

NORMAS DE TRABAJO SEGURO PARA TRABAJADORES SANITARIOS (Art. 18 Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales. Deber de información)

Los riesgos más comunes para la seguridad y salud en tu puesto de trabajo son los siguientes:

- Accidentes con biológicos (pinchazo, salpicadura, vía aérea, etc).
- Caídas al mismo nivel, a distinto nivel.
- Sobreesfuerzos (movilización de enfermos, equipos, material, etc).
- Exposición a sustancias químicas (citostáticos, oxido de etileno, formaldehído, gases anestésicos, etc)
- Exposición a radiaciones ionizantes y no ionizantes, (equipos de radiología, lámparas ultravioletas, etc).
- Incendio.

Las medidas de prevención que debes adoptar para evitar estos riesgos entre otras son las siguientes:

➤ Accidentes con biológicos:

- ✓ Todos los pacientes se consideran potencialmente infecciosos y por tanto se adoptarán las medidas de precaución universales.
Si todavía no lo estas, debes vacunarte, (hepatitis A-B, tétanos- difteria, varicela, antigripal etc.)
- ✓ Nunca encapuchar la aguja después de su utilización.
- ✓ Utilizar siempre el carro o batea para el traslado de las inyectables hasta el pie de cama. No deambular con inyectables en la mano.
- ✓ Los objetos cortantes y punzantes se eliminan únicamente en contenedores de bioseguridad. Nunca dejes abandonadas agujas ó bisturís encima de mesitas, cama o suelo.
- ✓ No deposites estos objetos cortantes o punzante en la basura, pensar que, otros trabajadores (limpieza) deben manipular estas bolsas.
- ✓ En caso de inoculación accidental, comunícalo al responsable o supervisor del servicio y acude al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.

➤ Caídas:

- ✓ No corras por los pasillos ni por las escaleras. No pises sobre superficies mojadas. Usa el calzado facilitado por la empresa.



➤ Sobreesfuerzos:

- ✓ En la movilización de enfermos, (levantar, cambios posturales, etc), y siempre que el paciente no colabore, se deberá utilizar la ayuda de las grúas que existen para ello. En los casos que no sea posible su utilización, se requerirá la colaboración de dos o más trabajadores, y se coordinará los movimientos al unísono.
- ✓ Cuando se tenga que manejar material o instrumental pesado se debe utilizar carros adecuados para su transporte..
- ✓ La manipulación de cajas y objetos de forma manual, se realizará transportando el menor peso posible, manteniendo la espalda recta y la carga cerca del cuerpo, sin realizar giros del tronco.



✓ Exposición a sustancias químicas:

- ✓ En la utilización de productos químicos, debes tener muy en cuenta la etiqueta del envase, o la ficha de seguridad del producto. Sigue estrictamente las recomendaciones de éstas antes de manipularlo. Casi siempre deberás utilizar guantes, mascarilla y gafas de protección.



➤ Exposición a radiaciones:

- ✓ Cuando se realicen pruebas de RX, en planta con equipo portátil, debes seguir las indicaciones del operador.
- ✓ Si estas embarazada debes extremar las precauciones y no acceder a salas donde se realicen exploraciones radiológicas.
- ✓ En la utilización de cabinas de seguridad biológica y químicos, antes de iniciar el trabajo, debes observar que la lámpara ultravioleta se encuentra apagada.



➤ Incendio:

- ✓ En caso de detectar un conato de incendio, debes mantener la calma, comunicarlo a tus compañeros y superiores sin crear alarma. Una vez comunicado a centralita se activará el plan de emergencia y acudirá la ayuda necesaria. Si no has recibido la formación adecuada en el manejo de equipos de extinción de incendios, deja que otros compañeros se encarguen. No pongas en peligro tu seguridad y la de los demás.



Albacete a de 2.003

**Recibí
El trabajador**