperatura y humedad extrema, manteniéndose dentro de los siguientes rangos: de 20 a 24 °C en Invierno y de 25 a 26 °C en Verano y una humedad relativa entre el 45% y el 60%.
- El sistema de renovación del aire debe permitir una renovación aproximada de 17 a 25 m³ por hora y por trabajador.
- Diseño ergonómico de los puesto de trabajo para evitar la fatiga física, situando el plano de trabajo a la altura del codo o brazos:
 - Evitar posturas de pie estáticas prologadas apoyando el peso del cuerpo sobre una pierna u otra alternativamente, bien alternando en lo posible las posturas de pie y sentado, etc.
 - Alternar actividades repetitivas (distribución de comidas, hacer las camas, etc) con otras menos forzadas. Realizar pausas cortas.
 - Utilizar ropa de trabajo amplia que permita fácilmente el movimiento. El calzado debe ser cómodo, antideslizante, sujeto al tobillo y con un tacón grueso de unos 5 cm. aproximadamente.
 - Si el nivel de atención y concentración requerido es elevado y constante, es conveniente alternar con otras tareas de menor exigencia mental o bien realizar pausas.
 - Establecer, en la medida de lo posible, la prioridad (grado de urgencia e importancia) de las actividades a realizar para gestionar el tiempo con mayor eficacia y tener un mayor control sobre el trabajo a realizar.

- Si el puesto de trabajo implica una organización de turnos y rotación de horarios, es muy importante respetar los horarios de alimentación, y que ésta sea equilibrada.
- En turnos nocturnos se ha de respetar al máximo el ciclo de vigilia – sueño, recomendándose que el cambio sea aproximadamente entre las 6-7 / 14-15 / 22-23 horas. Los turnos de noche y tarde no serán más extensos que los turnos de mañana. Siempre que sea posible, la carga de trabajo nocturno ha de ser menor que las de los otros turnos.