



Prevención de Riesgos Laborales en el Transporte Sanitario (SG. SAMUR-Protección Civil)

MÓDULO 4: LOS RIESGOS LABORALES EN SAMUR-PC Y SU PREVENCIÓN

1. Introducción.

2. Los riesgos laborales en la SG. SAMUR-PC.

- 2.1. Riesgos ligados de las condiciones de seguridad y su prevención.
- 2.2. Riesgos ligados de las condiciones del medio ambiente y su prevención.
- 2.3. Riesgos derivados de las condiciones ergonómicas y su prevención.
- 2.4. Riesgos derivados de las condiciones psicosociales y su prevención.
- 2.5. Riesgos específicos de los operadores de telecomunicaciones y gestión de flota.

3. Otras situaciones y escenarios posibles:

- 3.1. Situación de embarazo y lactancia.
- 3.2. Salidas nacionales e internacionales a simulacros o en colaboración de ayuda humanitaria en catástrofes naturales.

Anexos:

- **Textos de obligada lectura.**
- **Bibliografía y sitios Web de interés.**



1. INTRODUCCIÓN.

En este cuarto y último módulo nos centramos en los riesgos laborales propios de la actividad TS de la SG. SAMUR-PC. Nada de lo que se diga en este módulo nos debería de resultar extraño y es el que más directamente está relacionado con el trabajo del día a día.

Como comprobaréis, hay enlazados muchos documentos que sirven de ampliación a la información reseñada en el texto. No son textos largos y deben ser leídos.

2. LOS RIESGOS LABORALES EN EL TS DE LA SG. SAMUR-PC.

Para determinar los riesgos laborales del personal de TS acudimos a la Evaluación de Riesgos elaborada por el SPRL del Ayto. de Madrid.

Es importante destacar que cualquier empleado público de la SG. SAMUR-PC tiene acceso a todos los documentos que hacen relación expresa a la PRL a través de la aplicación Ayre. Entre ellos:

- Evaluación de riesgos y Planificación de la actividad preventiva: elaborado por el SPP.
- Manual de Procedimientos SAMUR-PC, BIS, SAMUR_Comunicación, Estadísticas e investigación de accidentes de trabajo y Cartelería: elaborados desde la SG. SAMUR-PC
- Ponencias en Congresos: elaborados por diversos autores.

Para completar el estudio, hacemos una revisión a las tareas básicas desarrolladas durante la actividad por los diferentes equipos de trabajo, los materiales, herramientas, máquinas y equipos de trabajo utilizados y las técnicas y procedimientos aplicados durante el mismo, así como las particularidades de los horarios y lugares de trabajo, ya sea vía pública, instalaciones industriales, estaciones de transporte público, etc. Finalmente se han agrupado por equipos de trabajo con la siguiente distribución:

1. Personal de TS Operativo (incluidos Psiquiatría y Psicología), Mandos y Equipos especiales:
2. Personal de TS de Apoyo.
3. Personal de TS de Dirección.
4. Personal de TS de Comunicaciones y Gestión de flota.

Para el completo estudio del tema, será obligatoria también la lectura de los documentos de la evaluación de riesgos publicada en Ayre a través del siguiente enlace: <http://ayre.munimadrid.es/portal/site/ayre3/menuitem.7f998b6de50e62948c101870b95286a0/?vgnnextoid=e2562bc9ff285510VgnVCM1000001d4a900aRCRD&vgnnextchannel=fd56427f8a6bb410VgnVCM2000000c205a0aRCRD&vgnnextfmt=default&idProcedencia=95cf001539c6e410VgnVCM2000000c205a0aRCRD&numPaginaProcedencia=0>



1. Personal de TS Operativo, Mandos y Equipos Especiales:

Este grupo lo forman el mayor número de personas de la SG. En él encontramos Médicos, Psicólogos, Enfermeros y Técnicos, todos ellos especialistas en Emergencias, cuyas labores se dirigen principalmente a la atención sanitaria dentro de las competencias del SAMUR-PC.

El horario de los equipos de las ambulancias es de 17 horas (en tres turnos) y de los equipos de Mando y Especiales, de 24.

La secuencia común, salvo situaciones especiales, de este colectivo es:

- Acudir al centro de trabajo (Base 0) por sus medios (transporte privado o público).
- Transitar por Base 0 para acceder al vestuario donde se cambia la ropa de calle por el uniforme reglamentario y, posteriormente hacerse cargo del vehículo y material designado. Eventualmente pueden transitar por esta base para otros menesteres administrativos.
- Desplazarse a su base operativa en el vehículo asignado y permanecer en ella mientras no estén realizando un aviso, pudiendo comer allí, descansar, estudiar o practicar actividades de ocio.
- Acudir con los vehículos asignados a los avisos enviados por la Central de Comunicaciones, dando y recibiendo información durante el trayecto. La prioridad, salvo indicación en contra es P1 o P2, con lo que acudirán con las sirenas y rotativos activados.
- Atender las demandas sanitarias aplicando el Manual de Procedimientos del servicio.
- Si las condiciones de seguridad no permiten el acceso, se quedarán en las inmediaciones y si esto no es posible saldrán del lugar y permanecerán a la espera de las órdenes de la Central de Comunicaciones y los responsables del servicio.
- Se podrán realizar servicios “de preventivo”, permaneciendo durante el tiempo establecido en un lugar determinado, y servicios “especiales”, en condiciones similares.
- Realizar traslados de heridos o enfermos a cualquier hospital de la Ciudad de Madrid, incluso fuera del municipio, previa autorización.
- Los Mandos y sus técnicos acudirán a los servicios reglamentados, y a aquellos que éstos estimen oportunos con el fin de valorar la actuación de los equipos allí presentes, coordinarse con otros servicios de emergencia o realizar labores asistenciales.
- Los Equipos especiales aportarán y manejarán el material diferenciado de apoyo y protección del que disponen en aquellos incidentes reglamentarios o demandados a los que acudan con sus vehículos. En caso de necesidad podrán ser ayudados por el resto de los intervinientes y realizar labores asistenciales.
- Cumplimentar los informes del servicio reglamentarios.
- Finalizado el servicio, acudirán de nuevo a B 0, dejarán el vehículo repostado y revisado, volverán al vestuario a dejar el uniforme reglamentario en los depósitos de



ropa sucia establecidos y terminarán sus obligaciones laborales por ese día, volviendo a su domicilio o donde estimen oportuno.

2. Personal de TS de Apoyo.

Podemos definir al Personal de apoyo como aquellos trabajadores con las mismas categorías profesionales que los anteriores, cuyas tareas están destinadas a mantener la operatividad del servicio, acudiendo a B0 en las mismas condiciones que los demás, generalmente permaneciendo en dicha base, pero respetando horarios más limitados (salvo los UROS que están 24 horas) y las tareas asignadas. En caso de necesidad podrán salir en con vehículos oficiales a realizar labores específicas o incluso, asistenciales. No mantienen una uniformidad de horarios, pudiendo encontrar horarios de 8 y 17 horas.

Las tareas que generalmente realiza este personal, incluyendo el uso vehículos en caso de necesidad y las de cualquier componente de TS según su categoría profesional, son:

- Recepción y entrega de vehículos.
- Mantenimiento básico de vehículos utilizando los equipos y herramientas.
- Mantenimiento básico de bases operativas.
- Distribución de equipos de trabajo, vestuario, equipos de protección, material de electro medicina, de papelería, etc.
- Gestión del archivo documental.
- Labores en materia de PRL.
- Gestión de personal.
- Gestión de la formación.
- Gestión de la red de comunicaciones y utilización de equipos electrónicos.
- Realización de labores administrativas y uso generalizado de PVD.
- Cumplimentar los informes del servicio reglamentarios.

3. Personal de TS de Dirección.

Son los responsables del Servicio en cada una de las áreas en las que éste está dividido. Tienen categoría profesional de Médicos o Enfermeros y desarrollan normalmente su actividad en B0. Tienen en común con el resto el centro de trabajo, el cumplimiento de los Procedimientos y la sujeción a las normas de horarios y uniformidad. Pueden realizar también labores asistenciales de forma esporádica y como personal de Mando, guardias de 24 horas.

Las tareas designadas para este personal son:

- Labores de gestión y administración.
- Relaciones institucionales con otras organizaciones y el propio Ayto.
- Utilización de PVD y otras herramientas de oficina.
- Cumplimentar los informes del servicio reglamentarios.



4. Personal de TS de Comunicaciones y Gestión de flota.

Es el grupo de Técnicos en Emergencias que desarrolla sus tareas en las dos centrales de comunicaciones (112 y Cisem) a turnos de 12 horas, mañana y tarde. Están sujetos a los mismos cumplimientos que el resto del personal, y en caso de necesidad podrán realizar sus tareas externas en el CICOIN u otra estructura que se defina como Central.

Estos trabajadores realizan las siguientes tareas genéricas:

- Acudir al centro de trabajo designado.
- Asignar los recursos a las demandas según los Procedimientos del servicio.
- Gestionar la flota de vehículos con los equipos informáticos puestos a su disposición.
- Manejar los programas y aplicaciones informáticas para dicho fin.
- Uso de PVD.
- Uso de equipo de telecomunicaciones.
- Cumplimentar los informes del servicio reglamentarios.

A continuación se hace la descripción de los riesgos laborales y las técnicas de prevención utilizadas que son comunes a todos los trabajadores, añadiendo aquellos que pudieran darse exclusivamente en un colectivo, como por ejemplo, el uso de PVD para el personal de Comunicaciones, teniendo en cuenta su utilización conjunta con equipos de telefonía y telecomunicaciones. Dichos riesgos los dividiremos en los siguientes grupos:

2.1 Riesgos ligados de las condiciones de seguridad y su prevención.

2.2 Riesgos ligados de las condiciones del medio ambiente y su prevención.

2.3 Riesgos derivados de las condiciones ergonómicas y su prevención.

2.4 Riesgos derivados de las condiciones psicosociales y su prevención.

2.1 RIESGOS DERIVADOS DE LAS CONDICIONES DE SEGURIDAD Y SU PREVENCIÓN.

Los riesgos derivados de las condiciones de seguridad son los que generan accidentes de trabajo y pueden producir cualquier tipo de lesión física, desde cortes simples a trastornos musculoesqueléticos invalidantes o incluso la muerte. Son debidos a las condiciones de los lugares de trabajo, las máquinas, las herramientas y equipos de trabajo y la manipulación manual de cargas.

La identificación del riesgo, sus causas más comunes y su prevención para los riesgos derivados de las condiciones de seguridad:



Riesgos y causas más comunes derivados de las condiciones de seguridad en el TS	Medidas preventivas (se adjuntan los enlaces a los diferentes documentos informativos)
<ul style="list-style-type: none"> • Riesgo de accidente (in itinere) durante los desplazamientos de ida y vuelta al centro de trabajo por medio de: <ul style="list-style-type: none"> - Medios privados. - Medios de transporte público. - Desplazamiento a pie. • Riesgo de accidente de tráfico (in misión), por el desplazamiento y/o conducción de vehículos a motor, tanto ligeros como pesados durante el servicio (accidente in misión) ya sea con Prioridades 1 y 2 (unidad activada en emergencia) como en Prioridades 3 y 4 (unidad no activada en emergencia). • Se incluye vuelco. • Riesgo de atropello, por el acceso a vías de circulación de vehículos, de trenes, aeropuertos u otros medios de transporte. 	<ul style="list-style-type: none"> - Documento del SP del Ayto. de Madrid: Información en PRL relativa al desplazamiento de ida y vuelta al trabajo: http://ayre.munimadrid.es/UnidadesDescentralizadas/Salud/PrevencionRiesgosLaborales/Publicaciones/Ficheros/Trafico.pdf - Documento del SP del Ayto. de Madrid: Información en PRL relativa al desplazamiento durante la jornada laboral: http://ayre.munimadrid.es/UnidadesDescentralizadas/Salud/PrevencionRiesgosLaborales/Publicaciones/Ficheros/RiesgosLaboralesDesplazamiento.pdf - SeguridadVialGuíaLegal2017.pdf (.pdf) - Guía de Buenas Prácticas PRL SAMUR-PC.pdf - ConducciónBIS_47.pdf. - ProcedimientosactuaciónconjuntamanualSamur.pdf - CinturónSeguridadBIS_nov2016.pdf - ConducciónDiciembre2016.pdf - SeguridadSiniestrosVH_Diciembre2015 - Usodelavía.pdf - Seguridad cinturones.mp4
<ul style="list-style-type: none"> • Riesgo de atrapamiento, con los objetos móviles (sillones, camillas, etc.); de contusión con los muebles; y de caída o desplome otros elementos del interior de los vehículos. • Riesgo de atrapamiento con la máquina expendedora de ropa 	<ul style="list-style-type: none"> - BancadaSAMURComunicacion_Junio2015.pdf - AtrapamientocamillasBIS_abril2016 - DIPTICO ITURRI carrusel medidas de seguridad.pdf - Seguridad_AsientosCabinaAsistencial.mp4 - Seguridad_BancadaHidraulica.mp4 - Seguridad_Vehiculos_CamillaFuego2013.wmv
<ul style="list-style-type: none"> • Riesgo de caída, tropiezo, corte y otros, por permanecer y transitar por todo tipo de lugares y espacios peligrosos durante las intervenciones, espacios potencialmente peligrosos (vía pública, vías de tren, carreteras, asistencia en subsuelo y en altura, etc.) • Riesgo de caída en altura en intervenciones a más de 2 metros. 	<ul style="list-style-type: none"> - ProcedimientosactuaciónconjuntamanualSamur.pdf - EPISmanualSamur.pdf
<ul style="list-style-type: none"> • Riesgo de sepultamiento o de ser arrastrados en intervenciones en subsuelo, tuberías, espacios confinados y similares. 	<ul style="list-style-type: none"> - 080manualSamur.pdf



<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de incendio y explosión: - Por descargas electrostáticas de equipos de trabajo (chispas). - Trasvase de sustancias inflamables. 	<ul style="list-style-type: none"> - HojaRescateVHBIS_51.pdf - G. ATEX MutuaBalear.pdf - SEGURIDAD CONTRA INCENDIOS.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Sobresfuerzo por mmc (maletines, monitores, balas de O2, etc.) y el manejo, traslado con equipos y movilización de pacientes. Movimientos inesperados de los pacientes. ● Subida y bajada de los vehículos. Desplazamientos, subida y bajada de escaleras ● Riesgo de posturas inadecuadas durante la movilización de pacientes, manejo de cargas, montaje equipos de trabajo, tiendas de campaña, equipos de iluminación, refrigeración, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> - SeguridadIntubaciónSAMURComunicacion_mayo16.pdf - MMCBIS_45.pdf - MMCBIS_56.pdf - MovilizaciónPacientesBIS_abril2017.pdf - Sobresfuerzos_octubre2016.pdf - Sofresfuerzos_Septiembre2016.pdf - MMCmonitor.pdf - Ratrapamiento.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Cortes y pinzados con material sanitario (agujas, catéteres) o en espacios asistenciales por la presencia de cristales rotos, chapas cortadas u otro elementos cortantes o punzantes 	<ul style="list-style-type: none"> - EPISmanualSamur.pdf - PrecaucionesUniversalesBIS_55.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de contacto eléctrico (directo e indirecto) por: - Utilización de equipos de trabajo a tensión, tales como grupos electrógenos, aparatos de electro medicina, etc. - Contactos eléctricos por la presencia de elementos bajo tensión en los lugares y espacios de trabajo, así como la intervención con vehículos eléctricos. 	<ul style="list-style-type: none"> - G. Electricidad MutuaBalear.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de quemaduras por: - Presencia de humos, gases o calor por fuego o explosión en las intervenciones. - Permanecer durante tiempo prolongado a la exposición al sol. - Contacto con equipos de trabajo calientes (motores u otros) y otros elementos presentes en las intervenciones (equipos electrógenos, compresores, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> - EPISmanualSamur.pdf - Calor_BISJulio2015.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de agresión por parte de los pacientes, familiares o terceros presentes en el lugar de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> - SituacionesConflicivasBIS_enero2017.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de agresión por animales u otros seres vivos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Precaución animales.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Alcance de proyectiles, metralla u otros materiales en explosiones o disparos en atentados. militar 	<ul style="list-style-type: none"> - UD3_TÁCTICA DE ACTUACION EN ZONA URBANA EN AMBIENTE HOSTIL.pdf - ConsensoHartdord2.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de accidente con aeronaves: - Al subir o bajar enfermos o heridos críticos. - Al tomar o despegar las naves. 	<ul style="list-style-type: none"> - Prevenciónaeronaves.pdf
<ul style="list-style-type: none"> - Falta de orden y limpieza. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ordenylimpieza_MutuaBalear.pdf - orden,limpiezaymantenimientoGuíalugares.p



	df
--	----

2.2 RIESGOS DERIVADOS DE LAS CONDICIONES DEL MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO Y SU PREVENCIÓN:

La materialización de los riesgos derivados de las condiciones del medio ambiente de trabajo durante la actividad laboral del personal de TS puede generar gran número lesiones y enfermedades graves por el contacto con las sustancias químicas o biológicas presentes en el entorno de trabajo y los agentes físicos con los que podemos interactuar. Los daños producidos pueden ir desde alteraciones en el sistema cardiovascular y respiratorio hasta la muerte por la infección de un virus hemorrágico del grupo 4. Los contactos con estos agentes se calificarán como accidente de trabajo en un primer momento, pudiendo derivar en una enfermedad profesional.

La identificación del riesgo, sus causas más comunes y su prevención para los riesgos derivados de las condiciones de seguridad:

Riesgos y causas más comunes derivados de las condiciones del medio ambiente de trabajo en el TS	Medidas preventivas (se adjuntan los enlaces a los diferentes documentos informativos)
<ul style="list-style-type: none"> ● Ruido: <ul style="list-style-type: none"> - Producido por las sirenas de los vehículos. - Producido en las vías públicas o en los lugares de asistencia. 	<ul style="list-style-type: none"> - EPISmanualSamur.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Vibraciones: <ul style="list-style-type: none"> - Transmitidas por los vehículos. - Transmitidas por el terreno en los desplazamientos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mantenimiento básico de los vehículos. - Cumplimentación del procedimiento de averías.
<ul style="list-style-type: none"> ● Condiciones termohigrométricas: <ul style="list-style-type: none"> - Calor / frío, humedad, aire: trabajos a la intemperie 	<ul style="list-style-type: none"> - Calor_BISJulio2015.pdf - EPISmanualSamur.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Exposición a radiaciones electromagnéticas: <ul style="list-style-type: none"> - RNI por el trabajo a la intemperie. - RI en caso de accidentes radiológicos en instalaciones industriales, sanitarias, accidentes de MM PP con materiales radiactivos. Se incluye la posibilidad de tener que intervenir en accidentes nucleares por indicación legal. - Utilización de equipos con emisión de rayo láser. 	<ul style="list-style-type: none"> - NTP 261. Láseres, riesgos en su utilización. http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/201a300/ntp_261.pdf - IntervenciónRadiológicaOMS.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Condiciones de iluminación: <ul style="list-style-type: none"> - Insuficiente nivel de iluminación. - Reflejos directos e indirectos. - Contraste de luminancias. 	<ul style="list-style-type: none"> - iluminaciónlugaresdetrabajo.pdf



<ul style="list-style-type: none"> ● Contacto con agentes químicos: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización de medicamentos peligrosos. - Labores de limpieza y desinfección. ● Contacto con materias tóxicas o corrosivas en cualquiera de sus estados físicos (líquido, sólido, gas): <ul style="list-style-type: none"> - Contacto con desechos o basuras. - Derrames y accidentes de la industria química ● Contacto con sustancias irritantes: <ul style="list-style-type: none"> - Accidentes con sustancias químicas irritantes. - Utilización de gases “pimienta” (spray de defensa) ● Contacto con sustancias tóxicas, irritantes o venenosas en estado gaseoso: <ul style="list-style-type: none"> - Incendios y explosiones. - Fugas en industrias químicas. - Otros accidentes 	<ul style="list-style-type: none"> - ETIQUETAS.pdf - SeñalizaciónMMPP.pdf - ConsejosdespuésdelusoERA.pdf - RiesgoQuímicoBIS_53.pdf - Cartel Residuos 2012 A3.pdf - Pictogramasproductosquímicos.pdf - EPISmanualSamur.pdf - Utilizaciónmáquinaultrasonidos.pdf - 080manualSamur.pdf - fichaseguridadO2.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Contacto con agentes biológicos: <ul style="list-style-type: none"> - Contacto con fluidos corporales potencialmente infecciosos en labores asistenciales, de descontaminación y/o de transporte. - En la eliminación de residuos. ● Contacto con otros agentes biológicos: <ul style="list-style-type: none"> - Virus. - Bacterias. - Protozoos. - Hongos. - Parásitos humanos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Vestido y desvestido para intervinientes con riesgo biológico.mp4 - GT.Rbioyvigsalud.pdf - RbiológicoBIS_50.pdf - SeguridadIntubaciónSAMURComunicacion_mayo16.pdf - PrecaucionesUniversalesBIS_55.pdf - RBiologicoBIS_febrero2017.pdf - Vacunación_diciembre2015.pdf - PRL máquinalturri.pdf - dispositivosseguridad_ISCIII.pdf - precauciones_ISCIII.pdf - Poster-¿Comolavarse.pdf - Poster-¿Comodesinfe.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Contacto con sustancias liberadas en actos terroristas: <ul style="list-style-type: none"> - Sustancias químicas. - Sustancias biológicas. - Sustancias radiactivas. 	<ul style="list-style-type: none"> - IntervenciónRadiológicaOMS.pdf - EPISmanualSamur.pdf - 080manualSamur.pdf

2.3 RIESGOS DERIVADOS A LA ERGONOMÍA LABORAL Y LA PSICOSOCIOLOGÍA APLICADA Y SU PREVENCIÓN.

Los riesgos ligados a la Ergonomía laboral y la Psicología aplicada son los derivados tanto de las tareas y la organización y estructura del trabajo, como de las características particulares del trabajador.



Aunque la lista de riesgos ergonómicos y psicosociales es muy amplia, y de los daños a la seguridad y salud de los trabajadores más, la Inspección de Trabajo y Seguridad Social identifica sólo los siguientes:

1. Riesgos ergonómicos:

- a. Carga física (por condiciones del puesto, manipulación manual de cargas, trabajos repetitivos y posturas forzadas).
- b. Por el uso pantallas de visualización de datos –PVD- (TME, carga mental y fatiga visual).

2. Riesgos psicosociales:

- a. Carga mental.
- b. Insatisfacción laboral.
- c. Estrés.
- d. Violencia laboral (“Moobing” y otras formas de violencia laboral).
- e. Organización del trabajo.
- f. Trabajo a turnos.
- g. Trabajo nocturno.

Analicemos los que pueden darse en el personal del TS en la DG. SAMUR-PC.

RIESGOS DERIVADOS DE LAS CONDICIONES ERGONÓMICAS:

Aunque quizás sería más acertado hablar de la “falta de condiciones ergonómicas”, veamos la identificación, sus causas más comunes y su prevención en los riesgos derivados de las condiciones ergonómicas:

Riesgos y causas más comunes derivados de las condiciones ergonómicas en el TS	Medidas preventivas (se adjuntan los enlaces a los diferentes documentos informativos)
<ul style="list-style-type: none">● Fatiga crónica por:- Gran mmc durante la jornada de trabajo, equipos, maletines, monitores, pacientes, etc.- Subir y bajar escaleras en domicilios, estaciones de metro, intercambiadores y otros espacios públicos y privados.- Conducción de vehículos de emergencia durante muchas horas.	<ul style="list-style-type: none">- PVDBIS_46.pdf- Acodicionamientofísico_Julio2016.pdf- Acondicionamiento_Septiembre2015.pdf- Sentarse-bien-Sentirse-Bien.pdf- SentarseCorrectamente.pdf- G.MOVILIZACIÓNDEENFERMOS_Mu tuaBalear.pdf- Lumbalgia.pdf



<ul style="list-style-type: none"> - Falta de descansos fijos. - Utilización de PVD (especialmente en los operadores de la Central de Comunicaciones. • TME por: <ul style="list-style-type: none"> - Manipulación manual de cargas. - Posturas forzadas en asistencias complicadas, espacios reducidos, redacción de informes en espacios inadecuados y realización de técnicas médicas in situ (por ejemplo, intubaciones difíciles y canalizaciones circulatorias). - Tensión durante la conducción. - Utilización de pantallas de PVD (especialmente los operadores de la Central de Comunicaciones). - 	
<ul style="list-style-type: none"> • Fatiga visual: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización de PVD (especialmente los operadores de la Central de Comunicaciones. - Por conducción nocturna y deslumbramientos durante el trabajo nocturno. - Por atención a los datos en equipos de trabajo de pequeño tamaño (analizadores, monitores, etc.) - Redactar informes con falta de luz. 	<ul style="list-style-type: none"> - PVD.pdf - iluminaciónlugaresdetrabajo.pdf

RIESGOS DERIVADOS DE LAS CONDICIONES PSICOSOCIALES:

<p>Riesgos y causas más comunes derivados de las condiciones psicosociales en el TS</p>	<p>Medidas preventivas (se adjuntan los enlaces a los diferentes documentos informativos)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Riesgo de carga mental por: <ul style="list-style-type: none"> - Mantenimiento continuado de atención a los equipos de telecomunicaciones, estado alerta permanente y falta de descansos durante las guardias. - Toma de decisiones rápidas con alta repercusión a terceros (en la conducción, en los diagnósticos, en la realización de técnicas enfermeras, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> - (Cap.4) 1os_auxiliosPsicologicos_OMS.pdf - EstrésSAMUR_COMNICACIÓN_agosto2015.pdf
<ul style="list-style-type: none"> • Insatisfacción laboral por: 	<ul style="list-style-type: none"> - Estrategias Bornout.jpg



<ul style="list-style-type: none"> - Sistema de contratación. - Falta de promoción y carrera profesional. - Relaciones laborales en continuo conflicto. - Jerarquización de la estructura laboral. - Falta de control sobre la demanda de la actividad y el ritmo de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> - ExámenesFebrero2016.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Estrés laboral por: <ul style="list-style-type: none"> - Exceso de carga de trabajo física. - Exceso de demanda en términos de atención, respuesta a estímulos, toma de decisiones, complejidad de la tarea o tareas repetitivas. - Vivencia de continuas situaciones de peligro real. - Trabajo nocturno y turnos. - Por la presión asistencial. - Toma constante de decisiones que comprometen la seguridad y salud de propia y la de terceros en tiempos y espacios muy cortos. - Mantenimiento del estado de alerta de forma continua a los sistemas de comunicaciones. - “Burnout” por el tipo de trabajo dentro del ámbito sanitario y las AA PP. 	<ul style="list-style-type: none"> - BurnoutBIS_49.pdf - EstrésSAMUR_COMNICACIÓN_agosto2015.pdf - FatigaxcompasiónBIS_diciembre2015.pdf - Problemática del trabajo nocturno. http://www.consejogeneralenfermeria.org/index.php/sala-de-prensa/noticias/item/12336-el-turno-de-noche-eleva-el-riesgo-cardiovascular - (Cap.4) 1os_auxiliosPsicologicos_OMS.pdf - Estrategias Bornout.jpg
<ul style="list-style-type: none"> ● Violencia laboral por: <ul style="list-style-type: none"> - Por la ejercida por los pacientes o su entorno. - Insatisfacción personal o malas relaciones personales. 	<ul style="list-style-type: none"> - DefiniciónViolencia.pdf - Violencia-en-el-trabajo-y-sus-modalidades-análisis-del-fenómeno-en-Europa-España-y-Latinoamérica.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Otros riesgos: <ul style="list-style-type: none"> - Absentismo laboral. - Riesgo de alteración de la conducta y otras alteraciones psíquicas (por ejemplo ciclo vigilia-sueño). - Riesgo de alteraciones sistémicas a nivel digestivo, circulatorio y respiratorio. ● Riesgos asociados a las características del trabajador: <ul style="list-style-type: none"> - Falta o exceso de preparación para las tareas encomendadas. - Incumplimiento de expectativas personales en el trabajo. Frustración. - Problemas de rol. - Conflictividad en las relaciones personales. 	<ul style="list-style-type: none"> - otraspatologíasPsic.pdf - EstrategiasAfrontamientoAbsentismo_laboral.pdf - Psi-bio-vulnerabilidad.pdf - BurnoutBIS_49.pdf - EstrésSAMUR_COMNICACIÓN_agosto2015.pdf

2.5 RIESGOS ESPECÍFICOS DE LOS OPERADORES DE TELECOMUNICACIONES Y GESTIÓN DE FLOTA:



Riesgos y causas más comunes derivados de las condiciones psicosociales en el TS	Medidas preventivas (se adjuntan los enlaces a los diferentes documentos informativos)
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de TME por: <ul style="list-style-type: none"> - Uso PVD junto con el uso de otros elementos de telecomunicaciones (teléfono, emisoras, etc). - Por mantenimiento de posturas inadecuadas en el uso de los equipos de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> - TunnelCarpiano_INSHT.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo eléctrico: <ul style="list-style-type: none"> - Contacto directo o indirecto por mal aislamiento de los equipos de trabajo o falta de mantenimiento en cables de conexión. 	<ul style="list-style-type: none"> - G. Electricidad MutuaBalear.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Inadecuadas condiciones termohigrométrica (temperatura, humedad, corrientes de aire, iluminación, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> - EDIFICIO_ENFERMO_Foment.pdf
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo de ruido: <ul style="list-style-type: none"> - Elevado nivel sonoro en los equipos de audición. - Elevado nivel sonoro en la sala de comunicaciones. - Hablar a voces 	<ul style="list-style-type: none"> - No hablar a voces. - Utilizar auriculares. - Ajustar el nivel sonoro de los auriculares. - No mantener varias conversaciones a la vez.
<ul style="list-style-type: none"> ● Riesgo psicosocial: <ul style="list-style-type: none"> ● Insatisfacción laboral ● Estrés 	<ul style="list-style-type: none"> - No personalizar y utilizar técnicas de comunicación adecuadas para no sentirse afectado por la violencia verbal por parte los usuarios, así como actuar solicitando consejo especializado ante los primeros síntomas de estrés. - Realizar una vida acorde a los turnos de trabajo, manteniendo el mismo ritmo de descansos y comidas de forma continuada. - Solicitar ayuda en los momentos en los que la actividad impida realizar las pausas y descansos necesarios. - (Misma documentación que en los riesgos psicosociales del resto de trabajadores).
<ul style="list-style-type: none"> ● Fatiga visual 	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar ejercicios de descanso para la vista y estiramientos musculares para evitar la fatiga que provoca el elevado nivel de atención sobre la pantalla al que obliga el puesto de trabajo. - Ser conscientes de la falta de parpadeo mientras se utilizan PVD. Parpadear con mayor frecuencia.



3. OTRAS SITUACIONES Y ESCENARIOS POSIBLES.

3.1. Situación de embarazo y lactancia.

La evaluación inicial de riesgos de los puestos operativos de la SG. SAMUR-PC, indica expresamente lo siguiente:

“De forma general, con objetivo de proteger su salud y la del feto, las trabajadoras embarazadas, o en periodo de lactancia natural no podrán estar expuestas a agentes, procedimientos o condiciones que les pueda afectar negativamente y concretamente a lo dispuesto en el Real Decreto 298/2009. Las trabajadoras embarazadas o parto reciente o en periodo de lactancia natural no deberían estar expuestas a choques, vibraciones, ruido intenso, radiaciones ionizantes, manipulación manual de cargas pesadas, frío o calor extremos, movimientos, posturas o desplazamientos, tanto en el interior como en el exterior del centro de trabajo, que puedan ocasionar un exceso de carga mental o física, agentes biológicos de los grupos 2, 3 y 4 o agentes químicos, que puedan poner en peligro su salud o la del feto. Por ello estas empleadas lo podrán comunicar al Departamento de Salud Laboral para que le sea aplicado el Procedimiento de adaptación o cambio de puesto ante riesgo laboral durante el embarazo y lactancia natural, disponible en ayre”.

“Consejos específicos para embarazadas

1. Siempre usar el cinturón de seguridad, en cualquiera de los asientos del vehículo. La banda ventral deberá pasar lo más bajo posible y la torácica pasará centrada por la clavícula, entre las mamas y lateralmente por el abdomen. Si es necesario, usar un sistema “BeSafe Pregnant”.

2. Aumente la distancia con el volante y el salpicadero.

3. Consultar si la activación del airbag puede suponer un riesgo para el feto y, si es así, proceder a su desactivación.

4. Consulte al médico sobre el riesgo vial que pueden suponer algunos trastornos asociados al embarazo (diabetes, fatiga, hipertensión, circulación sanguínea, taquicardias, disneas,...).”

En las **lecturas obligadas se encuentra el Procedimiento de Adaptación o Cambio por Embarazo o Lactancia** elaborado por el SP del a Ayto. de Madrid y sus OO AA.

3.2. Salidas nacionales e internacionales a simulacros o en colaboración de ayuda humanitaria en catástrofes naturales.



En los 25 años de vida del SAMUR-PC han sido muchos y muy variados los lugares a donde se ha acudido fuera del término municipal de Madrid, bien llamados para el apoyo a algún acto o celebración multitudinaria dentro del territorio nacional; a simulacros dentro y fuera de nuestro país; o a misiones internacionales para la ayuda humanitaria en catástrofes naturales.

Salvando las lógicas diferencias entre unas salidas y otras, todas tienen en común que el contingente que sale ha de ser autónomo durante el tiempo que dure dicha salida o misión.

Ser autónomo significa que el contingente de salida no debe precisar de la ayuda local para instalarse, trabajar, trasladarse, comer, beber, asearse o descansar. Por economía de medios, si al llegar al lugar de destino se pueden utilizar los medios y recursos del lugar, estos se utilizarán siempre que sean seguros. Un contingente que se presente sin posibilidad de mantenerse por sus medios será un problema para las autoridades del lugar al que llegan y sobretodo, para ellos mismos. En cualquier caso, se estará bajo el mando de la autoridad internacional o en su defecto, la local a la que se acuda.

El éxito de cualquier salida está en la acertada planificación del antes, del durante y del después de la misión. Apuntamos algunas medidas preventivas dictadas por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y las publicadas por el Instituto de medicina preventiva del Ministerio de Defensa.

Antes del desplazamiento:

- Reconocimiento médico. Quién no supere este reconocimiento no podrá salir a la misión.
- Vacunación según el lugar al que se acude. Intentar realizar este trámite al menos un mes antes de la salida.
- Aprender las costumbres y usos de los lugares a los que se acude.
- Además de la planificación de los materiales y recursos de la propia misión, elaborar una lista de las necesidades personales sin olvidar proveerse de la medicación que habitualmente tome cada integrante de la misión, los informes médicos y la documentación personal.

Durante los traslados y la estancia:

- Estar atentos a posibles mareos durante los viajes y sintomatología por los desfases horarios posteriores (jet-lag).
- Elección del emplazamiento adecuado en zonas altas y a refugio del viento, alejadas de lechos fluviales y de aguas estancadas y acúmulos de basuras.
- No beber agua local ni utilizarla para cocinar sin al menos clorar.
- Evitar la contaminación de los alimentos.
- Mantener una rutina de ejercicio y aseo.



- Comunicar a los compañeros cualquier tipo de incidente de salud y buscar su apoyo en momentos de tristeza. Evitar la soledad.

Después del desplazamiento:

- Volver a pasar otro reconocimiento médico.
- Completar el calendario vacunal y la profilaxis antipalúdica durante cuatro semanas (en caso de haberse iniciado y no se indica otra cosa por el servicio médico).
- Comunicar cualquier síntoma de enfermedad aunque sea menor por si se hubiera contraído una enfermedad durante el desplazamiento.
- Mantener contacto con los compañeros de la misión y compartir experiencias. El servicio SAMUR-PC pone a disposición de los integrantes de la misión la ejecución del “Procedimiento de apoyo psicológico inmediato a intervinientes tras incidentes críticos” y cualquier otra ayuda necesaria.

ANEXOS:

- **Textos de obligada lectura:**
 - o Manual de Procedimientos SAMUR-PC (Procedimientos comunes) en <http://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Emergencias-y-seguridad/Proteccion-civil/SAMUR-Proteccion-Civil?vgnextfmt=default&vgnextoid=c88fdb1bffa010VgnVCM100000d90ca8c0RCRD&vgnnextchannel=1516bb21278fe410VgnVCM1000000b205a0aRCRD>
 - o ProcAdaptacion_CambioEmbarazo_Lactancia.pdf en <http://ayre.munimadrid.es/portal/site/ayre3/menuitem.7f998b6de50e62948c101870b95286a0/?vgnextoid=3da83b630c085310VgnVCM2000000c205a0aRCRD&vgnnextchannel=6363fc4d7f4af010VgnVCM1000009b25680aRCRD&vgnextfmt=default>