



72
RO

FACTS

Agenția Europeană pentru Securitate și Sănătate în Muncă

Afecțiuni de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare

Introducere

Circa două treimi dintre lucrătorii Uniunii Europene afirmă că sunt constrânși să execute mișcări repetitive ale mâinilor și brațelor, iar un sfert afirmă că sunt expuși la vibrații emise de utilaje – factori de risc importanți care pot provoca afecțiuni de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare (1). Acestea afectează un număr mare de lucrători din diferite sectoare de activitate, reprezintă peste 45% din totalul bolilor profesionale și constituie forma cea mai răspândită de boală profesională în Europa (2).

Afecțiunile de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare cauzează nu numai suferință personală și pierderi ale venitului personal ci, de asemenea, antrenează cheltuieli ridicate pentru întreprinderi și economiile naționale. Conform estimărilor, costurile acestor afecțiuni se situează între 0,5 % și 2 % din produsul intern brut (3).

Ce reprezintă afecțiunile de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare?

Afecțiunile de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare reprezintă afecțiuni ale structurii corpului, cum ar fi cele ale mușchilor, articulațiilor, tendoanelor, ligamentelor, nervilor, oaselor și sistemului circulator local, care sunt cauzate sau agravate în principal prin activitatea profesională și mediul de muncă în care aceasta se desfășoară.

Simptomele afecțiunilor de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare pot apărea după un timp mai îndelungat și pot fi manifestate prin durere, disconfort, senzații de amorțeală și furnicăături. Persoanele afectate pot, de asemenea, acuza inflamații ale articulațiilor, mobilitate scăzută sau slăbirea puterii de prindere și o schimbare a culorii tegumentelor la nivelul mâinilor sau degetelor.

Afecțiunile profesionale ale gâtului și membrilor superioare sunt uneori denumite „entorse sau întinderi”, „traumatisme prin solicitări repetitive” sau „afecțiuni traumatice cumulative”. Exemplele specifice includ sindromul de canal carpian, tendinita și sindromul degetelor albe (sindromul Raynaud).



Cauzele afecțiunilor de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare

Munca fizică necesită aplicarea unei forțe, de exemplu pentru deplasarea sau menținerea fermă a unor obiecte. Atunci când se lucrează cu mâinile, se contractă diferite grupe de mușchi la nivelul gâtului, umerilor, brațelor și mâinilor. Cu cât este mai mare forța necesară pentru manipularea obiectului, cu atât crește efortul muscular al părților corpului implicate.

Deși unele afecțiuni de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare pot fi rezultatul aplicării bruște a unei forțe excesive, majoritatea acestora sunt consecințe ale aplicării repetate a unei forțe de intensitate aparent moderată pe o perioadă de timp îndelungată. Consecințele pot fi oboseala musculară și leziuni microscopice ale țesuturilor fine de la nivelul gâtului și membrilor superioare, precum și afecțiuni de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare.

Care sunt factorii de risc pentru afecțiunile de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare?

Principalii factori de risc sunt:

- aplicarea forței, care produce efort mecanic considerabil al gâtului, umerilor și membrilor superioare;
- poziții de lucru incomode – mușchii se contractă iar organismul este supus unui efort mecanic mai mare;
- mișcările repetitive, în special dacă implică aceleași grupe de articulații și mușchi și dacă există o interacțiune între activitățile ce solicită forța și mișcările repetitive (4);
- munca prelungită fără posibilitate de repaus și recuperare;
- presiunea locală exercitată de unelte și suprafețe;
- vibrațiile mână-braț, provocând senzații de amorțeală și furnicăături sau pierderea sensibilității, necesitând o forță mai mare la prindere.

Căsuța 1: Activități care măresc riscul de afecțiuni de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare

La nivelul gâtului și al umerilor:

- munca realizată în poziții în care trebuie susținută greutatea unor părți ale corpului sau în care trebuie să se susțină obiecte, de exemplu lucrul cu brațele ridicate;
- munca în poziții statice prelungite, solicitând contractarea continuă a acelorași grupe de mușchi, de exemplu lucrul la microscop;
- ridicări repetate ale brațelor sau întoarceri repetate ale capului.

La nivelul umărului, încheieturilor și mâinilor:

- utilizarea unei forțe musculare mari pentru manipularea obiectelor, de exemplu prinderea cu un dispozitiv mare de prindere sau cu niște clești;
- lucrul cu încheieturile în poziții incorecte, de exemplu răsucite spre interior sau exterior;
- repetarea acelorași mișcări ale încheieturilor.

(1) Fundația Europeană pentru Îmbunătățirea Condițiilor de Viață și de Muncă, „Cea de-a patra anchetă europeană privind condițiile de muncă”, 2005.

(2) Eurostat, „Munca și sănătatea în UE: Abordare statistică”, Oficiul pentru Publicații Oficiale ale Comunităților Europene, Luxemburg, 2004.

(3) Agenția Europeană pentru Securitate și Sănătate în Muncă, „Afecțiuni de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare”, 1999.

(4) Rahman Shiri, Eira Viikari-Juntura, Helena Varonen și Markku Heliövaara, „Răspândirea și factorii determinanți ai afecțiunii Epicondylitis laterala și medială: un studiu asupra populației”. <http://aje.oxfordjournals.org/cgi/content/abstract/164/11/1065>

Printre alți factori de risc pentru afecțiunile profesionale ale gâtului și membrilor superioare se numără următorii:

Mediul de muncă:

- amenajarea necorespunzătoare a postului de lucru ce constrânge lucrătorii să lucreze în poziții incomode, conceperea necorespunzătoare a mașinilor și utilajelor;
- căldura excesivă care sporește oboseala generală sau frigul excesiv, care îngreunează prinderea;
- iluminatul insuficient care obligă lucrătorii la poziții incomode pentru a vedea clar ceea ce fac;
- nivelurile ridicate de zgomot, care cauzează încordarea corpului.

Factori individuali:

- capacitatea fizică a lucrătorilor variază iar afecțiunile anterioare pot face organismul mai vulnerabil;
- lipsa de experiență, de formare sau de familiarizare cu activitatea desfășurată;
- îmbrăcămintea sau echipamentul individual de protecție cu măsuri necorespunzătoare pot restricționa mișcările sau pot constrânge la exercitarea unei forțe mai mari pentru realizarea sarcinilor de muncă;
- factori perturbatori, de exemplu fumatul, obezitatea (*).

Factori organizaționali și psihosociali:

- munca monotonă sau ritmul înalt de lucru;
- lucrul sub presiunea timpului;
- lipsa posibilității de control asupra sarcinilor realizate;
- oportunități limitate de interacțiune socială sau lipsa susținerii din partea managerilor și colegilor;

Toți acești factori pot acționa separat, însă riscul este cu atât mai mare cu cât mai mulți factori de risc acționează concomitent.

Evaluarea riscurilor care pot conduce la afecțiuni de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare

Angajatorilor li se impune prin lege să evalueze riscurile de la locul de muncă și să acționeze pentru a proteja securitatea și sănătatea lucrătorilor și a altor persoane care ar putea fi vătămate. Acest proces se numește evaluarea riscurilor.

O bună evaluare a riscurilor ajută la reducerea costurilor suportate de întreprinderi pentru pierderi de producție, plăți compensatorii și majorarea contribuțiilor de asigurare.

O abordare etapizată a evaluării riscurilor implică:

- identificarea pericolelor: identificarea tuturor pericolelor sau combinațiilor de pericole care pot produce afecțiuni profesionale ale gâtului și membrilor superioare;
- identificarea persoanelor care pot fi vătămate și a modului în care se poate produce vătămarea: luarea în calcul a tuturor persoanelor care pot fi vătămate;
- evaluarea riscurilor și luarea de decizii în privința acțiunilor întreprinse pentru a vedea dacă:
 - pericolul poate fi complet eliminat,
 - riscul poate fi controlat,
 - pot fi luate măsuri de protecție pentru a proteja întreaga forță de muncă,
 - este necesar echipament individual de protecție;
- monitorizarea riscurilor și revizuirea măsurilor de prevenire.

Prevenirea afecțiunilor de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare

După finalizarea evaluării riscurilor, se va întocmi o listă de măsuri cu respectarea ierarhiei principiilor generale de prevenire, iar lucrătorii și reprezentanții lor vor fi implicați în implementarea acestora. Acțiunile trebuie focalizate pe prevenire, precum și pe măsuri care să contribuie la reducerea gravității oricărei vătămări.

Este important ca toți lucrătorii să primească informațiile, educația și formarea adecvate cu privire la securitatea și sănătatea la locul de muncă și să știe cum să evite pericolele și riscurile specifice.

Măsurile pot cuprinde următoarele aspecte:

- Locul de muncă: poate fi mai bine amenajat?
- Echipamentele de muncă: utilajele sunt proiectate ergonomic? Pot fi utilizate uneltele electrice care nu produc vibrații pentru a reduce efortul necesar realizării anumitor sarcini?
- Sarcina de muncă: pot fi reduse solicitările fizice ale sarcinii de muncă utilizând instrumente sau metode de lucru noi?
- Gestionarea muncii: poate fi mai bine planificată sau distribuită munca și pot fi implementate sisteme de muncă mai sigure?
- Organizarea muncii: poate fi stabilit un raport mai bun muncă/pauze sau poate fi prevăzută o alternare a sarcinilor? Poate fi promovată o mai bună cultură a securității în muncă la nivelul întreprinderii?
- Proiectare și achiziții: pot fi eliminate pericolele în stadiul de planificare?
- Promovarea sănătății la locul de muncă, de ex. acțiuni pentru prevenirea fumatului și a obezității.

Implicarea lucrătorilor și a reprezentanților lor este esențială în abordarea riscurilor, întrucât cunosc cel mai bine locul de muncă.

Legislația europeană

Legislația UE impune responsabilitatea angajatorilor de a reduce la minimum riscurile care afectează sănătatea și securitatea lucrătorilor. Căsuța 2 cuprinde cele mai importante directive europene privind afecțiunile de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare. Pentru prevenirea afecțiunilor profesionale ale gâtului și membrilor superioare pot fi relevante și alte directive, standarde și ghiduri practice europene, precum și reglementările emise de fiecare stat membru (*).

Căsuța 2: Principalele directive europene relevante pentru prevenirea afecțiunilor de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare

- 89/391/CEE: cuprinde măsurile de încurajare a îmbunătățirilor în domeniul sănătății și securității lucrătorilor
- 90/270/CEE: cuprinde cerințele minime de securitate și sănătate pentru lucrul la echipamente cu videoterminal
- 90/269/CEE: cuprinde dispoziții privind identificarea și prevenirea riscurilor legate de manipularea manuală

Informații suplimentare despre afecțiunile de origine profesională ale gâtului și membrilor superioare sunt disponibile la: http://europe.osha.eu.int/good_practice/risks/msd/

Informații suplimentare despre publicațiile Agenției sunt disponibile la: <http://osha.europa.eu/publications>

(*) Pagina web a Agenției oferă legături către legislația europeană specifică AMS: <http://osha.europa.eu/topics/msds/>, către legislația UE pentru protecția lucrătorilor, <http://osha.europa.eu/legislation> și către paginile statelor membre unde pot fi găsite reglementări naționale și ghiduri practice.

Agenția Europeană pentru Securitate și Sănătate în Muncă

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao

Tel. (+34) 94 479 43 60, fax (+34) 94 479 43 83

E-mail: information@osha.europa.eu

