

CCOO vetlla per la teva salut (II)

Protocol de vigilància sanitària específica

Un cop demostrat (veure el nostre comunicat de data 27.1.05) que som usuaris de pantalles de visualització de dades establirem quins són els factors de risc que poden afectar la nostra salut.

- **FATIGA VISUAL** Molèsties oculars, trastorns visuals i trastorns extraoculars.

Factors que intervenen en aquestes alteracions

- ✓ **Distància incorrecta de l'ull a la pantalla o al teclat o al document.**

- **FATIGA FÍSICA O MUSCULAR** Dolores de coll, clatell, espatlla. També poden aparèixer molèsties per contractures en les extremitats superiors, avantbraç o dits. S'ha detectat en alguns casos irritacions de la pell o fins i tot reaccions al·lèrgiques. També poden donar-se alteracions psico-somàtiques, generades per l'esforç intel·lectual o mental excessiu els símptomes del qual poden ser mal de cap, mareig, hiper-sudoració, o nerviosisme; pot ser que les pertorbacions siguin de tipus psíquic, donant lloc a ansietat, irritabilitat, o dificultat de concentració, entre altres símptomes; o pot donar lloc a trastorns del son com els malsons o l'insomni.

Factors que intervenen en aquestes alteracions

- ✓ **Un mal disseny ergonòmic del nostre lloc de treball.**

De ben segur que més d'un ha patit o pateix algun dels símptomes aquí enumerats. No és cert?

Un cop establertes les causes i els seus efectes veurem quins són els protocols que s'han de seguir per millorar la nostra salut.

Per evitar aquests malestars el protocol sanitari estableix dues fases:

- 1. ESTUDI DEL LLOC DE TREBALL I ANÀLISI DE LES CONDICIONS DE TREBALL.**
- 2. VIGILÀNCIA MÈDICA, INICIAL A LA INCORPORACIÓ AL LLOC DE TREBALL, UNA AVALUACIÓ DE LA SALUT DESPRÉS D'INCORPORAR-SE AL LLOC DE TREBALL DESPRÉS D'UNA ABSÈNCIA PROLONGADA I UNA VIGILÀNCIA DE LA SALUT A INTERVALS PERIÒDICS.**

Aquests exàmens es realitzaran a l'inici del treball amb PVD; un examen específic de forma periòdica, ajustada al nivell de risc, i a l'estat i l'edat del treballador o treballadora, i a judici del metge responsable; i un examen a sol·licitud del treballador, quan apareguin trastorns que poguessin deure's al tipus de treball realitzat.

A més de la història clínico-laboral, l'exploració clínica i el control biològic, i els estudis complementaris en funció dels riscos inherents al treball, s'haurà de fer un reconeixement oftalmològic, el qual es divideix en dues parts, una, la realització d'un qüestionari de funció visual en treballs amb PVD, i una altra, el reconeixement oftalmològic ditament.

Arribats a aquest punt, ens haurem de preguntar: **quins són els passos que hem de donar per accedir a aquests exàmens?**

En primer lloc acudirem a **Intranet** ▶ **Menú Principal** ▶ **Altres documents** ▶ **Prevenió de Riscos** ▶ **Salut i revisions mèdiques** ▶ **Mod. 56 Sol·licitud de Revisió mèdica**. Om l'imprès i ho enviarem a ▶ **Secció d'Administració de Personal i Formació**. Al cap d'uns dies rebrem contestació amb el dia, hora i lloc de la revisió.

Per a aquest tipus de revisió serà convenient afegir la part d'aquest comunicat que ve a continuació, on s'especifica què ha de comprendre l'examen mèdic:

A) Exploració oftalmològica

Inspecció ocular.-	Test de SCHIRMER.- Valoració de la secreció lacrinal.
Control agudesa visual mono i binocular, de prop i de lluny.- Comprovació visió llunyana i pròxima.	Equilibri muscular.- Detecció possibles estrabismes.
Motilitat extrínseca	Anamnesi.- Qüestionari per determinar tipus de treball i antecedents familiars.
Majors de 40 anys visita oftalmològica	Reflexos pupil·lars
Sentit cromàtic.- Detecció malalties oculars que impedeixin diferenciar algun color.	Sentit lluminós.- Adaptació a la foscor. Prova d'enlluernament.
Funció binocular.- Diferències augment imatge en diferents direccions.	Fons d'ull.- Observació transparència cristal·lí. Estat retina.
Camp visual.- Detecció zones desproveïdes de visió.	Tonometria.- Comprovació tensió ocular.

Amb els resultats d'aquest examen pot deduir-se la necessitat un reconeixement oftalmològic en treballs amb PVD.

