

## NORMAS DE TRABAJO SEGURO PARA TRABAJADORES SANITARIOS. Nº1 (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 así como las medidas de prevención que debes adoptar para evitar estos riesgos entre otras son las siguientes:

### RIESGO BIOLÓGICO

- Todos los pacientes se consideran potencialmente infecciosos y se adoptarán las medidas de precaución universales/estandar.
- Utiliza los equipos (guantes, mascarillas, protectores oculares) o medidas de protección, SIEMPRE que sean necesarios, para protegerte a ti, al paciente y otros trabajadores.
- Cubrir cortes y heridas con apósitos impermeables.
- Si no es posible tener cerca el contenedor, utiliza el carro o batea para el traslado de los inyectables. No deambules con inyectables en la mano. Nunca reencapuches las agujas después de su utilización.
- Nunca dejes abandonadas agujas ó material cortante o punzante, encima de mesitas, cama, suelo o en contenedores de basura común. Piensa que, pones en riesgo al propio paciente, a ti mismo o a otros trabajadores. El personal sanitario que manipule objetos cortantes se responsabilizará de su eliminación.
- En caso de inoculación accidental, comunícalo de forma inmediata a tu responsable y ponte en contacto con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales ( y fuera del horario de 8:00 a 15:00h , con el de Urgencias) que valoraran la necesidad de inmunización, vacunación u otras medidas.



- Lávate las manos, antes y después de atender a cada paciente, entre distintas tareas y procedimientos.
- Los objetos cortantes y punzantes se eliminarán únicamente en contenedores de bioseguridad (no llenar más de 2/3 de su capacidad).
- Siempre que sea posible, el contenedor de eliminación de objetos cortantes y punzantes, debe estar próximo a la utilización de los mismos.

### RIESGO DE CAÍDA AL MISMO NIVEL

- Utiliza calzado adecuado facilitado por la Gerencia. No pises sobre superficies mojadas y no corras por pasillos ni escaleras.
- Las zonas de paso deben estar libres de obstáculos que dificulten el paso. Evita que los cables eléctricos de ordenadores, teléfono, etc. estén en las zonas de paso.

### PRODUCTOS QUÍMICOS

- Se dispondrá de la información de los productos químicos que se utilizan (etiquetado y ficha de seguridad). Antes de utilizar un producto, sigue estrictamente las recomendaciones de manipulación.
- Se utilizarán los equipos de protección recomendados por el fabricante.



## **SOBRESFUERZOS**

- En el caso de participar en la movilización de enfermos, (levantar, transportar, etc), y siempre que el paciente no colabore, utiliza medios mecánicos, como la ayuda de grúas.



- En los casos que no sea posible su utilización, se requerirá la colaboración de otros trabajadores, y se coordinarán los movimientos al unísono.

- Cuando se tenga que manejar material, historias clínicas o instrumental pesado, se deben utilizar carros adecuados para su transporte.
- La manipulación manual de cargas, se realizará transportando el menor peso posible, manteniendo la espalda recta y la carga cerca del cuerpo, sin realizar giros del tronco. Utiliza la fuerza de las piernas, para ello flexiona las rodillas.

## **EXPOSICIÓN A RADIACIONES IONIZANTES**

- Cuando se realicen pruebas con Rayos X fuera del Servicio de Radiología con equipo portátil, debes seguir las indicaciones del operador.



- Si estás embarazada, o si lo sospechas debes extremar las precauciones. Comunica esta situación a la Dirección y no accedas a salas donde se realicen exploraciones radiológicas.

- Si consideras que puedes estar expuesto a radiaciones ionizantes, acude al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales para solicitar información. En caso de ser necesario se te dará un dosímetro personal.

## **INCENDIOS**

- En caso de detectar un conato de incendio, debes mantener la calma, comunicarlo a tus compañeros y superiores sin crear alarma. Una vez comunicado se activará el plan de Emergencia y se seguirán las indicaciones de los equipos de intervención.

## **RIESGO ELECTRICO**

- Si surgen problemas con la instalación eléctrica o los equipos informáticos no funcionan correctamente, comunícalo al Servicio de Mantenimiento o al de Informática.
- No sobrecargar las tomas de corriente, evitando utilizar clavijas múltiples (ladrones). Para la reconexión de los equipos eléctricos tirar de la clavija y “nunca tirar del cable”.

Recibí

Nombre y apellidos:.....

Fecha:.....

Firma

*En caso de duda o para ampliar esta información puede dirigirse al Servicio de Prevención o responsable*