

Dime en qué trabajas y te diré qué te duele

09.03.2011 Arancha Bustillo

Hace unos días se conoció que el uso del chorro directo de una mezcla de agua y arena a presión para conferir al tejido vaquero la apariencia de ropa usada provoca, en aquellos que trabajan con esta técnica, una enfermedad pulmonar llamada silicosis. Una dolencia que también puede llegar a padecer los trabajadores de la industria, la minería e, incluso, los alfareros.



¿El trabajo perjudica la salud? Decía un viejo proverbio que “el trabajo dignifica”, pero no respetar las medidas básicas para prevenir los riesgos derivados de cada puesto laboral puede hacer que su cargo le implique también algún mal en su salud.

Hipoacusias (pérdida de audición progresiva), estrés, dolores de cabeza, lumbalgias, etcétera, son algunas de las patologías más comunes que puede sufrir un trabajador. Pero no las únicas. Según los datos publicados por el Ministerio de Trabajo e Inmigración en el último Boletín de Estadísticas Laborales correspondiente al ejercicio 2010, la forma de accidente laboral más frecuente fueron los esfuerzos físicos con un 38,8%, siendo el sector servicios el que más casos acumula. Estos sobreesfuerzos, según Ibermutuamur, mutua de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales de la Seguridad Social, “pueden dar lugar a diversas patologías, entre las que destacan los trastornos musculoesqueléticos”. Los ámbitos de la construcción y de la industria también son de los más afectados, “aunque cada sector tiene sus patologías asociadas”, indica la doctora y directora del área de organización sanitaria de sociedad de prevención de Fremap, Michèle L. Doporte Haigh.

Según Ibermutuamur, “sólo en lo que se refiere a enfermedades profesionales, la morbilidad (proporción de personas que enferman en un sitio y tiempo determinado) por traumatismos musculoesqueléticos ha supuesto un 69% del total de las enfermedades declaradas en 2010”. El doctor Francisco López, director sanitario de la Comunidad de Madrid de Asepeyo, coincide con Ibermutuamur en señalar este tipo de dolencia como la más habitual entre los trabajadores españoles, localizada en la espalda, los hombros y los codos. “Todas las actividades laborales que supongan la movilización, levantamiento, empuje de cargas, trabajos repetitivos y posturas forzadas son subsidiarias de producir estas dolencias”, asegura.

La forma de accidente laboral más frecuente fueron los esfuerzos físicos con un 38,8%

Dolencias no sólo físicas

Pero los trabajos de carácter físico no son los únicos que producen problemas en la salud. Los problemas en la vista, las contracturas y el estrés son típicos males derivados de los trabajos en oficina. Entre los profesores, los policías, la guardia civil y los médicos y enfermeras, es habitual el ‘efecto burnout’ (síndrome del profesional quemado), mientras que los conductores de autobuses y taxistas tienen riesgo de sufrir problemas cardiovasculares.

El cáncer ocupacional es uno de los mayores males derivados del trabajo. Según el presidente de la Asociación Española Especialistas Medicina del Trabajo, Antonio Iniesta, “se estima que entre el 5% y el 10% de los tumores en el mundo industrializado tienen un origen empresarial”. El cáncer de tiroides, linfomas y el mesotelioma pleural son algunos de los tumores más frecuentes. El problema es que “a los afectados se les diagnostica tarde (cuando ya están jubilados) y esto supone que estas personas pierdan la indemnización correspondiente”. Es decir, “el problema está infradiagnosticado”.

Entre los profesores, los policías, la guardia civil y los médicos y enfermeras, es habitual el ‘efecto burnout’ (síndrome del profesional quemado)

Para los especialistas en Medicina del Trabajo los motivos de este infradiagnóstico son claros. “En España se consideran patologías de origen laboral sólo a aquellas recogidas en la lista española de enfermedades profesionales y que, dentro de esta, están relacionadas con una actividad y causa concreta”, explica el Dr. Alfredo Ribelles, vocal de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo (AEEMT). Esta clasificación de las enfermedades profesionales no se hace –según Ribelles– “siguiendo criterios científico-técnicos, si no que se elabora basándose sobre todo en criterios económicos y legales, algo directamente relacionado con los intereses que se esconden tras las patologías de origen laboral”.

Los turnos laborales también repercuten en la salud. A pesar de que muchos expertos indican que los diferentes horarios no suponen sufrir más trastornos, el doctor Iniesta explica que los trabajadores del turno de noche son más propensos a sufrir problemas digestivos, hipertensión (por la ingesta de café), estrés y problemas de sueño. Aunque lo peor son los cambios de turno, pues producen cambios de biorritmo.

Además de las dolencias ya conocidas, el doctor Iniesta advierte de otras muchas que aún no están tipificadas: las relacionadas con las radiaciones de los móviles, por ejemplo.

Mejor prevenir

“Una buena evaluación de los riesgos, la adopción de medidas preventivas en el puesto de trabajo y de equipos de protección individual, y una correcta formación pueden prevenir las dolencias más comunes”, afirma la doctora Doport Haigh. Eso sí, “la eficacia de las acciones preventivas implantadas en las empresas va a depender del momento de ejecución de las mismas”, indican en Ibermutuamur. Sin embargo, hay muy pocas empresas con servicios de prevención propios y sus planes suelen ser generales y no específicos para cada empleado. **“Cuanto más pequeña es la empresa, la prevención de riesgos es menor”**, indica Iniesta.

Según la mutua, “en relación con las dolencias musculoesqueléticas, la prevención es uno de los principales retos para los próximos años ante un problema, que afecta, de forma creciente, a todos los sectores y ocupaciones”. La aprobación de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales en 1995 y el Reglamento de los Servicios de Prevención definió el marco para abordar los riesgos laborales en las empresas. “En dichos programas cobran especial importancia la formación y la divulgación”.

Clima laboral

El ambiente en el trabajo también influye en la salud. La temperatura, la iluminación, el mobiliario, son elementos que pueden dañar la salubridad de la plantilla. Y no sólo eso, el doctor Iniesta indica que los horarios, las relaciones con los compañeros y las exigencias que suponen determinados cargos también pueden implicar mayor estrés y problemas psicológicos.