



MEDICINA
DEL TRABAJO

EJE GENERAL 4

Accidentes de trabajo y enfermedades profesionales

Fichas prácticas sobre enfermedades profesionales



Comunidad
de Madrid

CONSEJERÍA DE ECONOMÍA, HACIENDA Y EMPLEO

Consejera de Economía, Hacienda y Empleo
Excma. Sra. Dña. Rocío Albert López-Ibor

Viceconsejero de Economía y Empleo
Ilmo. Sr. D. Daniel Rodríguez Asensio

Directora General de Trabajo y Gerente del Instituto Regional
de Seguridad y Salud en el Trabajo
Ilma. Sra. Dña. Silvia Marina Parra Rudilla

Elaboración

Dirección
Silvia Marina Parra Rudilla, Directora General de Trabajo
y Gerente del Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo

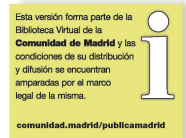
Autoría
M^a de la Concepción Parrilla Laso
Fuensanta Palomino Pérez
M^a Jesús Gil García
Unidad Técnica de Enfermedades Profesionales

Unidad Técnica de Branding, Comunicación
y Relaciones Institucionales
Alberto Muñoz González
Germán Blázquez López
Carmen Zazo Martínez
Rosa Rebollo Codón
Paula Panadero Moya

Edita y maqueta
Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo
Ventura Rodríguez, 7. 28008 Madrid
Tel.: 900 713 123
irstst.publicaciones@madrid.org
www.comunidad.madrid

© Comunidad de Madrid, 2023

Actualización: noviembre 2023
Publicación en línea en formato PDF
Realizado en España – Made in Spain



ÍNDICE

1. DERMATITIS DE CONTACTO ORIGEN PROFESIONAL

1.1. DERMATITIS IRRITATIVAS

1.2. DERMATITIS ALÉRGICA DE CONTACTO O EZCEMA ALÉRGICO DE CONTACTO/URTICARIA

1.3. DERMATITIS AEROTRANSPORTADAS

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

1.5. DERMATITIS POR SUSTANCIAS FOTOSENSIBLES EXÓGENAS

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

2.2. SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO

2.3. EPITROCLEÍTIS

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

1. DERMATITIS DE CONTACTO

ORIGEN PROFESIONAL

Según el RD 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales, las dermatitis estarían incluidas en el Grupo 5 del Anexo I del RD: las enfermedades de la piel causadas por sustancias y agentes no comprendidos en alguno de los otros apartados. Es decir que si se encuentra específicamente el agente causante de la dermatitis dentro de los listados del Grupo 1, la dermatitis se incluiría en el apartado 1 del citado listado para los agentes especificados en el mismo y el resto, se incluirían dentro del Grupo 5.

DEFINICIÓN

La dermatitis de contacto (DC) es una inflamación de la piel causada por distintos tipos de agentes (irritantes, alérgenos, biológicos).

En nuestra vida diaria estamos expuestos a múltiples sustancias que pueden provocarnos una dermatitis; pero debemos sospechar que el origen de esta patología es profesional cuando:

- Exista una historia clínica relevante de contacto con los citados agentes (sustancias alergénicas o productos irritantes en el puesto de trabajo, etc).
- Cuando exista relación temporal entre la exposición y el comienzo de los síntomas. El inicio de los síntomas en el trabajo y la remisión fuera del mismo es una pista clave para establecer el nexo causal (a veces el trabajador relaciona su patología con la introducción en el trabajo de un nuevo agente químico o la modificación en las condiciones de trabajo). La dermatitis mejora cuando se evita la exposición (fin de semana o periodos vacacionales) y se producen exacerbaciones con la vuelta al trabajo y reexposiciones a los agentes capaces de producirlas.
- Puede existir periodo de latencia o no (en el caso de productos irritantes) desde el inicio de la exposición al agente hasta que surgen los síntomas.
- Exclusión de exposiciones no ocupacionales como probables causas de la dermatitis.
- Existencia de otros trabajadores que ocupen el mismo puesto con afectación similar.
- Cuando fracasen los tratamientos que habitualmente son eficaces (ya que continúa la exposición laboral).

1. DERMATITIS DE CONTACTO

ORIGEN PROFESIONAL

CONOCIMIENTOS GENERALES

La piel es el órgano más grande del cuerpo humano. Sus funciones principales son:

- Hacer de barrera o defensa frente a las fuerzas mecánicas y a la penetración de diversos agentes químicos.
- Controla la pérdida de agua del organismo y lo protege contra los efectos de la luz natural y artificial, del calor y del frío.
- La piel intacta constituye una barrera defensiva bastante eficaz frente a los microorganismos.

Se compone de distintas capas:

- Epidermis. Parte más superficial, compuesta a su vez por:
 - o Capa córnea. Capa más externa. Formada por células que contienen queratina. Su espesor varía según las distintas partes del cuerpo, siendo más gruesa en la zona de la palma de las manos y planta de los pies. La zona que recubre las mucosas carece de esta capa.
 - o Capa con melanocitos que producen melanina y dan coloración a la piel. Nos protegen de los rayos solares.
 - o Células de Langerhans, que eliminan organismos extraños de la piel.
- Dermis. Es la parte central de la piel y contiene:
 - o Fibras de colágeno que da a la piel firmeza y resistencia.
 - o Elastina que da a la piel la propiedad de la elasticidad.
 - o Terminaciones nerviosas, sensibles al tacto, al dolor y a la temperatura.
 - o Vasos sanguíneos. Llevan a la piel alimento y oxígeno.
 - o Folículos pilosos (glándulas sebáceas y sudoríparas).
- Hipodermis. Es la capa más profunda de la piel y contiene células adiposas que producen grasa.

1. DE CONTACTO ORIGEN PROFESIONAL

Las principales lesiones cutáneas que podemos encontrarnos son las siguientes:

- **Mácula:** lesión consistente en el simple cambio de coloración de la piel sin elevación alguna. Su tamaño es inferior o igual a 5 mm. No puede palparse con los ojos cerrados.
- **Mancha:** Cuando la mácula supera el tamaño de 5 mm de tamaño.
- **Pápula:** lesión sobreelevada, circunscrita y sólida de tamaño inferior a 5 mm. Palpable con los ojos cerrados.
- **Placa:** Cuando la pápula supera en tamaño los 5 mm.
- **Nódulo:** formación circunscrita, sólida y localizada profundamente en la piel. Más palpable que visible.
- **Tubérculo:** lesión circunscrita, sólida, mayor de 1 cm que protruye en la piel a pesar de estar localizada en el espesor de la misma.
- **Habón:** Se trata de una variante de pápula caracterizada por: color sonrosado-blanquecino, consistencia edematosa, evolución fugaz (menos de 24 h) y de resolución completa sin dejar cicatriz.
- **Vesícula:** lesión papulosa de contenido líquido, menor de 5 mm de diámetro.
- **Ampolla:** las vesículas de diámetro mayor a 5 mm se consideran ampollas.
- **Pústula:** pápula de contenido purulento. Generalmente se acompaña de halo eritematoso inflamatorio.
- **Erosión:** solución de continuidad o pérdida de sustancia superficial de la piel. No deja cicatriz al resolverse.
- **Úlcera:** solución de continuidad o pérdida de sustancia profunda de la piel. Deja cicatriz al resolverse. Cuando su origen es un traumatismo se denomina herida.
- **Cicatriz:** neoformación de tejido conjuntivo que resulta de la resolución de una úlcera y que se caracteriza por ser una lesión lisa, con pérdida de los surcos y anejos de la piel normal.
- **Atrofia:** pérdida del espesor y consistencias normales de la piel debido a la disminución o ausencia de algunos componentes de la misma.
- **Costra:** es el producto de la desecación del exudado.

1. DERMATITIS DE CONTACTO

ORIGEN PROFESIONAL

Para elaboración de la ficha se han tenido en cuenta los siguientes conceptos (UE 2009):

- **Intensidad mínima de exposición:** Nivel mínimo de exposición requerido para causar la enfermedad. Con exposiciones más bajas es poco probable que se desarrolle enfermedad profesional. Este concepto es aplicable especialmente para los agentes tóxicos. Para los agentes que son alergénicos, normalmente no es posible definir una dosis umbral mínima. Los alérgenos pueden requerir una exposición sustancial que cause la sensibilización, pero una vez que un individuo está sensibilizado, pequeñas cantidades pueden ser capaces de provocar una respuesta alérgica.

- **Duración mínima de la exposición:** Es el período de exposición más corto que puede dar lugar a la enfermedad. Con períodos de exposición más breves es poco probable que suceda la enfermedad.

- **Período de latencia máximo:** Tiempo desde el cese de la exposición a partir del cual es poco probable que la aparición de la enfermedad pueda ser atribuida a dicha exposición.

- **Período de inducción mínimo:** Es el período de tiempo más corto desde el inicio de la exposición hasta la aparición de la enfermedad por debajo del cual la exposición habría sido causa poco probable de la enfermedad.



1. DERMATITIS DE CONTACTO ORIGEN PROFESIONAL

SÍNTOMAS Y SIGNOS

Las dermatitis independientemente del tipo que sean, en general se presentan con una sintomatología común, enrojecimiento de la piel, picor, sensación de quemazón, aparición de vesículas, exudado, descamación y lesiones por rascado, todo ello en función de la fase de la misma (aguda, subaguda, crónica).

Las dermatitis más frecuentes son las irritativas, pero también son frecuentes las mixtas (tipo irritativas y alérgicas), y se piensa que la irritación puede predisponer a la sensibilización.

DIAGNÓSTICO

En todos los trabajadores con enfermedad dermatológica se deberían realizar pruebas de sensibilización cutánea para determinar si se han sensibilizado a algún producto.

Pruebas del parche o patch-test

En esta prueba, se aplican alérgenos en la parte superior de la espalda con parches adhesivos que contienen cantidades muy pequeñas de alérgenos o superficies de plástico (Finn®) que contienen alérgenos atrapados en una cinta porosa.

La prueba con parches epicutáneos de capa fina de uso rápido (TRUE TEST®) está compuesto por los alérgenos de contacto más frecuentes.

Con esta prueba se evalúa la hipersensibilidad tardía.

La piel debajo de los parches se evalúa a las 48 y 96 horas después de la aplicación para ver el tipo de reacción que se ha producido:

- 0 Sin reacción.
- ? Reacción dudosa, eritema.
- + Reacción positiva, eritema y pápulas.
- ++ Reacción fuerte positiva: eritema, edema, pápulas y vesículas.
- +++ Reacción altamente positiva: eritema, edema y ampollas.
- IR Reacción irritante, eritema, quemadura, erosión, pústula

Son las más indicadas para identificar las sustancias que ocasionan las dermatitis alérgicas.

1. DERMATITIS DE CONTACTO

ORIGEN PROFESIONAL

Pruebas prick test

Se realizan unas pequeñas punciones, generalmente en el antebrazo (previa desinfección de la zona) y a continuación se colocan sobre las mismas unas gotas de varias soluciones preparadas con cantidades ínfimas de sustancias potencialmente alergénicas.

Seguidamente, se pincha encima de cada gota con una aguja o lanceta, de manera que la solución penetre la capa superficial de la piel.

Se deja transcurrir un tiempo de entre 15 y 20 minutos, durante el cual la piel irá reaccionando selectivamente a cada una de las sustancias.

Una reacción positiva consiste en un habón rodeado de una zona de enrojecimiento.

Con esta prueba se evalúa la hipersensibilidad inmediata y se considera el método más apropiado para el diagnóstico de alergias inhalatorias por su seguridad y fiabilidad.

Las pruebas que deberían realizarse en trabajadores con dermatitis de posible origen profesional:

- En todos, independientemente del trabajo se debería realizar pruebas del parche o patch-test, con la batería estándar del GEIDC (Grupo Español de Investigación en Dermatitis de contacto y Alergia Cutánea) que fue actualizada en 2016 (*).
- Dependiendo de los productos que se usen en la empresa, se podrían hacer pruebas específicas: serie pasteleros, cosméticos, dentales, serie de peluquería, serie de resinas epoxi, etc.

TIPOS DE DERMATITIS

1. DERMATITIS IRRITATIVA. Son las dermatitis producidas por sustancias irritantes (jabón, acetona, ácidos, álcalis).

2. DERMATITIS ALÉRGICA DE CONTACTO O ECZEMA ALÉRGICO DE CONTACTO / URTICARIA. Es una inflamación de la piel por el contacto con agentes sensibilizantes o alergizantes, incluso a muy pequeñas dosis, que provoca una respuesta inmune tardía (tipo IV).

3. DERMATITIS AEROTRANSPORTADAS. Alteraciones de la piel producidas por sustancias de carácter alérgico o irritativo que se encuentran en el aire ambiental.

4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS. Son las alteraciones de la piel originadas por contaminantes biológicos en el desarrollo de la actividad profesional.

5. DERMATITIS POR SUSTANCIAS FOTOSENSIBLES EXÓGENAS. Se debe a la interacción entre el contacto con una sustancia fotosensibilizante irritativa (fototoxia) o alergénica (fotoalergia), con la exposición a la luz del sol o de fuentes de luz artificial.

1. DERMATITIS DE CONTACTO ORIGEN PROFESIONAL

ACTUACIONES EN LAS EMPRESAS

En las dermatitis laborales, como Técnicos de Prevención, en las visitas a las empresas debemos fijarnos en los siguientes aspectos:

- Agentes químicos utilizados y que puedan contactar con la piel.
- Forma de uso de la sustancia química (sustancias puras, diluciones, etc).
- Existencia de la misma patología en otros trabajadores que ocupen el mismo puesto de trabajo.
- Equipos de protección dérmica que se utilizan.
- Tipo de jabón o detergente que se utiliza para el lavado de manos.
- Lugar de la lesión: si está limitada a manos, antebrazos, cara, etc.

(*) Batería estándar del GEIDC (Grupo Español de Investigación en Dermatitis de contacto y Alergia Cutánea) que fue actualizada en 2016: sulfato de níquel 5%, alcoholes de lana 30%, sulfato de neomicina 20%, dicromato potásico 0,5%, mezcla caínas 7%, mezcla de fragancias 8%, colofonia 20%, resina epoxi, bisfenol A 1%, metilisotiazolinona 2.000 ppm, bálsamo de Perú 25%, diclorhidrato de etilendiamida 1%, cloruro de cobalto 1%, resina p-ter butilfenol formaldehído 1%, mezcla parabenos 16%, mezcla carbas 3%, N-isopropil-N-fenil-parafenilendiamina (IPPD) 0,1%, metilcloroisotiazolina/metilsotialolinona 200 ppm, quaternium 15 1%, mercaptobenzotiazol 2%, parafenilendiamina base 1%, formaldehido 2%, mezcla mercapto 2%, imidazolidinil urea 2%, mezcla sesquiterpenolactonas 0,1%, tixocortol 21 pivalato 0,1%, budesonisa 0,01%, metildibromoglutaronitrilo 0,5%, mezcla de fragancias 14%, liral 5%, 2-fenoxietanol 1%.

1. DERMATITIS DE CONTACTO

ORIGEN PROFESIONAL

BIBLIOGRAFÍA

- Guía de Ayuda para la Valoración de las Enfermedades Profesionales INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL. 3ª edición.
- Protocolo de vigilancia sanitaria específica: Dermatosis laborales. Comisión de Salud Pública. Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud.
- Caso clínico: Dermatitis de contacto alérgica a los acrilatos: José Eduardo Campos Arceo,1 Ana Rita Rodrigues Barata,2 Luis Conde Salazar: Dermatol Rev Mex 2013;57:389-393
- Dermatitis alérgica aerotransportada en la industria químico-farmacéutica. Luis Conde-Salazar, Elena Vargas y Ruud Valks. Servicio de Dermatología Laboral. Escuela Nacional de Medicina y Seguridad del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Madrid. España Actas Dermosifiliogr 2004;95(7):429-35
- BASEQUIM 026: SITUACIONES DE EXPOSICIÓN A AGENTES QUÍMICOS: 2019
- Documento de consenso en la Comunidad de Madrid: Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional: CONSEJERÍA DE SANIDAD: Dirección General de Inspección y Ordenación
- Dermatitis por contacto ocupacional. Rev Cent Dermatol Pascua-Vol. 8, Núm. 2 May-Ago 1999. Dra. Lourdes Alonzo*, Dra. María Elizabeth Rodríguez Peñaloza
- DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES: Eczema alérgico de contacto: DDC-DER-01: INSST: 2012.
- DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES: Eczema de contacto irritativo: DDC-DER-02: INSST: 2012.
- DERMATOSIS PROFESIONALES EN CUIDADORES DE ANCIANOS: Revista Medicina y Seguridad del Trabajo. Vol 53. Nº 207. Madrid. Junio 2007.
- REACCIONES DE FOTOSENSIBILIDAD DE ORIGEN EXÓGENO: FOTOTOXIA Y FOTOALERGIA. Concepción Sierra Talamantes Violeta Zaragoza Ninet. Altea Esteve Martinez, Begoña Fornés Pujalte. Federico Palomar Llatas. 2015.
- NTP 822. Agentes biológicos. Enfermedades de la piel. INSST.
- GUÍA DE VALORACIÓN DE INCAPACIDAD LABORAL PARA MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA. Escuela Nacional de Medicina del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia e Innovación; Subdirección General de Coordinación de Unidades Médicas del INSS-Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- LÍMITES DE EXPOSICIÓN PROFESIONAL PARA AGENTES QUÍMICOS EN ESPAÑA. 2020. INSST.
- MANUAL DE ACTUACIÓN PARA MÉDICOS DEL INSS. INSS. 2017.
- TRATADO DE MEDICINA DEL TRABAJO. INTRODUCCIÓN A LA SALUD LABORAL. ASPECTOS JURÍDICOS Y TÉCNICOS. VOL.1 2ª EDICIÓN. FERNANDO GIL HERNÁNDEZ.
- Dermatitis fotoalérgica y fototóxica. Dr. E. Herrera Dr. M.V. Gálvez.
- Guía básica sobre alergias de origen laboral. Secretaría de Salud Laboral de Castilla y León.
- Libro: 58 casos clínicos en dermatitis de contacto. 2ª edición-2017. Marti Tor Alergia.
- Manual MSD para profesionales: dermatitis de contacto.
- Folleto "Prevenir las dermatosis depende de ti" del IRSST.

1.1. DERMATITIS IRRITATIVAS

DEFINICIÓN

Son las dermatitis producidas por sustancias irritantes (jabón, acetona, ácidos, álcalis). Producen la inflamación de la piel en el primer contacto (de forma aguda en sustancias corrosivas), aunque puede darse tras contactos repetidos. Esto último en el caso de agentes irritantes suaves que tienen un efecto acumulativo hasta producir la reacción inflamatoria (forma crónica en irritantes con efectos acumulativos).

Además de la exposición a la sustancia irritante, existen una serie de factores que favorecen su aparición:

- Factores endógenos: patologías previas/dermatitis previas (atopias, psoriasis, etc) tienen mayor incidencia a desarrollar este tipo de dermatitis; zonas donde la piel es más fina (párpados)
- Factores exógenos: tiempo de exposición prolongado, volumen elevado del irritante, si la zona está ocluida (por ejemplo, uso de guantes de algodón que se empapan con el irritante), meses de invierno por descenso de las temperaturas que provoca la aparición de sequedad cutánea, características del irritante (peor los de mayor grado de liposolubilidad).
- Trabajos en húmedo: exposición repetida a agua y jabones unida a la oclusión del guante que hace que la piel se macere.

SÍNTOMAS Y SIGNOS

Los signos varían entre un eritema leve, costras, erosión, pústulas, ampollas y edema. Suelen ser pruriginosas.

Ubicación lesiones:

Existe bastante correlación entre el lugar del cuerpo donde se produce la exposición y la aparición de la patología: generalmente en manos (dorso de manos, aunque también se pueden afectar las palmas y especialmente los espacios interdigitales).

Si el agente irritante es aerotransportado (air bone) en forma de polvo o gas puede afectar a la cara o zonas del cuerpo no cubiertas por la ropa de trabajo (cemento, fibra de vidrio).

Temporalidad:

- La duración mínima de la exposición para que aparezcan las lesiones van de unos minutos a semanas o meses (irritantes con efectos acumulativos).
- Periodo de latencia que es el periodo que transcurre entre la exposición a la sustancia irritante y la respuesta inflamatoria que se produce, puede ser desde inmediato hasta 48 horas.

1.1. DERMATITIS IRRITATIVAS

Hay múltiples sustancias en el medio laboral con capacidad de producir este efecto, de hecho casi todos los productos químicos tienen un cierto componente irritante.

Si nos fijamos en las fichas de seguridad de los productos capaces de provocar este tipo de dermatitis irritativas, vienen rotuladas con las siguientes indicaciones de peligro para la salud humana:

- H315 Provoca irritación cutánea.
- H319 Provoca irritación ocular grave.
- H335 Puede irritar las vías respiratorias.
- H314 Provoca quemaduras graves en la piel y lesiones oculares graves.
- H318 Provoca lesiones oculares graves.

Causas más frecuentes de dermatitis irritativas

- Contacto con sustancias irritantes sin equipos de protección dérmica.
- Uso de equipos de protección dérmica inadecuados a los productos manipulados.
- Dermatitis producidas por el uso de jabones o detergentes para el lavado de manos muy abrasivos.

Las pruebas epicutáneas son negativas o dan reacción irritante.

Medidas preventivas recomendadas

- Evitar los riesgos y sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.
- En el caso de no ser posible la sustitución,
 - o Evitar trasvases de sustancias químicas.
 - o En el caso de tener que realizar trasvases, incluidos los de pequeñas cantidades, deben emplearse los equipos de protección individual (EPI) adecuados, con especial atención a la protección de las manos, la cara y el aparato respiratorio.
 - o El contenedor donde se trasvase la sustancia tendrá características similares a las del envase original y debe ser compatible con la sustancia a contener (recipientes homologados de acuerdo con las exigencias de la legislación vigente). No tendrán una forma ni un diseño que induzca a engaño a los consumidores, como tampoco una presentación o un diseño similares a los utilizados para alimentos, piensos, medicamentos o productos cosméticos, que puedan inducir a engaño a los consumidores (art. 35.1.c del Reglamento (CE) No 1272/2008).
 - o Se debe etiquetar el recipiente al que se ha trasvasado el producto de igual forma que el recipiente del que se ha trasvasado (contenedor original) adaptando el tamaño de la etiqueta al del nuevo envase (art.4.4. del Reglamento (CE) No 1272/2008).
 - o Intentar comprar los productos ya diluidos para evitar su manipulación y en caso de no ser posible establecer formas de dosificación/ dilución cerrados.
 - o Dar formación e información a los trabajadores sobre el modo correcto de su uso.

1.1. DERMATITIS IRRITATIVAS

- o Equipos de protección individual adecuados al producto (fijarnos en la ficha de seguridad del producto: equipos de protección individual protección respiratoria, de protección dérmica, etc).
- o Vigilancia de la salud que detecte de forma temprana cualquier dermatitis de posible origen laboral.

Consideración

Muchas Mutuas califican las dermatitis irritativas como accidentes de trabajo.

BIBLIOGRAFÍA

- Guía de Ayuda para la Valoración de las Enfermedades Profesionales INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL. 3ª edición.
- BASEQUIM 026: SITUACIONES DE EXPOSICIÓN A AGENTES QUÍMICOS: 2019
- Documento de consenso en la Comunidad de Madrid: Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional: CONSEJERÍA DE SANIDAD: Dirección General de Inspección y Ordenación
- Dermatitis por contacto ocupacional. Rev Cent Dermatol Pascua-Vol. 8, Núm. 2 May-Ago 1999. Dra. Lourdes Alonzo*, Dra. María Elizabeth Rodríguez Peñaloza
- DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES: Eczema de contacto irritativo: DDC-DER-02: INSS: 2012.
- GUÍA DE VALORACIÓN DE INCAPACIDAD LABORAL PARA MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA. Escuela Nacional de Medicina del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia e Innovación; Subdirección General de Coordinación de Unidades Médicas del INSS-Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- Libro 58 CASOS CLÍNICOS EN DERMATITIS DE CONTACTO. 2ª EDICIÓN. 2017.
- LÍMITES DE EXPOSICIÓN PROFESIONAL PARA AGENTES QUÍMICOS EN ESPAÑA. 2020. INSS.
- MANUAL DE ACTUACIÓN PARA MÉDICOS DEL INSS. INSS. 2017.
- TRATADO DE MEDICINA DEL TRABAJO. INTRODUCCIÓN A LA SALUD LABORAL. ASPECTOS JURÍDICOS Y TÉCNICOS. VOL.1 2ª EDICIÓN. FERNANDO GIL HERNÁNDEZ.
- Guía básica sobre alergias de origen laboral. Secretaría de Salud Laboral de Castilla y León.
- Libro: 58 casos clínicos en dermatitis de contacto. 2ª edición-2017. Marti Tor Alergia.
- Manual MSD para profesionales: dermatitis de contacto.
- Folleto "Prevenir las dermatosis depende de ti" del IRSST.

1.2. DERMATITIS ALÉRGICA DE CONTACTO O EZCEMA ALÉRGICO DE CONTACTO / URTICARIA

DEFINICIÓN

Es una inflamación de la piel por el contacto con agentes sensibilizantes o alergizantes, incluso a muy pequeñas dosis, que provoca una respuesta inmune tardía (tipo IV) mediada por células.

Tiene dos fases:

- Sensibilización a un antígeno.
- Respuesta alérgica después de la reexposición.

En el caso de la Urticaria alérgica, es una respuesta alérgica IgE (hipersensibilidad tipo I) frente a antígenos de carácter proteico. El cuadro debuta a los pocos minutos de producirse la exposición. Pueden presentarse varios estadios:

- Estadio I: Lesiones localizadas en la zona de contacto;
- Estadio II: Aparecen lesiones generalizadas.
- Estadio III: Aparición de signos de asma, conjuntivitis, síntomas intestinales.
- Estadio IV: Se produce una reacción anafiláctica.

SÍNTOMAS Y SIGNOS

El síntoma principal es el picor o prurito intenso. A veces se produce dolor que suele ser causado por la excoriación o infección de las lesiones. Los cambios cutáneos varían entre el eritema transitorio hasta la formación de vesículas y edema grave con ampollas o ulceración.

Pueden ir acompañados de sintomatología general como rinitis, asma, etc.

Ubicación lesiones:

Puede existir relación con la zona donde se ha producido el contacto con el producto, pero las lesiones pueden ser mucho más extensas.

Incluso en contactos posteriores se pueden producir, si es que nos hemos sensibilizado al producto, una respuesta lejos de la zona inicial del contacto (asma, rinitis).

Temporalidad:

- No existe intensidad mínima de la exposición para que aparezcan las lesiones.
- Duración mínima de la exposición. En casos excepcionales un único contacto basta para que se produzca la sensibilización, pero lo más normal es que se produzcan varias exposiciones para sensibilizarse (como término medio de 10 a 15 días). Después de este periodo cada nueva exposición hace que las lesiones aparezcan de forma más rápida.

1.2. DERMATITIS ALÉRGICA DE CONTACTO O EZCEMA ALÉRGICO DE CONTACTO / URTICARIA

Igual que en el caso de los agentes irritantes, hay muchas sustancias en el medio laboral con capacidad de producir este efecto.

Si nos fijamos en las fichas de seguridad de los productos capaces de provocar este tipo de dermatitis alérgicas, vienen rotuladas con las siguientes indicaciones de peligro para la salud humana:

- H317 Puede provocar una reacción alérgica en la piel.
- H334 Puede provocar síntomas de alergia o asma o dificultades respiratorias en caso de inhalación.

En el documento de límites de exposición profesional del INSST, serían todos aquellos compuestos con notación de sensibilizante (Sen).

Causas más frecuentes de dermatitis alérgica:

- Exposición a sustancias con capacidad sensibilizante por cualquier vía (dérmica, respiratoria, etc) sin uso de EPI,S.
- Uso de EPI,S no adecuados a las sustancias manipuladas.
- Trabajos húmedos con exposición repetida a agua y jabones que junto con la oclusión del guante hace que la piel se macere y que se facilite la penetración de las sustancias alérgicas. Uso de guantes de manera continuada (no por periodos cortos).
- Uso de guantes de goma que muchas veces son el origen de la sensibilización que padece el trabajador, generalmente por los acelerantes de la vulcanización (tiuranos, mercaptanos, naftil, guanidinas y ditiocarbamatos) y antioxidantes (grupo paraamino, derivados de la hidroquinona, fenoles y quinoleínas) utilizados en su fabricación. También pueden deberse al caucho natural o sintético, y a los agentes vulcanizantes, (azufre, nitrógeno, peróxidos orgánicos).
- Uso en la empresa para la higiene de manos de productos abrasivos como serrín, jabones irritantes, disolventes, etc.

El empresario deberá tener en cuenta lo siguiente:

- Revisar la evaluación de riesgos higiénica.
- Revisar las medidas de prevención previstas para eliminar o reducir la exposición a sensibilizantes y aplicar medidas preventivas.
- Tener en cuenta las recomendaciones del médico, incluida la posibilidad de cambio de puesto de trabajo en caso de no poder eliminar el producto y aplicar medidas preventivas en caso de sensibilización.
- Disponer de una vigilancia sistemática de la salud de los trabajadores que estuvieran en condiciones similares a la del trabajador afectado.

1.2. DERMATITIS ALÉRGICA DE CONTACTO O EZCEMA ALÉRGICO DE CONTACTO / URTICARIA

Medidas preventivas recomendadas:

La higiene industrial es la especialidad preventiva responsable de prevenir las dermatosis.

- La principal medida preventiva sería la eliminación de los productos sensibilizantes sustituyéndolos por otros que no lo sean.
- En el caso de no ser posible la sustitución: Reducción de la concentración ambiental de contaminantes al mínimo, el tiempo y la frecuencia de exposición, así como el número de trabajadores expuestos. Las principales medidas preventivas para la reducción de la exposición son:
 - o Modificar el proceso de trabajo, por ejemplo: evitar los procedimientos de trabajo que haya que manipular el producto, utilizando sistemas cerrados para el rellenado y el transporte.
 - o Controlar las emisiones mediante procesos ventilación, extractores, automatización de procesos, etc.
 - o Controlar la variación de temperatura y humedad en el centro de trabajo que puedan influir en la absorción de sustancias.
 - o Elaborar un plan de mantenimiento y limpieza del lugar de trabajo, en el que se indiquen los intervalos, métodos y equipos de limpieza.
- Disponer de locales de aseo con duchas y lavamanos cerca del puesto de trabajo y de los vestuarios donde la zona sucia esté separada de la limpia. Conviene el lavado de las zonas expuestas cuando haya impregnación evidente de la piel, antes de las pausas de trabajo, antes de la ingesta de alimentos o bebidas y antes de abandonar el lugar de trabajo. Para ello en general es suficiente el agua y jabón. Y se deben evitar sustancias abrasivas como serrín o jabón en polvo.
- Dar a los trabajadores información y formación teórico- práctica sobre los riesgos de los productos que utilizan así como de las medidas preventivas que deben tomarse. Una gran fuente de información de los productos químicos es la ficha de seguridad química de los productos.
- Utilización de Equipos de Protección Individual (EPI's) dérmica y respiratoria que dependerán de los productos utilizados en la empresa. Tener en cuenta que deberán estar homologados, tener marcado CE y disponer de las instrucciones de uso en el idioma oficial del estado.
- Realizar una vigilancia de la salud que detecte de forma temprana cualquier dermatitis de posible origen laboral.

1.2. DERMATITIS ALÉRGICA DE CONTACTO O EZCEMA ALÉRGICO DE CONTACTO / URTICARIA

BIBLIOGRAFÍA

- Guía de Ayuda para la Valoración de las Enfermedades Profesionales INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL. 3ª edición.
- BASEQUIM 026: SITUACIONES DE EXPOSICIÓN A AGENTES QUÍMICOS: 2019
- Documento de consenso en la Comunidad de Madrid: Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional: CONSEJERÍA DE SANIDAD: Dirección General de Inspección y Ordenación.
- Dermatitis por contacto ocupacional. Rev Cent Dermatol Pascua-Vol. 8, Núm. 2 May-Ago 1999. Dra. Lourdes Alonzo*, Dra. María Elizabeth Rodríguez Peñaloza.
- Dermatitis alérgica aerotransportada en la industria químico-farmacéutica. Luis Conde-Salazar, Elena Vargas y Ruud Valks. Servicio de Dermatología Laboral. Escuela Nacional de Medicina y Seguridad del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Madrid. España Actas Dermosifiliogr 2004;95(7):429-35
- DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES: Eczema alérgico de contacto: DDC-DER-01: INSST: 2012.
- GUÍA DE VALORACIÓN DE INCAPACIDAD LABORAL PARA MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA. Escuela Nacional de Medicina del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia e Innovación; Subdirección General de Coordinación de Unidades Médicas del INSS-Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- Libro 58 CASOS CLÍNICOS EN DERMATITIS DE CONTACTO. 2ª EDICIÓN. 2017.
- LÍMITES DE EXPOSICIÓN PROFESIONAL PARA AGENTES QUÍMICOS EN ESPAÑA. 2020. INSST.
- MANUAL DE ACTUACIÓN PARA MÉDICOS DEL INSS. INSS. 2017.
- TRATADO DE MEDICINA DEL TRABAJO. INTRODUCCIÓN A LA SALUD LABORAL. ASPECTOS JURÍDICOS Y TÉCNICOS. VOL.1 2ª EDICIÓN. FERNANDO GIL HERNÁNDEZ.
- Libro: 58 casos clínicos en dermatitis de contacto. 2ª edición-2017. Marti Tor Alergia.
- Manual MSD para profesionales: dermatitis de contacto.
- Folleto "Prevenir las dermatosis depende de ti" del IRSST.

1.3. DERMATITIS AEROTRANSPORTADAS

DEFINICIÓN

Las dermatitis aerotransportadas son alteraciones de la piel producidas por sustancias de carácter alérgico o irritativo que se encuentran en el aire ambiental.

Estas sustancias pueden estar en estado sólido, líquido o gaseoso y al entrar en contacto con la piel, al inhalarse o por ambos mecanismos, producen las lesiones cutáneas (generalmente eczemas).

Las más frecuentes son producidas por sustancias irritantes.

SÍNTOMAS Y SIGNOS

El diagnóstico de sospecha se realizará por la sintomatología.

Pueden tener aparición de lesiones eczematosas, eritema, descamación de la zona afectada, y a veces vesículas.

Las lesiones mejoran o desaparece durante el periodo festivo, al cambiar de ambiente o al realizar una adecuada protección.

Ubicación lesiones:

Las lesiones se localizan principalmente en las áreas cutáneas expuestas al aire ambiental, con más frecuencia en la zona de la cara (zona palpebral, retroauricular y submentoniana), cuello, escote, manos y los antebrazos. Pero hay que tener en cuenta que debido a que estas sustancias aerotransportadas se depositan en la ropa, pueden afectar a zonas cubiertas de la piel, siendo una zona característica de este tipo de dermatosis, los pliegues de la piel (ingles, axilas, etc) o en la zona de apoyo de la espalda si se permanece sentado.

Temporalidad:

El tiempo entre la exposición al alérgeno y la aparición de las lesiones puede ser muy variable, desde pocos días hasta meses e incluso años.

1.3. DERMATITIS AEROTRANSPORTADAS

DIAGNÓSTICO

En todos los trabajadores con enfermedad dermatológica se deberían realizar pruebas de sensibilización cutánea (patch-test del parche o pruebas prick test) para determinar si se han sensibilizado a algún producto:

- En todos, independientemente del trabajo se realiza la batería estándar del GEIDC.
- Dependiendo de los productos que se usen en la empresa, se harán pruebas específicas: serie pasteleros, cosméticos, dentales, serie de peluquería, serie de resinas epoxi, etc.

La lectura de pruebas epicutáneas se realiza a las 48 y 96 h y los resultados pueden ser los siguientes:

- 0 Sin reacción.
- ? Reacción dudosa, eritema.
- + Reacción positiva, eritema y pápulas.
- ++ Reacción fuerte positiva: eritema, edema, pápulas y vesículas.
- +++ Reacción altamente positiva: eritema, edema y ampollas.
- IR Reacción irritante, eritema, quemadura, erosión, pústula.

ACTUACIONES EN LAS EMPRESAS

En cualquier tipo de dermatitis laborales, como Técnicos de Prevención, en las visitas a las empresas debemos fijarnos en los siguientes aspectos:

- Renovación del aire (entre 30-50 m³/h trabajador).
- El tipo de ventilación que hay en la empresa: ventilación natural a través de las puertas, ventanas, etc, o bien por medios mecánicos: ventilación forzada suministrando y/ extrayendo aire mediante un ventilador.
- Mantenimiento de los sistemas de ventilación adecuado.
- La distribución de las entradas de aire limpio y salidas de aire viciado, que aseguren una efectiva renovación del aire del local de trabajo.
- Las condiciones termohigrométricas, en concreto la temperatura, y la humedad relativa.
- Agentes químicos utilizados y que puedan contactar con la piel. En el caso de elaboración de productos químicos deberíamos fijarnos no solo en el producto final, sino en las materias primas, productos intermedios o subproductos que se forman durante las reacciones químicas del proceso de elaboración.
- Existencia de la misma patología en otros trabajadores que ocupen el mismo puesto de trabajo.
- Equipos de protección dérmica que se utilizan.
- Tipo de jabón o detergente que se utiliza para el lavado de manos.
- Lugar de la lesión: si está limitada a manos, antebrazos, cara, pliegues cutáneos, etc.

1.3. DERMATITIS AEROTRANSPORTADAS

Causas más frecuentes de dermatitis aerotransportadas:

Pueden estar producidas por sustancias con capacidad alergénica o irritativa (estas últimas más frecuentes) que se encuentren en el ambiente de trabajo.

Las causas más comunes por las que se pueden originar las dermatitis aerotransportadas son las siguientes:

- Exposición a sustancias con capacidad sensibilizante por cualquier vía (dérmica, respiratoria, etc) o sustancias irritantes sin uso de EPI,S.
- Uso de EPI,S no adecuados a las sustancias manipuladas.
- Trabajos húmedos con exposición repetida a agua y jabones que junto con la oclusión del guante hace que la piel se macere y que se facilite la penetración de las sustancias alergénicas. Uso de guantes de manera continuada (no por periodos cortos).
- Uso de guantes de goma o de látex que muchas veces son el origen de la sensibilización que padece el trabajador.
- Uso en la empresa para la higiene de manos de productos abrasivos como serrín, jabones irritantes, disolventes, etc.

El empresario deberá tener en cuenta lo siguiente:

- Revisar la evaluación de riesgos higiénica.
- Revisar las medidas de prevención previstas para eliminar o reducir la exposición a productos irritantes o sensibilizantes y aplicar medidas preventivas.
- Tener en cuenta las recomendaciones del médico, incluida la posibilidad de cambio de puesto de trabajo en caso de no poder eliminar el producto y aplicar medidas preventivas en caso de sensibilización.
- Disponer de una vigilancia sistemática de la salud de los trabajadores que estuvieran en condiciones similares a la del trabajador afectado y que detecte tempranamente posibles dermatosis de origen laboral.

Medidas preventivas recomendadas:

- La principal medida preventiva sería la eliminación de los productos sensibilizantes o irritantes sustituyéndolos por otros que no lo sean o lo sean en menor grado.
- En el caso de no ser posible la sustitución:
 - o Reducción de la concentración ambiental de contaminantes al mínimo, reducción del tiempo y la frecuencia de exposición, así como el número de trabajadores expuestos.
 - o Modificar el proceso de trabajo, y en el caso de ser posible automatizar los procesos.
 - o Controlar las emisiones mediante procesos de ventilación adecuados, extracción localizada, etc.

1.3. DERMATITIS AEROTRANSPORTADAS

Controlar la variación de temperatura y humedad en el centro de trabajo que puedan influir en la absorción a través de la piel de las sustancias.

Establecer un plan de mantenimiento y limpieza del lugar de trabajo, en el que se indiquen los intervalos, métodos y equipos de limpieza.

Evitar trasvases de sustancias químicas, con la compra de productos ya diluidos para evitar su manipulación y en caso de no ser posible establecer formas de dosificación/ dilución cerrados, en recipientes homologados de acuerdo con las exigencias de la legislación vigente y realizando y etiquetando el envase igual que el original.

- Disponer de locales de aseo con duchas y lavamanos cerca del puesto de trabajo y de los vestuarios donde la zona sucia esté separada de la limpia. Conviene el lavado de las zonas expuestas cuando haya impregnación evidente de la piel, antes de las pausas de trabajo, antes de la ingesta de alimentos o bebidas y antes de abandonar el lugar de trabajo. Para ello en general es suficiente el agua y jabón. Y se deben evitar sustancias abrasivas como serrín o jabón en polvo.
- Dar a los trabajadores información y formación teórico- práctica sobre los riesgos de los productos que utilizan, así como de las medidas preventivas que deben tomarse. Una gran fuente de información de los productos químicos es la ficha de seguridad química de los productos.
- Utilización de Equipos de Protección Individual (EPI's) dérmica y respiratoria que dependerán de los productos utilizados en la empresa. Tener en cuenta que deberán estar homologados, tener marcado CE y disponer de las instrucciones de uso en el idioma oficial del estado.
- Realizar una vigilancia de la salud que detecte de forma temprana cualquier dermatitis de posible origen laboral.

1.3. DERMATITIS AEROTRANSPORTADAS

BIBLIOGRAFÍA

- Guía de Ayuda para la Valoración de las Enfermedades Profesionales INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL. 3ª edición.
- BASEQUIM 026: SITUACIONES DE EXPOSICIÓN A AGENTES QUÍMICOS: 2019
- Documento de consenso en la Comunidad de Madrid: Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional: CONSEJERÍA DE SANIDAD: Dirección General de Inspección y Ordenación.
- Dermatitis por contacto ocupacional. Rev Cent Dermatol Pascua-Vol. 8, Núm. 2 May-Ago 1999. Dra. Lourdes Alonzo*, Dra. María Elizabeth Rodríguez Peñaloza.
- DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES: Eczema alérgico de contacto: DDC-DER-01: INSST: 2012.
- GUÍA DE VALORACIÓN DE INCAPACIDAD LABORAL PARA MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA. Escuela Nacional de Medicina del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia e Innovación; Subdirección General de Coordinación de Unidades Médicas del INSS-Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- Libro 58 CASOS CLÍNICOS EN DERMATITIS DE CONTACTO. 2ª EDICIÓN. 2017.
- LÍMITES DE EXPOSICIÓN PROFESIONAL PARA AGENTES QUÍMICOS EN ESPAÑA. 2020. INSST.
- MANUAL DE ACTUACIÓN PARA MÉDICOS DEL INSS. INSS. 2017.
- TRATADO DE MEDICINA DEL TRABAJO. INTRODUCCIÓN A LA SALUD LABORAL. ASPECTOS JURÍDICOS Y TÉCNICOS. VOL.1 2ª EDICIÓN. FERNANDO GIL HERNÁNDEZ.
- Libro: 58 casos clínicos en dermatitis de contacto. 2ª edición-2017. Marti Tor Alergia.
- Manual MSD para profesionales: dermatitis de contacto.
- Folleto "Prevenir las dermatosis depende de ti" del IRSST.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

DEFINICIÓN

Las dermatitis por agentes infecciosos de origen laboral son las alteraciones de la piel producidas durante el desarrollo de la actividad profesional, originadas por contaminantes biológicos.

Por contaminante biológico se entiende a todo agente biológico susceptible de causar enfermedad en el trabajador expuesto, bien de origen bacteriano, vírico, parasitario o micótico, y que se adquiere por contacto con una fuente de contagio o por contacto con un reservorio.

A efectos de lo dispuesto en Real Decreto 664/1997, los agentes biológicos se clasifican, en función del riesgo de infección, en cuatro grupos:

Agente biológico del grupo de riesgo	Riesgo infeccioso	Riesgo de propagación a la colectividad	Profilaxis o tratamiento eficaz
1	Poco probable que cause enfermedad	No	Innecesario
2	Pueden causar una enfermedad y constituir un peligro para los trabajadores	Poco probable	Posible generalmente
3	Pueden provocar una enfermedad grave y constituir un serio peligro para los trabajadores	Probable	Posible generalmente
4	Provocan una enfermedad grave y constituyen un serio peligro para los trabajadores	Elevado	No conocido en la actualidad

Es importante saber que es la cadena epidemiológica, ya que para el control de una enfermedad transmisible, identificando los posibles eslabones de la cadena se puede interrumpir la misma y prevenir el desarrollo y propagación de las enfermedades.

La cadena epidemiológica es una secuencia de pasos en la transmisión de un agente biológico:

- El agente causal: Es el primer eslabón de la cadena. Es cualquier microorganismo capaz de producir una enfermedad infecciosa ya sea protozoo, helminto, bacteria, virus, hongo, etc.
- Reservorio: es la persona, animal, planta o material inanimado donde el microorganismo encuentra condiciones favorables para su desarrollo. vive y se multiplica (p.e: hepatitis B: hombre; peste: ratas).
- Fuente de infección: es la persona, animal, objeto o sustancia desde donde el agente pasa a un huésped (p.e: una jeringa con sangre infectada con VHB; pulgas en el caso de la peste). En algunos casos el reservorio y la fuente de infección son el mismo organismo, como es el caso del sarampión en el que el hombre es reservorio y fuente.

o La fuente de infección y reservorio más importante es el hombre enfermo o portador de alguna enfermedad (a veces la persona infectada o en periodo de incubación de una enfermedad, no muestra síntomas clínicos, pero sin embargo puede eliminar microorganismos patógenos e infectar).

1.4 DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

- o Otras veces el reservorio y fuente de infección puede ser un animal que cuando transmiten la enfermedad al hombre se denominan zoonosis (Brucelosis).
- o Los materiales inanimados pueden ser también reservorios y fuentes de infección: secreciones, suelo
- Mecanismo de transmisión: Es la vía o medio usado por el agente para pasar desde el reservorio (o fuente), al huésped, es el mecanismo por el que el agente biológico resulta infeccioso:
 - o Mecanismo de transmisión directo: existe un contacto inmediato desde la fuente de infección al sano susceptible, sin intermediarios (mordedura de animal infectado, por transmisión sexual, el contacto entre mucosas, la transmisión transplacentaria, la transmisión mediante las manos, por gotas: aerosoles de gotículas medianas y grandes a menos de 1 metro).
 - o Mecanismo de transmisión indirecto: El contagio se produce con separación en el tiempo y el espacio entre la fuente y el huésped y actúa a través de seres animados (animales o artrópodos) o inanimados (alimentos, agua, fómites). También se incluye aquí la transmisión aérea.
- Huesped: Es el último eslabón de la cadena epidemiológica. Individuo en el cual se desarrolla la enfermedad:
 - o La vía de entrada al organismo. Las distintas formas o vías de exposición son: inhalatoria, dérmica, digestiva o parenteral.
 - o La gravedad de las consecuencias tras la exposición dependerán de la patogenicidad del agente biológico (capacidad de producir la enfermedad), de la dosis infectiva (número de microorganismos necesarios para producir una infección) y de la susceptibilidad individual del trabajador (depende de la base genética, edad, el sexo, etc.).

Ubicación lesiones:

Cada agente infeccioso produce una alteración característica. Por lo general, los procesos bacterianos se suelen acompañar de fiebre, malestar general, astenia, etc. además del cuadro cutáneo.

Temporalidad:

Depende del periodo de incubación de cada patología concreta.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

Ocupaciones más frecuentes de dermatitis infecciosa:

Las ocupaciones de mayor riesgo en relación con las infecciones son trabajadores sanitarios, trabajadores de laboratorio, veterinarios, trabajadores de mataderos, ganaderos, etc. Son todas aquellas incluidas en el Grupo 5D01XX del listado de enfermedades profesionales:

D	01		Agentes infecciosos
	01	5D0101	Personal sanitario.
	02	5D0102	Personal no sanitario, trabajadores de centros asistenciales o de cuidados de enfermos, tanto a nivel ambulatorio, de instituciones cerradas o domicilio.
	03	5D0103	Trabajadores de laboratorios de investigación o análisis clínicos.
	04	5D0104	Trabajos de toma, manipulación o empleo de sangre humana o sus derivados.
	05	5D0105	Odontólogos.
	06	5D0106	Personal de auxilio.
	07	5D0107	Personal del orden público.
	08	5D0108	Trabajadores de centros penitenciarios.
	09	5D0109	Ganaderos.
	10	5D0110	Veterinario.
	11	5D0111	Matarifes.
	12	5D0112	Agricultores.
	13	5D0113	Industria alimentaria.
	14	5D0114	Carniceros.

SÍNTOMAS Y SIGNOS

El cuadro es variable dependiendo de la enfermedad que la produce. Hay infecciones causadas por agentes biológicos que tienen los síntomas principales limitados en la piel y otros como varicela o rubeola cuyos síntomas y signos en la piel, se asocian a síntomas generales. Los cuadros más frecuentes están producidos por los siguientes agentes biológicos:

ENFERMEDADES DE LA PIEL DE ORIGEN BACTERIANO

Las infecciones cutáneas de origen bacteriano son aquellos procesos producidos por la acción directa o indirecta de distintas bacterias que afectan a la piel y/o sus anejos.

- Piodermitis (Estafilococo y estreptococo).

Secundarias a microtraumatismos (cortaduras, pinchazos, abrasiones).

Clínica: pápulas, pústulas, nódulos inflamatorios y dolorosos.

En su forma más severa producen celulitis o erisipela (celulitis que afecta a la dermis).

El agente causal es el estreptococo B hemolítico grupo A.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

Transmisión: a través de solución de continuidad en la piel (picaduras, erosiones).

Periodo de incubación: 2 a 4 días.

Localización: cara y extremidades inferiores.

Clínica: afectación del estado general, fiebre elevada, placa eritematosa en la piel, caliente, con límites netos y edema. Se produce una inflamación de las partes blandas (inflamación de la dermis y/o tejido celular subcutáneo).

- **Ántrax (*Bacillus anthracis*).**

Lesiones se presentan después de una herida insignificante o después de pinchazo, abrasión, inhalación de esporas.

Localización: Afectan a partes expuestas: manos, brazos, cuello y cara.

Clínica: Lesión primaria: pápula que aumenta rápidamente de tamaño hasta formar una placa infiltrada cubierta por vesículas hemorrágicas y ampollas evoluciona a necrosis y lesiones satélites tipo vesiculoso. Las lesiones son indoloras y se acompaña de malestar general y fiebre.

Transmisión: A través de los productos infectados de los animales (contacto).

Periodo de incubación: de 1 a 3 semanas.

- **Erisipeloide (*Erysipelothrix rhusiopathiae*)**

Lesión de la piel causada por una bacteria que se encuentra en peces, pájaros, mamíferos y mariscos. Normalmente afecta a las personas que trabajan con estos animales (como granjeros, carniceros, cocineros, tenderos, pescadores o veterinarios). Se produce como consecuencia de una herida penetrante en personas que manipulan productos animales comestibles o no comestibles (cadáveres infectados, productos derivados como grasa o fertilizantes, huesos, conchas)

Localización: se produce una lesión a nivel de la inoculación generalmente en las manos (mordeduras) o a través de heridas o abrasiones cutáneas.

Clínica: Se produce una pápula color rojo violáceo, y a la semana de aparición de la lesión, aparece un exantema característico maculopapuloso, elevado, rojo purpúreo, no vesiculado e indurado, acompañado de prurito y sensación de quemazón. La inflamación local, a pesar de estar bien demarcada, puede inhibir el uso de la mano, que es el sitio habitual de infección. El margen de la lesión puede extenderse lentamente hacia el exterior y producir molestias e incapacidad que pueden persistir por 3 semanas. Pueden inflamarse los ganglios linfáticos regionales. En los casos más graves puede producirse una septicemia y endocarditis.

Transmisión: Se produce como consecuencia de una herida penetrante o también por mordeduras de gatos o perros.

Periodo de incubación: de unos 7 días.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

Transmisión: a través de solución de continuidad en la piel (picaduras, erosiones).

Periodo de incubación: 2 a 4 días.

Localización: cara y extremidades inferiores.

Clínica: afectación del estado general, fiebre elevada, placa eritematosa en la piel, caliente, con límites netos y edema. Se produce una inflamación de las partes blandas (inflamación de la dermis y/o tejido celular subcutáneo).

- **Brucelosis**

La brucelosis es una zoonosis producida por distintas especies del Género *Brucella*, cuyas fuentes de infección y organismo responsable varían en función de la zona geográfica. En España, al igual que en el resto de países de la Cuenca Mediterránea, es una enfermedad muy ligada al ganado ovino y caprino; la vía directa es el mecanismo de contagio más frecuente en algunas regiones españolas

Localización: las lesiones cutáneas que se producen son erupciones máculo papulosas y petequias generalizadas asociadas a los siguientes síntomas:

- o Fiebre elevada, cefalea y debilidad extrema en la forma aguda.
 - o Forma crónica: abscesos esplénicos, nefropatía, patologías de vías urinarias.
- Afectación. Ósea.

Clínica: a veces es asintomática pero la mayoría de las veces presenta diversos síntomas. Los más frecuentes son astenia (sensación de debilidad, cansancio), aumento de la sudoración, cefalea (dolor de cabeza), escalofríos y dolores articulares (artromialgias). Menos frecuentes son anorexia (pérdida del apetito), pérdida de peso y mal estar general.

Transmisión: las vías más frecuentes de entrada de origen laboral son:

- la vía cutánea-mucosa es la vía más frecuente de entrada de origen laboral. La brucela atraviesa la barrera cutánea mucosa (piel, conjuntiva de los ojos, etc.) de las personas que están en contacto con animales o manipulan sus productos. La brucela es capaz de atravesar mucosas sanas.
- Vía percutánea por inoculación: Se produce mediante la introducción de la bacteria en el organismo, habitualmente por inyección o pinchazo accidental. Lo sufren principalmente trabajadores de laboratorios, veterinarios, mataderos, etc.
- Vía respiratoria. Se produce por inhalación o respiración de aerosoles (partículas muy finas en el aire) o polvo contaminado en los lugares donde hay animales contaminados, como establos, mataderos, salas de recepción de leche, vías rurales, laboratorios, etc.

Periodo de incubación: es variable y puede oscilar entre 1 y 3 semanas. Los síntomas pueden aparecer a partir de los 5 días de la exposición.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

- Tuberculosis cutánea (*Mycobacterium tuberculosis, bovis*)

Es una enfermedad de la piel rara. Su frecuencia está ligada íntimamente con el de la TB sistémica y muy en especial con la pulmonar.

Está producido por el M. tuberculosis, bacilo de Koch o bacilo tuberculoso, que tiene gran ubicuidad, puede afectar cualquier órgano o tejido del cuerpo.

Aquí nos referimos a la tuberculosis por inoculación primaria que produce el chancro tuberculoso.

Localización: las localizaciones más frecuentes son la cara, las manos (dedos) y la parte inferior de las piernas. Las mucosas oral, y conjuntival pueden estar afectadas en un tercio de los casos.

Clínica: El complejo tuberculoso primario se inicia con una pequeña lesión, pápula o herida inflamatoria con poca tendencia a la curación, la cual evoluciona rápidamente a una úlcera no dolorosa, de curso subagudo, poco profunda, de base granulomatosa o hemorrágica, cubierta de un tejido necrótico, se torna indurada, bordes sobreelevados y costra gris. Posteriormente se inflaman los ganglios regionales (no dolorosos), que afecta primero un ganglio linfático y luego a los ganglios linfáticos vecinos, formando una masa, con adherencia a la piel, reblandecimiento y supuración. Se acompaña de fiebre moderada y afectación del estado general en la mitad de los pacientes.

Transmisión: Se produce por inoculación externa del M. tuberculosis en la piel de un huésped previamente no expuesto a la TB.

El M. tuberculosis ingresa a los tejidos a través de abrasiones o heridas menores, colocación de pendientes, inyecciones con jeringas no adecuadamente esterilizadas, accidentes durante las necropsias, etc.

Periodo de incubación: entre 2 y 4 semanas después de la inoculación se forma la lesión cutánea. Y la afectación de los ganglios se produce entre 3 a 8 semanas.

ENFERMEDADES DE LA PIEL DE ORIGEN PARASITARIO Y MICOSIS

- Escabiosis o sarna (*Sarcoptes Scabiei*)

Es una afección cutánea de la parte superficial de la piel, producida por la infestación del ácaro "Sarcoptes scabiei" variedad hominis, un ácaro que se disemina por contacto íntimo entre miembros de una familia, por contacto sexual y por convivencia en guarderías e instituciones cerradas.

Hay riesgo de brotes severos de sarna complicada particularmente alto en instituciones (incluyendo clínicas de ancianos y hospitales).

Localización: fundamentalmente en espacios interdigitales, superficies flexoras de las muñecas, codos, región axilar anterior, cintura, región inferior de las nalgas (superficies flexoras y pliegues cutáneos), genitales en los varones y región periareolar en las mujeres. Suelen respetarse la cabeza y la cara excepto en personas inmunodeprimidas y en áreas tropicales.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

Clínica: Se produce una erupción de la piel de sarna clásica (tanto por la infestación como por la reacción de hipersensibilidad al ácaro). Esta clínica puede persistir durante semanas después del tratamiento escabicida. Se produce prurito intenso y generalizado que se agrava por la noche. Pueden verse costras y escamas producidas por el rascado. Podemos ver unas lesiones típicas (pápulas inflamatorias) con galerías que terminan en vesículas muy pequeñas, perladas que contienen al ácaro.

Transmisión: predominantemente por el contacto directo con la piel (15-20 Ministerio del Interior), pero también mediante contacto con la ropa infestada.

Periodo de incubación: previo a los síntomas, es de 3 a 6 semanas para la infestación primaria, pero puede ser tan corto como de 1 a 3 días en los casos de reinfestación.

- **Pediculosis capitis**

La pediculosis del pelo y cuero cabelludo es una infestación producida por el piojo de la cabeza (*Pediculus capitis*).

Localización: en el cuero cabelludo.

Clínica: Clínicamente pueden ser asintomáticos. El picor es el síntoma más frecuente, producido por sensibilidad a la saliva del piojo a las 4-6 semanas del primer contacto. Otros síntomas posibles: fiebre, malestar, cefalea, linfadenopatía, rash cutáneo y síntomas y signos relacionados con sobreinfección local.

Transmisión: se transmite por contacto directo (pelo con pelo).

Periodo de incubación: 4 a 6 semanas tras el contacto.

- **Micosis profesionales (dermatofitosis)**

Las micosis son enfermedades de la piel causadas por hongos. El crecimiento de los hongos ocurre principalmente en ambientes húmedos. El crecimiento está favorecido por la mala higiene personal (no secarse bien el cuerpo y las zonas interdigitales).

Localización: pueden localizarse en uñas, dedos, cuero cabelludo, ingle, región genital.

Clínica: los síntomas están relacionados con la zona donde se ubique la infección, pero fundamentalmente se produce picor, aparición de lesiones rojizas que se descaman, oscurecimiento o aclaramiento de la zona de la piel afectada, en el caso de las uñas.

Los síntomas son progresivos y más comunes durante el verano ya que el calor y la humedad son factores favorecedores, así como mucha sudoración, uso de ropa muy apretada o ambientes húmedos.

Más frecuente en personas que padecen diabetes, uso prolongado de antibióticos y el estrés ya que disminuyen el sistema inmune y favorecen la aparición de afectación por hongos.

Transmisión: fundamentalmente por el uso compartido de objetos personales como toallas, peines, maquillaje, cepillos, cortaúñas, etc.

Periodo de incubación: de 1 a 2 semanas.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

ENFERMEDADES DE LA PIEL DE ORIGEN VÍRICO

- Herpes simple: panadizo herpético

Lesión de la piel causada por el virus Herpes simple.

Localización: en la cara volar o dorsal de la falange distal de los dedos de las manos. La pulpa de los dedos no suele estar muy afectada.

Clínica: aparición picor y posteriormente de dolor. A los 2 ó 3 días aparición de vesículas que pueden unirse unas con otras. Suele aparecer inflamación de ganglios regionales.

Transmisión: frecuente en personal sanitario que entra en contacto con las secreciones de las vesículas.

Periodo de incubación: de 2 a 14 días.

- Enfermedad de Orf (poxvirus)

Es una enfermedad causada por un virus Parapox (Paravaccinia), cuyos huéspedes primarios son las cabras y las ovejas. Es una zoonosis ocupacional que afecta a veterinarios, granjeros, pastores.

Localización: aparece en las manos (generalmente dedos) u otra zona expuesta de la piel.

Clínica: aparición de una única lesión o unas pocas lesiones en la piel. La lesión inicial es una pápula pequeña de consistencia firme y de color rojo a azul en el lugar de penetración del virus que luego se transforma en una lesión costrosa. Puede existir fiebre que dura unos pocos días y asociarse a inflamación de ganglios regionales y malestar general.

Transmisión: el virus se encuentra en las lesiones cutáneas y costrosas de los animales, e incluso puede permanecer viable en la lana de las ovejas. La transmisión al hombre se puede producir por contacto directo (el virus puede ingresar en la piel a través de cortes y abrasiones) o por contacto con los fómites.

Periodo de incubación: de 3 a 7 días.

- Nódulo de los ordeñadores (paravaccinia)

Es una enfermedad viral, zoonosis provocada por un virus Parapoxviridae.

Localización: lesión que aparece en partes expuestas, como las manos y antebrazos y menos frecuentemente en cara y cuello.

Clínica: nódulo de 1 a 4 cm en manos o antebrazos. Generan dolor leve y están rodeados por un halo inflamatorio. Puede aumentar de tamaño los ganglios regionales.

Transmisión: por inoculación directa en la piel. El contagio se produce por contacto con la zona nasal o las ubres de ganado bovino infectado o por manipulación de su carne.

Periodo de incubación: es de 5 a 6 días.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

- Verrugas virales

Son lesiones epiteliales hiperqueratósicas, circunscritas y de naturaleza benigna producidas por una infección de las células epidérmicas por algunos de los genotipos del virus del papiloma humano.

Localización: cualquier parte de la superficie cutánea. Las verrugas vulgares preferentemente en dorso de las manos, cara, cuello, párpados, etc.

Clínica: Dolor en el caso de verrugas plantares.

Transmisión: se transmiten por contacto, tanto directo como indirecto (fómites, ropas). También pueden producirse por diseminación a otras áreas en un mismo paciente (por el rascado).

Periodo de incubación: muy variable, oscila entre 2 y 20 meses.

ACTUACIONES EN LAS EMPRESAS

En las dermatitis laborales por contacto biológico, como Técnicos de Prevención, en las visitas a las empresas debemos fijarnos en los aspectos que con más frecuencia causan las mismas:

Actividades más frecuentes de dermatitis por contacto biológico:

Generalmente se producen durante actividades que no implican la intención deliberada de manipular agentes biológicos o de utilizarlos en el trabajo, pero se produce la exposición de los trabajadores a dichos agentes por las siguientes causas (en las que nos tendremos que fijar en nuestras visitas a las empresas):

- Procedimientos de trabajo inadecuados.
- Operaciones en las que se generan aerosoles y que producen la liberación de agentes biológicos en el lugar de trabajo.
- Limpieza deficiente o inadecuada del Centro de Trabajo.
- Falta de gestión de residuos apropiada.
- Falta de medidas que eviten o dificulten la dispersión de los agentes biológicos a otras áreas donde pueden afectar a trabajadores que no se hallan directamente implicados en la actividad.
- Falta de prendas de protección apropiadas o de otro tipo de prendas especiales adecuadas para realización del trabajo en condiciones de seguridad.
- Higiene personal inadecuada.
- Falta de lugares apropiados para el almacenamiento adecuado de los equipos de protección, así como de la ropa de trabajo.
- Ventilación insuficiente de los lugares de trabajo.
- Uso de equipos de protección individual inadecuados.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

- Vigilancia de la salud inadecuada; Falta de inmunización de los trabajadores, y no detección de trabajadores en los que hace falta por su vulnerabilidad, establecer medidas especiales de protección.
- Falta de formación e información sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar.

Medidas preventivas recomendadas

Los elementos básicos para conseguir reducir la exposición a niveles mínimos serán la aplicación de buenas prácticas de trabajo y las medidas de protección tanto colectiva como individual.

Es importante conocer el mecanismo de transmisión del agente biológico, es decir, la vía por la que está descrita su capacidad infecciosa (inhalatoria, contacto, digestiva o parenteral), ya que, conocidas la cadena de infección del agente y las condiciones de la exposición, se deberán aplicar las medidas preventivas que, cuanto antes y con mayor eficacia, interrumpan dicha cadena.

- Establecimiento de procedimientos de trabajo adecuados y utilización de medidas técnicas apropiadas para evitar o minimizar la liberación de agentes biológicos en el lugar de trabajo. Establecerlos por escrito y darlos a conocer a todos los trabajadores.
- Reducción, al mínimo posible, del número de trabajadores que estén o puedan estar expuestos. Pe. En Residencias de mayores, limitar a un número concreto los trabajadores que deben atender al personal enfermo y que no deben rotar atendiendo a residentes sanos.
- Establecer medidas de protección colectiva:
 - o Aislamiento de la fuente de contagio. Pe. Aislamiento de personal enfermo en una residencia de mayores.
 - o Ventilación: su eficacia como medida preventiva es limitada porque permite la dispersión del agente en el local de trabajo. La ventilación por dilución, debe garantizar siempre la renovación mínima requerida del aire (Real Decreto 486/1997).
 - o Limpieza y desinfección de los lugares de trabajo.
 - o Establecimiento de programas para el control de plagas (desinsectación y desratización). Esta actividad debe ser realizada por empresas autorizadas con trabajadores debidamente formados.
- Establecer medidas de higiene personal:
 - o Prohibir que los trabajadores coman, beban o fumen en las zonas de trabajo en las que exista riesgo de exposición a agentes biológicos.
 - o Proveer a los trabajadores de prendas de protección apropiadas o de otro tipo de prendas especiales adecuadas, en función del riesgo.
 - o Disponer de retretes y cuartos de aseo apropiados y adecuados para uso de los trabajadores, que incluyan productos para la limpieza ocular y antisépticos para la piel.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

- o Disponer de un lugar determinado para el almacenamiento adecuado de los equipos de protección y verificar que se limpian y se comprueba su buen funcionamiento, si fuera posible con anterioridad y, en todo caso, después de cada utilización, reparando o sustituyendo los equipos defectuosos antes de un nuevo uso.
- o Los trabajadores dispondrán, dentro de la jornada laboral, de diez minutos para su aseo personal antes de la comida y otros diez minutos antes de abandonar el trabajo.
- o Al salir de la zona de trabajo, el trabajador deberá quitarse las ropas de trabajo y los equipos de protección personal que puedan estar contaminados por agentes biológicos y deberá guardarlos en lugares que no contengan otras prendas. El empresario se responsabilizará del lavado, descontaminación y, en caso necesario, destrucción de la ropa de trabajo y los equipos de protección.

Realizar una vigilancia de la salud adecuada con la aplicación del protocolo de agentes biológicos:

- o Evaluación de su estado de salud y, en particular, existencia de condiciones de salud o situaciones temporales o permanentes que puedan suponer una mayor susceptibilidad a los agentes biológicos, por ejemplo: dermatopatías, inmunodeficiencias adquiridas o congénitas, medicación, embarazo, etc.
- o Exploración del estado inmunitario del trabajador antes de comenzar el trabajo para determinar si es necesario recomendar vacunaciones. Salvo excepciones, no es recomendable (ni eficiente) realizar determinaciones serológicas periódicas rutinarias en la vigilancia médica de los trabajadores que están o pueden estar expuestos a agentes biológicos.
- o Detección precoz de los daños relacionados con la exposición a agentes biológicos a través de la presencia de síntomas o signos que puedan estar relacionados con la acción de los agentes biológicos.

Dar una formación e información adecuada a los trabajadores sobre los riesgos potenciales para la salud; Las precauciones que deberán tomar para prevenir la exposición; Las disposiciones en materia de higiene; La utilización y empleo de ropa y equipos de protección individual; Las medidas que deberán adoptar los trabajadores en el caso de incidentes y para la prevención de éstos.

EPI adecuados para proteger las distintas vías de entrada al organismo de los agentes biológicos.

1.4. DERMATITIS POR AGENTES INFECCIOSOS

BIBLIOGRAFÍA

- Guía de Ayuda para la Valoración de las Enfermedades Profesionales INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL. 3ª edición.
- Protocolo de vigilancia sanitaria específica: Dermatosis laborales. Comisión de Salud Pública. Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud.
- Documento de consenso en la Comunidad de Madrid: Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional: CONSEJERÍA DE SANIDAD: Dirección General de Inspección y Ordenación.
- Dermatitis por contacto ocupacional. Rev Cent Dermatol Pascua-Vol. 8, Núm. 2 May-Ago 1999. Dra. Lourdes Alonzo*, Dra. María Elizabeth Rodríguez Peñaloza
- DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES: Enfermedades infecciosas y parasitarias. DDC-DER-04: INSST: 2012.
- NTP 822. Agentes biológicos. Enfermedades de la piel. INSST.
- Guía Técnica del INSST para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos (RD 664/1997 de 12 de mayo).
- GUÍA DE VALORACIÓN DE INCAPACIDAD LABORAL PARA MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA. Escuela Nacional de Medicina del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia e Innovación; Subdirección General de Coordinación de Unidades Médicas del INSS-Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- MANUAL DE ACTUACIÓN PARA MÉDICOS DEL INSS. INSS. 2017.
- TRATADO DE MEDICINA DEL TRABAJO. INTRODUCCIÓN A LA SALUD LABORAL. ASPECTOS JURÍDICOS Y TÉCNICOS. VOL.1 2ª EDICIÓN. FERNANDO GIL HERNÁNDEZ.
- Guía básica sobre alergias de origen laboral. Secretaría de Salud Laboral de Castilla y León.
- Libro: 58 casos clínicos en dermatitis de contacto. 2ª edición-2017. Marti Tor Alergia.
- Manual MSD para profesionales: dermatitis de contacto.

1.5. DERMATITIS POR SUSTANCIAS FOTSENSIBLES EXÓGENAS

DEFINICIÓN

Las dermatitis por sustancias fotosensibles exógenas, son las producidas por la interacción entre el contacto con una sustancia fotosensibilizante irritativa (fototoxia) o alergénica (fotoalergia), con la exposición a la luz del sol o de fuentes de luz artificial (por ejemplo, soldadura).

Se conocen más de 100 sustancias que, ingeridas o de aplicación tópica, predisponen a sufrir reacciones cutáneas después de una exposición solar.

En la **fototoxicidad**, los compuestos que absorben la luz provocan lesiones tisulares que se manifiestan con dolor y eritema (como si fuera una quemadura solar).

La **fotoalergia** es una respuesta inmunitaria de tipo IV (mediada por células). La absorción de la luz provoca cambios estructurales en la sustancia, lo que permite que se una a las proteínas tisulares y se comporte como un hapteno, haciendo que el complejo sea alergénico.

SÍNTOMAS Y SIGNOS

Se produce una erupción polimorfa: pueden ser lesiones pruriginosas, eritematosas y a menudo papulosas, pero pueden ser papulovesiculosas o en forma de placas.

Ubicación lesiones:

Las erupciones aparecen en zonas expuestas a los rayos del sol: cara, escote, región de la nuca, dorso de manos, porción anterior de las piernas y superficies extensoras de antebrazos.

En la fototoxia:

- Se puede presentar eritema, edema y vesículas, simulando una quemadura solar intensa. Se acompañan de prurito, quemazón o dolor y descamación
- Se presentan en las zonas expuestas de la cara, la zona del escote, las manos los pies etc.
- En general suele respetar los pliegues nasolabiales, la zona retroauricular y submentoniana y las zonas cubiertas por la ropa.
- La exposición repetida en el tiempo puede originar liquenificación e hiperpigmentación de las lesiones.

1.5. DERMATITIS POR SUSTANCIAS FOTOSENSIBLES EXÓGENAS

En la fotoalergia:

- Las reacciones fotoalérgicas son reacciones inmunológicas de tipo retardado, tipo IV, por lo que requieren una exposición previa al fotosensibilizante para que se produzca la reacción.
- Las manifestaciones clínicas se asemejan a un eczema alérgico, con prurito, eritema, a veces vesiculación e incluso ampollas en las zonas fotoexpuestas aunque pueden sobrepasarlas y afectar a zonas ocultas por la ropa.
- Las lesiones suelen resolverse con descamación, sin dejar pigmentación residual.

Temporalidad:

Normalmente aparecen desde 30 minutos a algunas horas después de la exposición a la luz; sin embargo, pueden aparecer varios días después.

- Las reacciones fototóxicas son relativamente frecuentes y, en general, con un periodo de latencia corto, pudiendo aparecer tras la primera exposición del fármaco a la luz. La intensidad de la reacción cutánea depende de la cantidad/ dosis de agente fotosensibilizante y de la intensidad de la radiación recibida.
- Las reacciones fotoalérgicas, son menos frecuentes que las de fototoxia y se presentan de forma tardía, entre 2 y 10 días tras la exposición a la luz.

Causas más frecuentes:

Tabla 6. Principales agentes fototóxicos
FÁRMACOS: tetraciclina, clorpromacina, anti-diabéticos orales, hidroclorotiazida, furosemida, isoniazida, amiodarona, ibuprofeno, naproxeno, retinoides, antineoplásicos.
PLANTAS: <ul style="list-style-type: none">• Rutaceae: lima, limón, naranja, bergamota, ruda• Umbiliferae: perejil, hinojo, eneldo, zanahoria, chirivía, apio• Compositae: manzanilla, margaritas• Moraceae: mora, higo, ficus
COSMÉTICOS: perfumes y conservantes
COLORANTES: Eosina, Azul de metileno, Rosa Bengala, Fluoresceína, Sulfuro de Cadmio (amarillo de los tatuajes)
ALQUITRÁN Y DERIVADOS: fármacos, resinas, explosivos, insecticidas

Tabla 7. Principales agentes fotoalérgicos
AINES: Ketoprofeno, Etofenamato, Piroxicam, Bencidamina, Piketoprofeno, Dexketoprofeno, Ibuprofeno, Diclofenaco
Filtros solares: Benzofenonas, Cinamatos, octocrileno
Medicamentos: Fenofibrato, Clorpromacina, Benzodiacepinas
Antisépticos: Triclosan, Triclorocarbanilida,
Antihistaminicos tópicos: Prometacina
Aditivos veterinarios: Olaquinox
Plantas: Compositae

1.5. DERMATITIS POR SUSTANCIAS FOTSENSIBLES EXÓGENAS

Diagnóstico

Se basa en una historia clínica minuciosa en busca de posibles agentes causales y asociación con exposición solar

Se realizarán pruebas de sensibilización cutánea: pruebas del fototest con "fotoparche". En la espalda se colocan dos juegos de las sustancias a estudiar y se cubren con un material opaco a la luz. A las 48 horas se retiran y se realiza la lectura de ambos parches y se irradia uno de los juegos, volviendo a cubrir todo, con el material opaco a la luz. A las 48 horas de la radiación se realiza la lectura de ambos parches, de acuerdo a la escala descrita por el Grupo Norteamericano de Dermatitis por Contacto (0, +, ++, +++), y la prueba es interpretada de la siguiente manera:

Lado irradiado	Lado no irradiado	Interpretación
0	0	no sensibilidad
+	-	dermatitis por contacto fotoalérgica
+	+	dermatitis por contacto alérgica
++	+	dermatitis por contacto alérgica y fotoalérgica

ACTIVIDADES DE RIESGO LISTADAS EN EL REAL DECRETO 1299/2006

Cualquier sector de actividad puede estar afectado. Se encontrarían incluidas en el Código 5C0101 del listado de enfermedades profesionales.

C	01		Sustancias fotosensibles exógenas
		01	5C0101 Toda industria o trabajo en los que se entre en contacto con sustancias fotosensibilizantes y conlleve una dosis de exposición lumínica.

1.5. DERMATITIS POR SUSTANCIAS FOTOSENSIBLES EXÓGENAS

Medidas preventivas recomendadas

- Evitar el uso de sustancias fotosensibilizantes y exposición solar.
- Uso de filtros solares, que no contengan sustancias fotosensibilizantes (hay que tener en cuenta que muchos filtros solares contienen dos o más ingredientes que pueden ser fotosensibilizantes como la oxibenzona o benzofenona-3 y que pueden producir a su vez dermatitis por contacto fotoalérgica).

BIBLIOGRAFÍA

- Guía de Ayuda para la Valoración de las Enfermedades Profesionales INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL. 3ª edición.
- Documento de consenso en la Comunidad de Madrid: Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional: CONSEJERÍA DE SANIDAD: Dirección General de Inspección y Ordenación.
- Dermatitis por contacto ocupacional. Rev Cent Dermatol Pascua-Vol. 8, Núm. 2 May-Ago 1999. Dra. Lourdes Alonzo*, Dra. María Elizabeth Rodríguez Peñaloza.
- REACCIONES DE FOTOSENSIBILIDAD DE ORIGEN EXÓGENO: FOTOTOXIA Y FOTOALERGIA. Concepción Sierra Talamantes Violeta Zaragoza Ninet. Altea Esteve Martinez, Begoña Fornés Pujalte. Federico Palomar Llatas. 2015.
- GUÍA DE VALORACIÓN DE INCAPACIDAD LABORAL PARA MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA. Escuela Nacional de Medicina del Trabajo. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia e Innovación; Subdirección General de Coordinación de Unidades Médicas del INSS-Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- MANUAL DE ACTUACIÓN PARA MÉDICOS DEL INSS. INSS. 2017.
- TRATADO DE MEDICINA DEL TRABAJO. INTRODUCCIÓN A LA SALUD LABORAL. ASPECTOS JURÍDICOS Y TÉCNICOS. VOL.1 2ª EDICIÓN. FERNANDO GIL HERNÁNDEZ.
- Dermatitis fotoalérgica y fototóxica. Dr. E. Herrera Dr. M.V. Gálvez.
- Guía básica sobre alergias de origen laboral. Secretaría de Salud Laboral de Castilla y León.
- Libro: 58 casos clínicos en dermatitis de contacto. 2ª edición-2017. Marti Tor Alergia.
- Manual MSD para profesionales: dermatitis de contacto.
- Folleto "Prevenir las dermatosis depende de ti" del IRSST.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

Según el RD 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales, la epicondilitis podría encontrarse incluida en el Grupo 2 del Anexo I del Real Decreto, 2D0201: como enfermedad profesional causada por agentes físicos, en trabajos que requieran movimientos de impacto o sacudidas, supinación o pronación repetidas del brazo contra resistencia, así como movimientos de flexo extensión forzada de la muñeca, como pueden ser: carniceros, pescaderos, curtidores, deportistas, mecánicos, chapistas, caldereros, albañiles.

DEFINICIÓN

La epicondilitis lateral de codo, también conocida como codo de tenista, resulta más correcto denominarla tendinopatía lateral de codo, ya que según se recoge en distintas publicaciones, no se observan en los estudios histológicos la presencia de células inflamatorias al que haría referencia el término "epicondilitis".

Se pueden encontrar roturas tendinosas crónicas, formación de tejido de granulación en el origen del músculo extensor corto del pulgar, colágeno desestructurado, aumento de los vasos sanguíneos y tejido fibroso.

La epicondilitis es una de las principales causas de dolor en la extremidad superior provocada por una alteración estructural del tejido tendinoso de la musculatura que se inserta en el epicóndilo lateral del húmero (aquí se insertan 6 músculos pertenecientes a las regiones lateral y posterior del antebrazo, todos ellos músculos extensores).

Se cree que podría estar provocada por micro traumas repetidos en el origen de la musculatura extensora y supinadora a nivel del epicóndilo.

Es una de las lesiones laborales más frecuentes en el brazo dominante.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

SÍNTOMAS Y SIGNOS

El trabajador presenta dolor de aparición insidiosa en la cara lateral del codo que en ocasiones se irradia hacia la musculatura extensora del antebrazo; puede existir hipersensibilidad en la región del epicóndilo que se incrementa con movimientos habituales como dar la mano, levantar peso, usar una herramienta, etc.

Suele ser unilateral y tiene un curso clínico con una evolución cíclica (periodos de dolor y periodos sin clínica), que puede provocar dolor en reposo, pudiendo llegar a causar pérdida de fuerza en el brazo.

La clínica no presenta rasgos diferenciales en relación a la patología laboral o no laboral.

CRITERIOS DE ASOCIACIÓN CLÍNICO-LABORAL

El dolor suele comenzar después de movimientos forzados, repetidos, generalmente ocasionados por la extensión forzada del codo y/o muñeca, junto a una supinación (rotación externa del antebrazo).

Criterios de exposición

Trabajos que requieran movimientos de impacto o sacudidas, supinación o pronación repetidas del brazo contra resistencia, así como movimientos de flexo extensión forzada de la muñeca.

La condición de riesgo viene determinada por los siguientes factores: repetitividad, posturas, fuerza, falta de recuperación de los músculos (descansos), tiempo de exposición, presión mecánica y características de las herramientas que se utilizan en el puesto de trabajo.

Criterios de temporalidad

La exposición es anterior a la aparición de la enfermedad, es decir los síntomas aparecen después del comienzo del trabajo y persisten durante el mismo.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

Existe mejoría o desaparición de los síntomas con el descanso y reaparecen o se agravan tras reemprender el trabajo.

Duración mínima de la exposición: días (algunos estudios hacen referencia a 30 días).

Factores extra laborales

La presencia de actividades extra laborales que hayan actuado con la suficiente entidad y/o intensidad para considerarlo la causa principal de la enfermedad, tales como: deportes, aficiones y bricolaje, excluyen la relación laboral.

La epicondilitis podría encontrarse incluida en el Grupo 2 del Anexo I del Real Decreto 1299/2006, en el código 2D0201 como enfermedad profesional causada por agentes físicos, en trabajos que requieran movimientos de impacto o sacudidas, supinación o pronación repetidas del brazo contra resistencia, así como movimientos de flexo extensión forzada de la muñeca, como pueden ser: carniceros, pescaderos, curtidores, deportistas, mecánicos, chapistas, caldereros, albañiles.

Hay que tener en cuenta que, tras un traumatismo sobre la zona del codo por un golpe, caída, tirón, podría producirse también una epicondilitis. En este caso la patología no tendría la consideración de enfermedad profesional ya que no se encontraría recogida en el listado del Anexo II del RD 1299/2006, sino que teniendo en cuenta el art. Art.156 del RDL 8/2015 podría tener la consideración de accidente de trabajo.

FACTORES DE RIESGO

La relación de la aparición de las epicondilitis con los trabajos manuales es clara, pero todavía no se conoce con exactitud la fisiopatología de la enfermedad (como se produce).

Se cree que los micro traumas repetidos en el origen de la musculatura extensora y supinadora a nivel del epicóndilo pueden ser el comienzo de la enfermedad.

Los estudios realizados hasta la fecha sobre la relación entre factores físicos del lugar de trabajo y su relación con la epicondilitis sólo permiten concluir que hay una evidencia insuficiente para asociar trabajo repetitivo con los TME del codo.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

Tampoco se ha hallado suficiente evidencia sobre la relación de los factores posturales, considerados por separado, y la epicondilitis.

En cambio, sí hay evidencia de asociación entre un **trabajo de fuerza y la epicondilitis**. Hay una fuerte evidencia de la relación entre la combinación de factores de riesgo (por ejemplo, fuerza y repetición, fuerza y postura) y la epicondilitis; esto es especialmente evidente cuando la exposición a esta **combinación de factores** es elevada (como han visto, por ejemplo, estudios en la construcción o en el empaquetado de carne).

Las **condiciones de trabajo** que influyen en la aparición de esta patología son aquellos que conllevan el uso excesivo de los músculos y tendones que se insertan en el epicóndilo:

- Movimientos de pronación y supinación de la mano teniendo el codo en extensión.
- Tareas manuales intensas adquiriendo posturas forzadas (posiciones de trabajo que supongan que la muñeca y/o el codo dejen de estar en una posición natural de confort para pasar a una posición forzada que genera hiperextensiones, hiperflexiones y/o hiperrotaciones osteoarticulares con la consecuente producción de lesiones por sobrecarga). Se agravan si:
 - o Los brazos cruzan la línea media del cuerpo.
 - o Los brazos se desvían hacia afuera del cuerpo.
- Movimientos repetitivos e intensos, esto es, movimientos aplicados con fuerza, de la muñeca y los dedos. Se utilizan los músculos que tiran de la mano cuando doblamos la muñeca hacia atrás (flexión dorsal de la mano) llamados "músculos extensores":
 - o Movimientos repetitivos y continuos:
 - Ciclos de < 30 segundos.
 - Cuando se repiten los mismos movimientos o gestos el 50% del ciclo.
 - o Esfuerzo muscular de los músculos extensores del brazo/mano que sobrepasan su capacidad para adaptarse a las tensiones.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

Las condiciones de trabajo anteriormente descritas y que pueden producir una epicondilitis, pueden verse agravadas por:

- Exposición a vibraciones.
- Exposición a bajas y altas temperaturas. Sobre todo, cámaras de frío. El frío impide un rendimiento adecuado de las estructuras del sistema musculo esquelético (músculos, tendones y ligamentos), aumenta su contracción e impide su relajación, favoreciendo la aparición de lesiones en ellas.
- Manipulación de cargas, considerándose la manipulación de herramientas de más de 1 Kg de peso así como la manipulación manual de cargas pesadas de 20 Kg o más por lo menos 10 veces al día.
- Posición asimétrica de agarre o agarre forzado de una carga.
- Poca posibilidad de cambio postural.
- Estresores laborales que aumentan la tensión muscular (falta de autonomía, imposibilidad de alterar el ritmo de trabajo, apremio de tiempo, sistema de remuneración por primas, trabajo a destajo).
- Turnos nocturnos (de noche las fibras musculares tienen una capacidad de fuerza menor y un tiempo de recuperación mayor).
- Falta de periodos de recuperación (los tiempos dedicados a tareas en las que no se realizan los mismos movimientos).

DIAGNÓSTICO

El diagnóstico de la epicondilitis es eminentemente clínico, pero las pruebas de imagen pueden ayudar a diferenciar con otras patologías que presentan síntomas parecidos:

- La radiografía simple de codo resulta una prueba poco útil en el diagnóstico de la epicondilitis pero permite descartar o confirmar patologías óseas o cuerpos libres en la articulación del codo.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

- La ecografía de codo, sí es capaz de aportar datos relacionados con la epicondilitis, tales como engrosamientos del tendón, áreas degenerativas, roturas parciales, etc.
- También es útil, pero poco usada, la resonancia magnética (RM) que permite, además de identificar patología tendinosa, valorar la patología intraarticular de una manera más precisa.

ACTUACIONES DE LOS TÉCNICOS DE PREVENCIÓN EN LAS EMPRESAS

Dada la íntima relación de la epicondilitis con la patología laboral, es importante que cuando el técnico de prevención acuda a la empresa para valorar el puesto de trabajo, observe y pregunte al trabajador por las tareas que realiza en su puesto siendo lo más concreto posible, haciendo hincapié en el tipo de movimientos que realiza, así como la fuerza que debe utilizar en los mismos.

El técnico de prevención debe revisar si se combinan algunos de los siguientes factores:

- Se realizan golpes de impacto contra superficies duras. Comprobar si además al golpear se puede producir un posible rebote.
- Se realizan empujes o tracciones.
- Se mantienen determinadas posturas aplicando fuerza o sosteniendo cargas:
 - con el codo casi a la altura del hombro.
 - con el antebrazo flexionado más de 45°.
 - con el antebrazo en pronación o en supinación.
 - con el brazo extendido hacia atrás más de 10°.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

- Se alternan repetidamente posturas de pronación y supinación del antebrazo (girando más de unos 60° entre una postura y otra).
- Se realizan movimientos repentinos o bruscos con el brazo aplicando fuerza y/o adoptando posturas de pronación o supinación.

Se debe comprobar si la empresa ha realizado un estudio ergonómico del puesto de trabajo que identifique y valore los distintos factores de riesgo para la aparición de "epicondilitis".

Se recomienda la siguiente metodología, recogida en el Documento elaborado por el Grupo de trabajo sobre trastornos músculo esqueléticos de la Comisión nacional, no siendo una lista exhaustiva, para evaluar los distintos riesgos ergonómicos que puedan presentarse en el puesto considerando el segmento codo antebrazo:

- Para evaluar la repetitividad de movimientos:

o Normas técnicas:

- ISO 11228-3:2007 Ergonomía – Manejo Manual. Parte 3: Manejo de cargas bajas en alta frecuencia método Ocra. Como método detallado de evaluación del riesgo, la norma propone la utilización del método OCRA.
- UNE-EN 1005-5:2007. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 5: Evaluación del riesgo por manipulación repetitiva de alta frecuencia.

o Métodos de evaluación: Identificación y evaluación sencilla

- Checklist proporcionado por la ISO 11228-3:2007.
- Método 1 de la Norma UNE-EN 1005-5:2007

o Métodos de evaluación: evaluación detallada del riesgo

- Método Ocra.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

o Otros métodos de reconocido prestigio:

- Checklist OCRA (Occupational Repetitive Action)
- Strain Index.
- Checklist Keyserling
- Método de evaluación del riesgo para movimientos repetidos de miembro superior propuesto en el PMVS.
- Método de evaluación del riesgo de neuropatías por presión propuesto por el PMVS2

- Para evaluar la manipulación manual de cargas:

o Normas técnicas:

- ISO 11228-1:2021: manual handling: lifting, lowering and carrying.
- UNE-EN 1005-2:2004+A1:2009 Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 2: Manejo de máquinas y de sus partes componentes.

- Para evaluar el transporte de cargas:

o Normas técnicas:

- Guía Técnica del INSHT
- Norma técnica ISO 11228-1:2021

o Método de evaluación: identificación y evaluación sencilla

- Valores recomendados en la Guía Técnica del INSHT

o Método de evaluación: Evaluación detallada del riesgo

- Norma técnica ISO 11228-1, (apartado 4.3.2.)

o Otros métodos de reconocido prestigio

- Tablas de Snook y Ciriello
- Manual handling assessment charts (MAC)

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

- Para evaluar el empuje y arrastre de cargas:

o Normas técnicas:

- Guía Técnica del INSHT
- ISO 11228-2:2007 Ergonomics -- Manual handling -- Part 2: Pushing and pulling

o Método de evaluación: identificación y evaluación sencilla

- Método 1 de la norma ISO 11228-2:2007+A1:2022: estimación y evaluación general del riesgo.

o Método de evaluación: Evaluación detallada del riesgo

- Método 2 de la norma ISO 11228-2:2007+A1:2022: estimación y evaluación especializada del riesgo.

o Otros métodos de reconocido prestigio

- Tablas de Snook y Ciriello

- Para evaluar la movilización de personas:

o Normas técnicas:

- Norma técnica ISO TR 12296:2012 Manipulación manual de personas en el sector sanitario

o Método de evaluación: Evaluación detallada del riesgo

- PTAI
- MAPO (Movimiento y Asistencia de los Pacientes Hospitalizados)
- Til Thermometer
- The Dortmund Approach

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

- Para evaluar la adopción de posturas forzadas:

- o Normas técnicas:
 - Norma técnica ISO 11226: 2000. Cor-1: 2006 Evaluación de posturas de trabajo estáticas
 - UNE-EN 1005-4:2005+A1:2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 4: Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas
- o Método de evaluación: identificación y evaluación sencilla
 - Método propuesto por la ISO 11226:2000.
- o Método de evaluación: Evaluación detallada del riesgo
 - Método propuesto en la norma EN 1005-4: 2005+A1:2009.
- o Otros métodos de reconocido prestigio
 - OWAS (Ovako Working Analysis System)
 - RULA (Rapid Upper Limb Assessment)
 - REBA (Rapid Entire Body Assessment)

- Para evaluar la aplicación de fuerza:

- o Normas técnicas:
 - UNE-EN 1005-3:2002+A1:2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 3: Límites de fuerza recomendados para la utilización de máquinas.
- o Método de evaluación: Evaluación detallada del riesgo
 - Método propuesto en la norma EN 1005-3:2009-01
- o Otros métodos de reconocido prestigio
 - OWAS (Ovako Working Analysis System)
 - RULA (Rapid Upper Limb Assessment)
 - REBA (Rapid Entire Body Assessment)

Para la elección del método se deberá consultar previamente el campo de aplicación del mismo al objeto de comprobar que se adapta a la situación a evaluar.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

MEDIDAS PREVENTIVAS:

Para evitar la aparición de epicondilitis debemos tener en cuenta los siguientes puntos:

- Disminuir la repetitividad de los movimientos del codo.
- Adoptar una buena postura (disposición de los elementos en el puesto de trabajo).
- Disminuir la fuerza ejercida en las tareas.
- Introducir periodos de descanso para la recuperación de la fatiga muscular.
- Disminuir la duración de la tarea (rotación de tareas dentro de la misma jornada).

Podemos concretar las medidas preventivas para evitar este daño a la salud, en las medidas técnicas y/o organizacionales siguientes:

Medidas técnicas: medidas aplicadas al entorno de trabajo como rediseño del espacio de trabajo y rediseño de los equipos de trabajo:

- Reducción de los movimientos repetitivos:
 - Mecanización y automatización de procesos.
 - Variación de tareas para incrementar el tiempo de cada ciclo.
 - Reducir el tiempo de exposición.
- Reducción de las posturas forzadas y sobreesfuerzos musculares:
 - Evitar las posturas prolongadas de extensión de muñeca, debido a que contribuye al acortamiento de la musculatura que se inserta en el epicóndilo.
 - Para hacer fuerza con la mano se debe mantener la posición neutra de la muñeca (posición en línea recta con el antebrazo) y el codo en ángulo recto.
 - La tarea no ha de exceder el 30% de la capacidad muscular de la persona.
 - Reducir la intensidad del esfuerzo.
 - Evitar los movimientos forzados de pronación - supinación ya que ello contribuye al aumento de la tensión de los tendones que se insertan en el epicóndilo.
- Rediseño de maquinaria y equipos de trabajo:
 - Evitar herramientas que requieran posturas forzadas, uso excesivo de fuerza y movimientos repetidos de muñecas y antebrazos.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

Existen ciertas características de los objetos que, por dificultar su agarre o por obligar a aplicar más fuerza de la que sería necesaria si no estuviesen presentes, hacen aumentar el riesgo de lesión musculo esquelética: empuñaduras mal diseñadas (demasiado estrechas), empuñaduras duras, empuñaduras lisas.

- Mantener afiladas las herramientas cortantes y seleccionar la herramienta adecuada para la tarea a realizar. La selección de una empuñadura que permita las posturas neutras de la muñeca y una hoja que esté específicamente diseñada para la tarea a llevar a cabo. La empuñadura no debe ser demasiado lisa (podría ser deslizante) ni demasiado rugosa que podría ser abrasiva. Material adecuado del mango como de goma (compresible ya que mejora la distribución de presiones, la fricción y amortigua las vibraciones).
- Sujetar los objetos con ganchos, abrazaderas para disminuir la intensidad del esfuerzo.
- Mantenimiento adecuado de herramientas, necesarias para que los equipos se conserven en condiciones de utilización seguras para el trabajador, teniendo en cuenta las instrucciones del fabricante y realizado por personal autorizado y cualificado para esta tarea.
- Utilizar EPI adecuados que se ajusten bien al trabajador y no interfieran sobre la capacidad de agarre y/o manutención.

Medidas organizacionales: formación e información de los trabajadores, rotaciones, entrenamiento y disminución del tiempo de exposición.

- Dar formación e información sobre los riesgos del puesto de trabajo y medidas preventivas a aplicar para evitar los mismos, así como de la utilización correcta e incorrecta de los equipos de trabajo.

Se debe formar y concienciar a los usuarios de los equipos para que los utilicen de manera segura y ergonómica y para ello conocerán, entre otros aspectos, la manera de realizar los ajustes para adaptarlo a sus características personales.

- Realizar ejercicios de calentamiento previo y elongaciones de los grupos musculares involucrados en los movimientos de flexión, extensión, pronación y supinación de muñeca, antes y después de la jornada de trabajo.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.1. EPICONDILITIS

- Establecer períodos de recuperación de los grupos musculares usados con tareas en las que no se realicen movimientos de los mismos grupos musculares.

Se recomienda:

- Para tareas repetitivas de duración superior a 1h, establecer pausas de duración igual o mayor a 10' consecutivos tras cada 60' de trabajo repetitivo.
- Para tareas de duración inferior a 1h, las pausas deberían presentar la siguiente relación: tiempo de trabajo/tiempo de recuperación = 5/1.

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

El artículo 25 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece que el empresario garantizará de manera específica la protección de los trabajadores que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo.

Se debería tener en cuenta en la reincorporación a sus puestos de trabajo de aquellos trabajadores diagnosticados de "epicondilitis" los siguientes aspectos:

- Recomendar ejercicios de calentamiento previo y elongaciones de los músculos epicondíleos, así como en casos puntuales, siempre indicada por especialistas, utilizar una banda de protección epicondílea en las actividades que supongan una sobrecarga excesiva de los tendones de la región del codo.
- Adaptación de tareas y/o tiempo de trabajo para el trabajador, evitando que realice tareas con riesgo elevado de producir de nuevo la patología (movimientos repetidos de pronación y supinación forzada del antebrazo, con el codo y/o la muñeca en extensión, o aprehensión o extensión mantenidas de la mano).

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUÉLETICA

2.1. EPICONDILITIS

BIBLIOGRAFÍA

- o Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 5ª edición-vol II.
- o Valoración de la sospecha de enfermedad profesional. Consejería de Sanidad, Dirección general de Inspección y Ordenación. Ed.12/2016.
- o Revista Española de Traumatología Laboral Vol. 4. Fasc. 2. Núm. 8. Noviembre 2021 ISSN: 2605-0579 (impreso) 2659-7535 (online).
- o Folleto del INSST: Trastornos Musculo esqueléticos.
- o DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES del INSST: Enfermedades profesionales relacionadas con los trastornos musculo esqueléticos: Epicondilitis: DDC-TME-04.
- o PROTOCOLOS DE VIGILANCIA SANITARIA ESPECÍFICA: Posturas forzadas del Ministerio de Sanidad y Consumo.
- o Posturas de trabajo: evaluación del riesgo. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Centro Nacional de Nuevas Tecnologías. (INSHT)- Año 2015.
- o Prevención de riesgos ergonómicos. Actividad de la distribución de alimentación. Guía Técnica ISSGA. Año 2014.
- o Folleto "Buenas prácticas: epicondilitis" ASEPEYO.
- o Documento elaborado por el Grupo de trabajo sobre TME de la CNSST. Evaluación de factores de riesgo laboral relacionados con los TME.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

Según el R.D. 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales, el síndrome del túnel carpiano (STC) podría encontrarse incluido en el Grupo 2 del Anexo I del Real Decreto, código 2F0201: como enfermedad profesional causada por agentes físicos, en trabajos en los que se produzca un apoyo prolongado y repetido de forma directa o indirecta sobre las correderas anatómicas que provocan lesiones nerviosas por compresión; movimientos extremos de hiperflexión y de hiperextensión; trabajos que requieran movimientos repetidos o mantenidos de hiperextensión e hiperflexión de la muñeca, de aprehensión de la mano como lavaderos, cortadores de tejidos y material plástico y similares, trabajos de montaje (electrónica, mecánica), industria textil, mataderos (carniceros, matarifes), hostelería (camareros, cocineros), soldadores, carpinteros, pulidores, pintores.

DEFINICIÓN

El **síndrome del túnel carpiano (STC)** es un síndrome neurológico producido por el atrapamiento del nervio mediano en el túnel carpiano, estructura que comparte con los tendones flexores de los dedos y vasos sanguíneos.

Es la neuropatía por atrapamiento más frecuente, afectando hasta a un 3% de la población general, con una mayor incidencia en mujeres entre las décadas cuarta y sexta de la vida.

Su origen laboral se produce como consecuencia del desarrollo de tareas que requieran movimientos repetidos o mantenidos de hiperextensión e hiperflexión de la muñeca o de aprehensión de la mano.

SÍNTOMAS Y SIGNOS

El síndrome se caracteriza por la presencia, en la mano dominante, de dolor, entumecimiento, hormigueo y adormecimiento de la cara palmar del pulgar, índice, medio y anular; y en la cara dorsal, el lado cubital del pulgar y los dos tercios distales del índice, medio y anular.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

Los pacientes refieren mejoría momentánea con el movimiento brusco/sacudida de las manos (signo de Flick).

El inicio de los síntomas suele ser nocturno e insidioso. El enfermo describe las molestias como hormigueo y tumefacción de la mano de carácter progresivo.

En un estadio inicial se caracteriza por sensación de parestesia en la región correspondiente del nervio, que ocasionalmente irradia a antebrazo y codo (diagnóstico diferencial con radiculopatías cervicales); aparece en reposo y la aparición de dolor es nocturna.

A medida que la enfermedad progresa, el dolor se repite a lo largo de la noche provocando la interrupción del sueño. Tanto el dolor como las parestesias se prolongan durante el día afectando principalmente a los dedos pulgar, índice y anular.

Se puede acompañar de:

- Alteraciones del tacto en la punta de los dedos
- Dificultad para realizar movimientos a causa de la debilidad de la musculatura
- Irradiación del dolor en sentido ascendente por el antebrazo, brazo y hombro
- En situaciones más avanzadas se producen:
 - Trastornos del movimiento, disminución de la capacidad y fuerza para apretar las cosas.
 - Atrofia y pérdida de fuerza de la eminencia tenar (signo de Wallemborg).
 - Fenómeno de Raynaud.

CRITERIOS DE ASOCIACIÓN CLÍNICO-LABORAL

Criterios de exposición

Trabajos que requieran movimientos repetidos de muñeca y dedos:

- prensión o pinza con la mano, sobre todo con flexión mantenida de la muñeca;

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

- flexión y extensión de muñeca;
- pronación-supinación de mano;
- posturas forzadas mantenidas de la muñeca;
- apoyos prolongados sobre el talón de la mano;
- movimientos repetidos de prensión o de pinza manual y
- golpeteo repetido con el talón de la mano.

La condición de riesgo viene determinada por los siguientes factores: repetitividad, posturas, fuerza, falta de tiempos de recuperación (descansos), tiempo de exposición, presión mecánica y características de las herramientas.

Criterios de temporalidad

La exposición es anterior a la aparición de la enfermedad, es decir los síntomas aparecen después del comienzo del trabajo y persisten durante el mismo.

Existe mejoría o desaparición de los síntomas con el descanso y reaparecen o se agraven tras reemprender el trabajo.

Duración mínima de la exposición: meses (algunos estudios hacen referencia a unos 60 días).

Factores extralaborales

La presencia de factores extralaborales sólo excluiría el carácter profesional de la enfermedad cuando éstos hayan actuado con la suficiente entidad o intensidad para considerarlos la causa principal de la enfermedad y no haya existido exposición laboral.

Dentro de estos factores habría que destacar:

- Exposición extra laboral al riesgo (actividades deportivas, trabajos domésticos, etc.)
- Patologías extralaborales, enfermedades reumáticas con afectación de muñeca (artritis reumatoide, artrosis, quistes o tumores del canal del carpo), alteraciones endocrinas y metabólicas (hipotiroidismo, diabetes, acromegalia, etc.) y neurotóxicos (metales, fármacos, etc.)

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

El STC podría encontrarse incluido en el Grupo 2 del Anexo I del Real Decreto 1299/2007, en el código **2F0201**, como enfermedad profesional causada por agentes físicos, en trabajos que requieran movimientos repetidos o mantenidos de hiperextensión e hiperflexión de la muñeca, de aprehensión de la mano, como: lavaderos, cortadores de tejidos y material plástico y similares, trabajos de montaje (electrónica, mecánica), industria textil, mataderos (carniceros, matarifes), hostelería (camareros, cocineros), soldadores, carpinteros, pulidores, pintores.

FACTORES DE RIESGO

Fisiopatología

La relación de la aparición del STC con los trabajos manuales es clara, pero todavía no se conoce con exactitud la fisiopatología de la enfermedad (como se produce). En este sentido, cualquier factor que contribuya a aumentar la presión intracanal puede causarlo. La presión producida por la hinchazón de la vaina de los flexores frente al techo fibroso; este aumento de la presión sobre el nervio reduce su flujo sanguíneo, cuya falta de nutrientes y de oxígeno resultante causan alteraciones de la conducción nerviosa y los síntomas iniciales de la neuropatía. Si la compresión persiste, el nervio empieza a presentar una tumefacción y la vaina de mielina fundamental en la conducción nerviosa empieza a adelgazarse y sufrir una degeneración.

La causa más común es el estrés repetitivo crónico sobre el canal y, en consecuencia, una posición anormal de la muñeca como estrés en extensión (p.e., carniceros), o un efecto discordante rápido de la muñeca (p.e., martillo neumático). Ya como una tenosinovitis o engrosamiento de la vaina tendinosa causada por la tensión mecánica ejercida sobre los tendones por movimientos repetitivos. Bien como un microtraumatismo recurrente de movimientos que, exponen al nervio a fuerzas de compresión y a la distensión, como trabajo o aficiones que requieran tareas muy repetitivas.

Las condiciones de trabajo

Las condiciones de trabajo potencialmente generadoras de esta enfermedad son, por lo tanto, aquéllas que irritan e inflaman las vainas protectoras de los tendones que atraviesan la muñeca y someten al nervio mediano a una presión extra.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

El resultado no es fruto de una causa única, sino que es el resultado de una combinación de factores, cuantos más factores se den, mayor probabilidad habrá de que se desarrolle la lesión.

Los principales factores, cuyos efectos se combinan entre sí, son:

- Las posturas y movimientos de las muñecas en los que se desvía, de manera muy acusada, la mano de su posición natural (en la que la mano forma una línea recta con el antebrazo)
- La realización de fuerza con los dedos, en los distintos tipos de agarres y pinzas
- La elevada frecuencia de los movimientos, durante tiempos de exposición prolongados y sin permitir tiempo suficiente para que la zona descanse y se regenere
- Apoyar o golpear la cara interna de la muñeca sobre superficies duras o puntiagudas, o presionarla contra el mango de una herramienta

Algunos ejemplos de actividades en las que podrían coincidir estos factores son aquéllas en las que se presiona o estruja repetidamente con la mano, se agarran productos de peso elevado para encajarlos o se apoya constantemente la muñeca sobre una mesa dura.

A pesar de que hay profesiones en las que estos factores son más frecuentes que en otras, no se puede generalizar ni afirmar que una determinada profesión genera síndrome del túnel carpiano (o cualquier otra enfermedad profesional). Lo importante son las **tareas y el modo en que se realizan**.

DIAGNÓSTICO

En el diagnóstico del STC hay que tener en cuenta dos aspectos:

1. El diagnóstico de la lesión del nervio (neuropatía), basado en el cuadro clínico que sufre el paciente (síntomas), los hallazgos de exploración física obtenidos en el reconocimiento médico (signos), y los resultados de las pruebas complementarias.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

2. El diagnóstico de las causas y de las posibles patologías asociadas.

Tras la sospecha clínica, se deberá realizar una exploración de la sensibilidad y fuerza de la mano, así como maniobras que desencadenen la sintomatología.

Maniobra de Phalen

Esta maniobra y muchas variantes provocan estrechamiento del túnel carpiano mediante el mantenimiento de posiciones de flexión o de extensión forzada del carpo. Es positiva cuando aparecen parestesias en el territorio sensitivo del nervio mediano.

Signo de Tinel

Se golpea con el martillo de reflejos a lo largo del túnel carpiano. Su positividad consiste en la evocación de parestesias en el territorio sensitivo del nervio mediano.

Signo de Durkan

La presión mantenida, sin percutir, sobre la zona palmar de la muñeca con el pulgar, desencadena el cuadro de parestesias características.

Prueba funcional del pulgar (neuropatía del mediano)

Se pide al paciente que toque la yema del pulgar con la del meñique. Su impotencia -derivada del déficit del oponente del pulgar- presenta una mano en "exposición de juramento".

El mayor déficit sobre los intrínsecos del pulgar presenta una mano plana o "mano de simio". El signo del círculo o movilidad del pulgar sobre la palma de la mano evidencia su parálisis del oponente.

Pruebas complementarias

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

Exploraciones electrofisiológicas

La electroneurografía se considera la prueba más objetiva para el diagnóstico del síndrome del túnel carpiano. En general, se habla de una sensibilidad del 96-98% para la detección del síndrome del túnel carpiano. Por ello, se suele aplicar para la confirmación diagnóstica de este cuadro.

Para evaluar un síndrome del túnel carpiano se realiza un estudio con electroneurografía sensitivo y motor con el fin de determinar el diagnóstico, la intensidad de la lesión, el mecanismo fisiopatológico, el pronóstico y, sobre todo, el momento más adecuado para la intervención quirúrgica.

Los hallazgos electromiográficos altamente sugestivos de STC son: prolongación de las latencias motoras y sensitivas del nervio mediano; enlentecimiento de la velocidad de conducción nerviosa a través de la muñeca y degeneración del músculo abductor.

Pruebas de imagen

Aunque el diagnóstico del STC se basa en la clínica y en el estudio electrofisiológico, existe entre un 13-27% de pacientes sintomáticos con electromiograma normal. En estos casos la ecografía y la resonancia magnética pueden ser de utilidad.

La radiología se reserva habitualmente para situaciones en las que se ha producido un traumatismo previo. En estos casos se realiza una proyección anteroposterior de carpo para valorar deformidades y axial para valorar estrechez de canal o existencia de prominencias. Puede ser necesaria una radiografía cervical si existe sospecha de radiculopatía cervical.

Analítica

Es preciso la realización de una serie de determinaciones que nos permitan descartar o detectar la existencia de patología primaria, incluyendo: hemograma, VSG, proteinograma, glucemia, creatinina, uricemia, ANA, FR, TSH y T4.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

ACTUACIONES DE LOS TÉCNICOS DE PREVENCIÓN EN LAS EMPRESAS

Dada la íntima relación del STC con la patología laboral, es importante que el técnico de prevención, cuando acuda a la empresa para valorar el puesto de trabajo, pregunte al trabajador por las tareas que realiza en su puesto, siendo lo más concreto posible y haciendo hincapié en el tipo de movimientos que realiza, así como la fuerza que debe utilizar en los mismos.

El técnico de prevención debe revisar si se combinan algunos de los siguientes factores:

- Se realizan golpes de impacto contra superficies duras. Comprobar si además el golpear se puede producir un posible rebote.
- Se realizan empujes o tracciones.
- Se mantienen determinadas posturas aplicando fuerza o sosteniendo cargas:
 - con el codo casi a la altura del hombro.
 - con el antebrazo flexionado más de 45°.
 - con el antebrazo en pronación o en supinación.
 - con el brazo extendido hacia atrás más de 10°.
- Se alternan repetidamente posturas de pronación y supinación del antebrazo (girando más de unos 60° entre una postura y otra).
- Se realizan movimientos repentinos o bruscos con el brazo aplicando fuerza y/o adoptando posturas de pronación o supinación.

Se debe comprobar si la empresa ha realizado un estudio ergonómico del puesto de trabajo que identifique y valore los distintos factores de riesgo para la aparición del "síndrome del túnel carpiano".

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

Se recomienda, sin ser una lista exhaustiva, la siguiente metodología para evaluar los distintos riesgos ergonómicos que puedan presentarse en el puesto, considerando el segmento muñeca-antebrazo:

- Para evaluar la repetitividad de movimientos: “método Ocra”
- Para evaluar la manipulación manual de cargas: “ISO 11228-1:2021: manual handling: lifting, lowering and carrying”
- Si se adoptan posturas forzadas:
 - Posturas mantenidas: “ISO 11226: 2000. Ergonomics – Evaluation of static working postures”
 - Posturas adoptadas al manejar maquinaria. “UNE-EN 1005-4:2005+A1:2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas”
- Si se aplica fuerza: “UNE-EN 1005-3:2002+A1:2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 3: Límites de fuerza recomendados para la utilización de máquinas”.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Para evitar la aparición del STC debemos tener en cuenta los siguientes puntos:

- Disminuir la repetitividad de los movimientos de la muñeca (flexo/extensión).
- Adoptar una buena postura (disposición de los elementos en el puesto de trabajo).
- Disminuir la fuerza ejercida en las tareas.
- Introducir periodos de descanso para la recuperación de la fatiga muscular.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

- Disminuir la duración de la tarea (rotación de tareas, dentro de la misma jornada).
- Utilizar las herramientas adecuadas para cada tarea.

Como medidas preventivas para evitar este daño a la salud, deberíamos tener en cuenta las siguientes medidas:

Medidas técnicas: medidas aplicadas al entorno de trabajo y su entorno, rediseño del espacio de trabajo y rediseño de los equipos de trabajo:

- Reducción de los movimientos repetitivos:
 - Mecanización y automatización de procesos.
 - Variación de tareas para incrementar el tiempo de cada ciclo.
 - Reducir el tiempo de exposición.
- Reducción de las posturas forzadas y sobreesfuerzos musculares:
 - Evitar las posturas prolongadas de flexo/extensión de muñeca.
 - Para hacer fuerza con la mano se debe mantener la posición neutra de la muñeca (posición en línea recta con el antebrazo) y el codo en ángulo recto.
 - La tarea no ha de exceder el 30% de la capacidad muscular de la persona.
 - Reducir la intensidad del esfuerzo.
- Rediseño de maquinaria y equipos de trabajo:
 - Evitar herramientas que requieran posturas forzadas, uso excesivo de fuerza y movimientos repetidos de muñecas y antebrazos. Existen ciertas características de los objetos que, por dificultar su agarre o por obligar a aplicar más fuerza de la que sería necesaria si no estuviesen presentes, hacen aumentar el riesgo de lesión musculo esquelética: empuñaduras mal diseñadas (demasiado estrechas), empuñaduras duras, empuñaduras lisas.
 - Mantener afiladas las herramientas cortantes y seleccionar la herramienta adecuada para la tarea a realizar. La selección de una empuñadura que

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

permita las posturas neutras de la muñeca y una hoja que esté específicamente diseñada para la tarea a llevar a cabo. La empuñadura no debe ser demasiado lisa (podría ser deslizante) ni demasiado rugosa que podría ser abrasiva. Material adecuado del mango como de goma (compresible ya que mejora la distribución de presiones, la fricción y amortigua las vibraciones).

- Sujetar los objetos con ganchos, abrazaderas para disminuir la intensidad del esfuerzo.
- Mantenimiento adecuado de herramientas, necesarias para que los equipos se conserven en condiciones de utilización seguras para el trabajador, teniendo en cuenta las instrucciones del fabricante y realizado por personal autorizado y cualificado para esta tarea.
- Utilizar EPI adecuados que se ajusten bien al trabajador y no interfieran sobre la capacidad de agarre y/o manutención.

Medidas organizacionales: formación e información de los trabajadores, rotaciones, entrenamiento y disminución del tiempo de exposición.

- Dar formación e información sobre los riesgos del puesto de trabajo y medidas preventivas a aplicar para evitar los mismos, así como de la utilización correcta e incorrecta de los equipos de trabajo. Se debe formar y concienciar a los usuarios de los equipos para que los utilicen de manera segura y ergonómica y para ello conocerán, entre otros aspectos, la manera de realizar los ajustes para adaptarlo a sus características personales.
- Realizar ejercicios de calentamiento previo y elongaciones de los grupos musculares involucrados en los movimientos de flexión, extensión, pronación y supinación de muñeca, antes y después de la jornada de trabajo.
- Establecer períodos de recuperación de los grupos musculares usados con tareas en las que no se realicen movimientos de los mismos grupos musculares.

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

Se recomienda:

- Para tareas repetitivas de duración superior a 1 hora, establecer pausas de duración igual o mayor a 10 minutos consecutivos tras cada 60 minutos de trabajo repetitivo.
- Para tareas de duración inferior a 1 hora, las pausas deberían presentar la siguiente relación: tiempo de trabajo/tiempo de recuperación = 5/1

Vigilancia de la salud de los trabajadores

Realizar una buena campaña de información sobre la importancia de realizarse los correspondientes exámenes de salud.

El médico responsable de la vigilancia de la salud de los trabajadores realizará el reconocimiento médico específico con la aplicación de los protocolos de vigilancia sanitaria editados por el Ministerio de Sanidad. En este sentido, existe un protocolo específico que lleva el nombre de “neuropatías de presión”.

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

El artículo 25 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece que el empresario garantizará de manera específica la protección de los trabajadores que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo.

Se debería tener en cuenta en la reincorporación a sus puestos de trabajo de aquellos trabajadores diagnosticados de “síndrome del túnel carpiano” los siguientes aspectos:

- Recomendar ejercicios de calentamiento previo y elongaciones de los músculos de la muñeca y antebrazo.
- Adaptación de tareas y/o tiempo de trabajo para el trabajador, evitando que realice tareas que puedan volver a producir de nuevo la patología (movimientos repetidos o mantenidos de hiperextensión e hiperflexión de la muñeca o de aprehensión de la mano).

2. PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

2.2. SÍNDROME DEL TUNEL CARPIANO

BIBLIOGRAFÍA

- o Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 5ª edición-vol II.
- o Valoración de la sospecha de enfermedad profesional. Consejería de Sanidad, Dirección General de Inspección y Ordenación. Ed.12/2016.
- o Folleto del INSST: Trastornos Musculoesqueléticos
- o DIRECTRICES PARA LA DECISIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES PROFESIONALES del INSST: Enfermedades profesionales relacionadas con los trastornos musculo esqueléticos: STC: DDC-TME-07.
- o PROTOCOLOS DE VIGILANCIA SANITARIA ESPECÍFICA: Neuropatías por presión.
- o Posturas de trabajo: evaluación del riesgo. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Centro Nacional de Nuevas Tecnologías. (INSHT)- Año 2015.
- o Prevención de riesgos ergonómicos. Actividad de la distribución de alimentación. Guía Técnica ISSGA. Año 2014.
- o Enciclopedia práctica de Medicina del Trabajo. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P., 2019.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

Según el RD 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales, la epitrocleítis podría encontrarse incluida en el Grupo 2 del Anexo I del Real Decreto, 2D0201: enfermedad profesional causada por agentes físicos, en trabajos que requieran movimientos de impacto o sacudidas, supinación o pronación repetidas del brazo contra resistencia, así como movimientos de flexo extensión forzada de la muñeca, como pueden ser: carniceros, pescaderos, curtidores, deportistas, mecánicos, chapistas, caldereros, albañiles.

DEFINICIÓN

La epitrocleítis o epicondilopatía medial del codo, conocida como “codo del golfista” o también llamada síndrome del pronador flexor, se origina debido a la irritación de la inserción tendinosa de los músculos flexores y pronadores de la muñeca y de los dedos de la mano a nivel de la epitroclea: pronador redondo, palmar mayor, flexor común superficial de los dedos y cubital anterior.

En la parte distal del húmero, se localizan dos protuberancias óseas laterales: el epicóndilo o zona lateral externa del codo y la epitroclea o zona medial del codo donde se insertan los músculos pronadores del brazo y flexores de la muñeca.

Según algunas publicaciones, no es en sí una reacción inflamatoria, sino más bien un proceso degenerativo ya que, en los análisis histológicos, se encuentra una tendinosis angiofibroblástica con proliferación de fibroblastos, neovascularización (formación de células nuevas vasculares), y matriz desorganizada.

La manifestación clínica es una lesión por sobreuso de los tendones de los músculos que se originan en la epitroclea al continuar expuestos a la tensión por continuos movimientos de pronación-supinación forzada.

Se cree que la causa es de origen multifactorial, pero sobre todo por los microtraumatismos de repetición en los tendones de los músculos del primer plano del antebrazo ventral donde se insertan los músculos pronadores del antebrazo y flexores de la muñeca que presentan su origen en la epitroclea.

Es una lesión laboral en el brazo dominante pero menos frecuente que la epicondilitis lateral.

Es la causa de dolor más frecuente en la zona medial del codo.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

SÍNTOMAS Y SIGNOS

El trabajador presenta dolor de forma paulatina en la parte anterior de la epitroclea y puede irradiarse a hombro y mano. Progresivamente, el dolor aumenta en intensidad y duración afectando incluso en reposo o al despertarse por la mañana. También puede existir sensación de debilidad en el antebrazo o mano. En menor porcentaje, el dolor es de aparición súbita por traumatismo directo o indirecto.

El dolor provoca impotencia funcional, sobre todo en los movimientos de levantamiento de cargas con o sin supinación forzada.

Puede existir atrofia muscular, cierto eritema y calor local por el aumento de vascularización, existiendo a veces inflamación sobre la zona epitroclear.

Existe dolor a la presión de la epitroclea. La maniobra de flexión palmar resistida de muñeca provoca dolor, así como la hiperextensión pasiva de la muñeca.

CRITERIOS DE ASOCIACIÓN CLÍNICO-LABORAL

El dolor aparece en actividades en las que se produce exposición suficiente y acreditada a posturas forzadas y movimientos repetitivos que incluyen una pronación del antebrazo y flexión de muñeca.

Criterios de exposición

Trabajos que requieran movimientos de impacto o sacudidas, supinación o pronación repetidas del brazo contra resistencia, así como movimientos de flexo extensión forzada de la muñeca (posturas prolongadas de flexión de la muñeca), incrementándose al realizar movimientos de prono-supinación forzada que contribuye al aumento de la tensión de los tendones que se insertan en la epitroclea.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

Para determinar el nivel de exposición, hay que comprobar la exigencia ocupacional documentada de movimientos forzados o repetitivos de miembro superior o de periodos prolongados de mantenimiento de brazos elevados.

Los límites de exposición no están claramente definidos. Orientativamente se pueden establecer como niveles de riesgo movimientos de carácter repetitivo, con más de 10 acciones de agarre/minuto, más de 20 movilizaciones/minuto o manipulaciones repetitivas de pesos superiores a 1 kg.

Criterios de temporalidad

La exposición es anterior a la aparición de la enfermedad, es decir los síntomas aparecen después del comienzo del trabajo y persisten durante el mismo.

Los síntomas desaparecen en reposo en las fases tempranas de la enfermedad. Progresivamente el dolor aumenta en intensidad y duración afectando incluso en reposo o al despertarse por la mañana.

Duración mínima de la exposición: días (algunos estudios hacen referencia a 30 días).

Factores extra laborales

La presencia de actividades extra laborales que hayan actuado con la suficiente entidad y/o intensidad para considerarlo la causaprincipal de la enfermedad: deportes, aficiones y bricolaje, excluyen la relación laboral.

La epitrocleítis podría encontrarse incluida en el Grupo 2 del Anexo I del Real Decreto, 2D0201 como enfermedad profesional causada por agentes físicos, en trabajos que requieran movimientos de impacto o sacudidas, supinación o pronación repetidas del brazo contra resistencia, así como movimientos de flexo extensión forzada de la muñeca, como pueden ser: carniceros, pescaderos, curtidores, deportistas, mecánicos, chapistas, caldereros, albañiles.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

Igualmente, se deberá valorar la posibilidad de riesgo profesional para epitrocleítis otras actividades como: cocineros, electricistas, guitarristas, fontaneros, peluqueros, trabajadores de la madera, limpiadoras, trabajadores de conserveras.

Tras un traumatismo sobre la zona del codo por un golpe, caída o tirón, podría producirse también una epitrocleítis. En este caso, la patología no tendría la consideración de enfermedad profesional ya que no se encontraría recogida en el listado del Anexo II del RD 1299/2006, sino que, teniendo en cuenta el art. Art.156 del RDL 8/2015, podría tener la consideración de accidente de trabajo.

FACTORES DE RIESGO

Existe una fuerte evidencia de la relación entre la combinación de factores de riesgo (por ejemplo: fuerza y repetitividad, fuerza y postura, falta de descansos para recuperación, duración, presión mecánica y características de las herramientas que se utilizan en el puesto de trabajo) cuando la exposición a estos factores es elevada (como han visto, por ejemplo, estudios en la construcción o en el empaquetado de carne).

El uso de técnicas inadecuadas en la realización de ciertas actividades, el déficit de preparación física y las herramientas o utensilios inapropiados suelen precipitar la aparición de la epitrocleítis.

Las condiciones de trabajo que influyen en la aparición de esta patología son aquellos que conllevan el uso excesivo de los músculos y tendones que se insertan en el epicóndilo. Entre los factores de riesgo se encuentran:

- Manipulación de cargas: manipulación de herramientas de más de 1 kg de peso, manipulación manual de cargas pesadas de 20 kg o más por lo menos 10 veces al día o el manejo de objetos de más de 5 kg durante más de 2 horas al día.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

- Tareas manuales intensas asociadas a la adquisición y mantenimiento de posturas forzadas (posiciones de trabajo que supongan que la muñeca y/o el codo dejen de estar en una posición natural de confort para pasar a una posición forzada que genera hiperextensiones, hiperflexiones y/o hiperrotaciones osteoarticulares con la consecuente producción de lesiones por sobrecarga). Algunos estudios indican que esto se agrava en periodos de 2 minutos seguidos durante más de 2 horas si:

- o Los brazos cruzan la línea media del cuerpo (aducción).
- o Los brazos se desvían hacia afuera del cuerpo (abducción).
- o Se trabaja con los brazos por encima de los hombros durante más de 4 horas.

- Movimientos repetitivos de pronación y supinación de la mano teniendo el codo en extensión. Se entiende por movimiento repetitivo a aquellas actividades con un ciclo inferior a 30 segundos o en las que se repitan los mismos movimientos elementales durante más de un 50% de la duración del ciclo.

- Movimientos repetitivos e intensos, esto es, con aplicación de fuerza con la muñeca y los dedos, combinando pronación del antebrazo y flexión de la muñeca. Estos movimientos implican a un mismo conjunto osteomuscular. Los músculos extensores del brazo/mano, al sobrepasar su capacidad para adaptarse a las tensiones, sufren fatiga muscular, sobrecarga, dolor y por último lesión.

Las condiciones de trabajo anteriormente descritas y que pueden producir una epitrocleítis, pueden verse agravadas por:

- Exposición a vibraciones.
- Exposición a bajas y altas temperaturas. Sobre todo, cámaras de frío. El frío impide un rendimiento adecuado de las estructuras del sistema musculoesquelético (músculos, tendones y ligamentos), aumenta su contracción e impide su relajación, favoreciendo la aparición de lesiones.
- Contacto directo contra superficies o bordes duros por largos periodos de tiempo.
- Posición asimétrica de agarre o agarre forzado de una carga.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

- Poca posibilidad de cambio postural.

- Estresores laborales que aumentan la tensión muscular: falta de autonomía, imposibilidad de alterar el ritmo de trabajo, apremio de tiempo, sistema de remuneración por primas, trabajo a destajo, etc.

- Turnos nocturnos (de noche las fibras musculares tienen una capacidad de fuerza menor y un tiempo de recuperación mayor).

- Falta de periodos de recuperación (los tiempos dedicados a tareas en las que no se realizan los mismos movimientos).

DIAGNÓSTICO

El diagnóstico de la epitrocleítis es eminentemente clínico, con pruebas específicas exploratorias, siendo necesarias pruebas diagnósticas complementarias para confirmar o descartar la presencia de patologías asociadas de la musculatura epicondílea o que valoren el nivel de afectación tendinoso:

- Las radiografías pueden ser útiles para descartar patología ósea y articular (cuerpos libres, osteofitos) o para valorar patología asociada (artrosis,...).

- La ecografía de codo es una técnica que si aporta datos para la detección de la afectación degenerativa del tendón (desinserción, desgarros), puede ayudar a valorar el estado tendinoso (aspecto de tendinosis, posibles roturas, calcificaciones...), y sirve, a su vez, para hacer un seguimiento de dicha patología.

- La resonancia magnética (RM) resulta útil para una valoración en mayor profundidad del proceso de evolución tórpida o no típico. Valora la patología intraarticular de una manera más precisa.

- El electromiograma puede ser útil para descartar neuropatías asociadas.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

ACTUACIONES DE LOS TÉCNICOS DE PREVENCIÓN EN LAS EMPRESAS

Dada la íntima relación de la epitrocleítis con la patología laboral, es importante que el técnico de prevención, cuando acuda a la empresa para valorar el puesto de trabajo, pregunte al trabajador por las tareas que realiza en su puesto, siendo lo más concreto posible y haciendo hincapié en el tipo de movimientos que realiza, así como la fuerza que debe utilizar en los mismos.

El técnico de prevención debe revisar si se combinan algunos de los siguientes factores:

- Se realizan golpes de impacto contra superficies duras. Comprobar si, además el golpear, se puede producir un posible rebote.

- Se realizan empujes o tracciones.

- Se mantienen determinadas posturas aplicando fuerza o sosteniendo cargas:

- o con el codo casi a la altura del hombro
- o con el antebrazo flexionado más de 45°
- o con el antebrazo en pronación o en supinación
- o con el brazo extendido hacia atrás más de 10°.

- Se alternan repetidamente posturas de pronación y supinación del antebrazo (girando más de unos 60° entre una postura y otra).

- Se realizan movimientos repentinos o bruscos con el brazo aplicando fuerza y/o adoptando posturas de pronación o supinación.

Se debe comprobar si la empresa ha realizado un estudio ergonómico del puesto de trabajo que identifique y valore los distintos factores de riesgo para la aparición de "epitrocleítis".

Se recomienda los siguientes métodos para evaluar los distintos riesgos ergonómicos que puedan presentarse en el puesto considerando el segmento codo antebrazo, no siendo esta una lista exhaustiva:

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

- Para evaluar la repetitividad de movimientos: método Ocra.
- Para evaluar la manipulación manual de cargas: norma ISO 11228-1:2021: manual handling: lifting, lowering and carrying.
- Si se adoptan posturas forzadas:
 - o Posturas mantenidas: "ISO 11226: 2000. Ergonomics – Evaluation of static working postures.
 - o Posturas adoptadas al manejar maquinaria: "UNE-EN 1005-4:2005+A1:2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas.
- Si se aplica fuerza: UNE-EN 1005-3:2002+A1:2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 3: Límites de fuerza recomendados para la utilización de máquinas.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Para evitar la aparición de epitrocleítis, debemos tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Evitar las posturas prolongadas de flexión de muñeca debido a que contribuye al acortamiento de la musculatura que se inserta en la epitroclea.
- Evitar los movimientos forzados de pronación y supinación del brazo debido a que contribuye al aumento de la tensión de los tendones que se insertan en la epitroclea.
- Disminuir la duración de la tarea (rotación de tareas).
- Introducir periodos de descanso para la recuperación de la fatiga muscular.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

- Utilizar las herramientas adecuadas para cada tarea: agarre óptimo y mantenimiento adecuado.

- Realizar ejercicios de calentamiento previo y elongaciones de los grupos musculares involucrados en los movimientos de flexión, extensión pronación y supinación de la muñeca, antes y después de la jornada de trabajo.

- En casos puntuales, siempre indicado por especialistas, utilizar una banda de protección epicondílea en las actividades que supongan una sobrecarga excesiva de los tendones de la región del codo.

Podemos concretar las siguientes medidas técnicas y/o organizacionales para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores:

Medidas técnicas: medidas aplicadas al entorno de trabajo como pueden ser el rediseño de procedimientos, el espacio de trabajo y de los equipos utilizados:

- Reducción de los movimientos repetitivos:

- o Mecanización y automatización de procesos.
- o Variación de tareas para incrementar el tiempo de cada ciclo.
- o Reducir el tiempo de exposición.

- Reducción de las posturas forzadas y sobreesfuerzos musculares:

- o Evitar las posturas prolongadas de flexo extensión forzada de la muñeca, porque contribuyen al acortamiento de la musculatura que se inserta en la epitroclea.
- o Evitar realizar movimientos de prono-supinación forzada que contribuye al aumento de la tensión de los tendones que se insertan en la epitroclea.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

- o Para hacer fuerza con la mano se debe mantener la posición neutra de la muñeca (posición en línea recta con el antebrazo) y el codo en ángulo recto.
 - o La tarea no ha de exceder el 30% de la capacidad muscular de la persona.
- Rediseño de maquinaria y equipos de trabajo:
- o Diseño ergonómico de las herramientas y equipos de trabajo: evitar herramientas que requieran posturas forzadas, uso excesivo de fuerza y movimientos repetidos de muñecas y antebrazos.
- Existen ciertas características de los objetos que, por dificultar su agarre o por obligar a aplicar más fuerza de la que sería necesaria, hacen aumentar el riesgo de lesión musculoesquelética: mangos mal diseñados (demasiado estrechos), empuñaduras duras o lisas, etc.
- o Reducir la fuerza a emplear manteniendo afilados los útiles cortantes y sosteniendo los objetos con ganchos o abrazaderas. Seleccionar herramientas específicamente diseñada para la tarea a llevar a cabo con una empuñadura que permita las posturas neutras de la muñeca.
- La empuñadura no debe ser demasiado lisa (podría ser deslizante) ni demasiado rugosa que podría ser abrasiva. Un material adecuado debe ser compresible para mejorar la distribución de presiones, reducir la fricción y amortiguar las vibraciones.
- o Mantenimiento adecuado de herramientas. Se trata de asegurar que los equipos se conservan en condiciones de utilización seguras para el trabajador, teniendo en cuenta las instrucciones del fabricante y realizado por personal autorizado y cualificado para esta tarea.
 - o Utilizar equipos de protección individual adecuados que se ajusten bien al trabajador y no interfieran sobre la capacidad de agarre y/o manutención.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

Medidas organizacionales: implantación y seguimiento de programas sobre:

- Formación e información sobre los riesgos del puesto de trabajo y medidas preventivas a aplicar para evitarlos.
- Observación del trabajo para la identificación de posibles posturas o movimientos mal adquiridos a partir de lo cual se planifique actuaciones de formación y sensibilización que permitan que los trabajadores asuman la importancia de una buena utilización de herramientas y equipos de trabajo, haciendo uso de los ajustes de regulación necesarios para su adaptación a sus características personales. La formación debe asegurar que el trabajador adquiere las destrezas y habilidades necesarias.
- Ejercicios de calentamiento previo y elongaciones de los grupos musculares involucrados en los movimientos de flexión, extensión, pronación y supinación de muñeca, antes y después de la jornada de trabajo.
- Establecer períodos de recuperación de los grupos musculares usados con tareas en las que no se realicen movimientos de los mismos grupos musculares. Se recomienda:
 - o Para tareas repetitivas de duración superior a 1h, establecer pausas de duración igual o mayor a 10' consecutivos tras cada 60' de trabajo repetitivo.
 - o Para tareas de duración inferior a 1h, las pausas deberían presentar la siguiente relación: tiempo de trabajo/tiempo de recuperación = 5/1.

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

El artículo 25 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece que el empresario garantizará de manera específica la protección de los trabajadores que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo.

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

Se debería tener en cuenta, en la reincorporación a sus puestos de trabajo de aquellos trabajadores diagnosticados de epitrocleítis, los siguientes aspectos:

- Recomendar ejercicios de calentamiento previo y elongaciones de los grupos musculares involucrados en los movimientos de flexión, extensión pronación y supinación de la muñeca, antes y después de la jornada de trabajo. En casos puntuales, siempre indicada por especialistas, utilizar una banda de protección epicondílea en las actividades que supongan una sobrecarga excesiva de los tendones de la región del codo.

- Adaptación de tareas y/o tiempo de trabajo para el trabajador tras reincorporación a su puesto por baja por epitrocleítis, siguiendo las pautas indicadas por el servicio médico y, en cualquier caso, evitando que realice tareas con riesgo elevado de producir de nuevo la patología (véanse los factores de riesgo ya indicados).

2. PATOLOGÍA MÚSCULOESQUELÉTICA

2.3. EPITROCLEÍTIS

BIBLIOGRAFÍA

- o Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 6ª edición, vol I.
- o Valoración de la sospecha de enfermedad profesional. Consejería de Sanidad, Dirección general de Inspección y Ordenación. Ed.12/2016.
- o Enciclopedia práctica de Medicina del Trabajo. INSST. Año 2019.
- o Directrices para la decisión clínica en enfermedades profesionales del INSST: Enfermedades profesionales relacionadas con los trastornos musculoesqueléticos: Epitrocleítis: DDC-TME-05.
- o Protocolos específicos a del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud relativo a Posturas Forzadas y Movimientos Repetidos de Miembro Superior. Año 2000
- o Posturas de trabajo: evaluación del riesgo. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Centro Nacional de Nuevas Tecnologías. (INSST). Año 2015.
- o Ergonomía (5ª edición). (INSST). Año 2008.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

Según el RD 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales, los nódulos vocales están incluidos en el Grupo 2 del Anexo I del Real Decreto: enfermedades profesionales causadas por agentes físicos, en concreto nódulos de las cuerdas vocales a causa de los esfuerzos sostenidos de la voz por motivos profesionales.

El código completo es 2L0101: Actividades en las que se precise uso mantenido y continuo de la voz, como son profesores, cantantes, actores, tele operadores, locutores.

DEFINICIÓN

Las cuerdas vocales son dos músculos localizados en la laringe (al final de la tráquea). Éstas permanecen cerradas y cuando el aire de los pulmones pasa a través de ellas, producen una vibración de las mismas que transforma el aire en sonido.

El timbre de la voz en cada persona viene determinado por distintas cosas como el tamaño y forma de las cuerdas vocales, la técnica vocal, el tamaño y forma de la garganta, nariz y boca (cavidades resonantes) y por la relajación muscular en la zona de la garganta.

El uso continuo o mal uso de la voz puede provocar una lesión orgánica en las cuerdas vocales que conocemos como “nódulos de las cuerdas vocales”, que son engrosamientos de la mucosa de la cuerda vocal, localizados en el borde libre de la misma. Se localizan habitualmente en la unión del tercio medio con el anterior (centro de la porción vibrátil y área de mayor impacto durante la fonación).

Con el transcurso del tiempo, el abuso continuo de las cuerdas vocales tiene como resultado un tejido suave e inflamado en cada una de las cuerdas vocales. Estos tejidos pueden endurecerse y convertirse en lesiones similares a un callo llamados nódulos. Mientras más se prolongue el abuso de la voz más se agrandarán y endurecerán los nódulos.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

TIPOS DE NÓDULOS

Los nódulos de cuerdas vocales son los causados por los esfuerzos sostenidos de la voz, y pueden ser agudos o crónicos.

Los nódulos agudos suelen tener morfología puntiforme, translúcida, de aspecto edematoso, mientras que los crónicos suelen ser blanquecinos, fibrosos y de mayor tamaño.

Los nódulos recientes (“agudos”) pueden desaparecer por completo al cesar el sobreesfuerzo mediante la reeducación vocal.

SÍNTOMAS Y SIGNOS

Los síntomas son variables, aunque suelen tener en común los siguientes:

1. Disfonía (ronquera).
2. Cansancio o fatiga vocal al final del día.
3. Afonía recurrente.
4. Aumento del esfuerzo durante la conversación.
5. Sensación de cuerpo extraño, ardor y/o picor en la garganta.
6. Carraspeo o necesidad constante de aclarar la garganta.
7. Cambios en el tono y/o timbre de la voz.
8. Dolor de garganta (odinofagia).

CRITERIOS DE ASOCIACIÓN CLÍNICO-LABORAL

En el caso que los nódulos de las cuerdas vocales se produzcan a causa de los esfuerzos sostenidos de la voz por motivos profesionales en actividades como profesores, cantantes, teleoperadores, actores, etc., podrán tener la consideración de enfermedad profesional al encontrarse recogidos en el código 2L0101 del listado de enfermedades profesionales establecido por RD 1299/2006.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

Son actividades en las que la voz es el elemento central de la actividad y no el mero uso de la voz en el desarrollo del trabajo, aunque sea mantenido.

Los criterios para determinar la asociación con el puesto de trabajo serían los siguientes:

Criterios de exposición:

- Factores facilitadores o sensibilizantes: humedad insuficiente, temperatura elevada, ruido ambiental alto o mala acústica del local, irritantes o contaminantes ambientales.,
- Se deben descartar hábitos tóxicos: tabaco y alcohol, medicamentos, estrés, con entidad suficiente para considerarlos la causa principal.

Criterios de temporalidad:

- Esfuerzo sostenido de voz previo a la aparición del nódulo.

Duración mínima de la exposición:

- Los procesos agudos pueden ser de aparición inmediata (semanas) tras un esfuerzo vocal intenso y sostenido, si además existen factores predisponentes o facilitadores concomitantes.
- Los procesos crónicos, suelen requerir varios meses o años de exposición para su desarrollo.

Período de latencia máximo:

De horas a días (Tiempo desde el cese de la exposición a partir del cual es poco probable que la aparición de la enfermedad pueda ser atribuida a dicha exposición).

FACTORES DE RIESGO

Se pueden considerar como factores de riesgo de aparición de trastornos de la voz en el trabajo a distintos factores ambientales del lugar de trabajo, factores individuales y factores organizativos.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

Factores ambientales del lugar de trabajo:

- Falta de humedad en el ambiente, que reseca las mucosas nasofaríngeas.
- Exceso de frío o de calor y cambios bruscos de temperatura que pueden irritar la mucosa laríngea.
- Ventilación escasa o corrientes de aire.
- Exposición a irritantes u otros agentes ambientales adversos; polvo o humo.
- Ruido en el lugar de trabajo bien provocado por ruido exterior por falta de aislamiento acústico correcto del centro de trabajo y en la mayoría de las ocasiones proviene del ruido ejercido por el resto de los compañeros que ocupan el centro de trabajo. Son centros ruidosos que obligan a elevar la intensidad de la voz.

Factores personales o individuales:

- Utilización de un tono de la voz demasiado alto que provoca irritación de la mucosa y fatiga de los músculos de la laringe.
- Hacer un uso incorrecto de las cajas de resonancia.
- Respirar por la boca.
- Mal uso de la voz.
- Presentar estrés, estar tenso y contracturado.
- Malas posturas de trabajo que provocan problemas de tensión muscular.
- No dar importancia a los trastornos de la voz, no consultar a un especialista sobre los mismos y auto medicarse.
- Hábitos inadecuados como como fumar y beber alcohol, ya que se irrita la mucosa de la garganta, así como no dormir suficientemente lo cual aumenta la fatiga.
- Comidas copiosas que favorecen el reflujo del jugo gástrico.
- Ingesta de ciertos medicamentos que producen deshidratación de las cuerdas vocales.

Factores organizacionales:

- Sobrecarga de trabajo ya que aumenta la tensión muscular y el cansancio.
- No realizar pausas en el trabajo ya que, como cualquier músculo, los encargados de la voz deben realizar descansos con el fin de poder recuperarse.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

DIAGNÓSTICO

El **diagnóstico de sospecha** de alteraciones de la laringe, es clínico, basado en los síntomas antes descritos y en los antecedentes del paciente.

La exploración vocal comienza en el momento en el que el médico evaluador oye la voz del paciente y puede valorar los siguientes parámetros:

- Audibilidad: capacidad de hablar a un nivel suficiente para ser oído.
- Inteligibilidad: capacidad de ser entendido.
- Eficiencia funcional: capacidad de hablar de una forma rápida y mantener esta velocidad durante un periodo de tiempo.

Actualmente no existe ningún protocolo específico editado por el Ministerio de Sanidad para aplicar en los reconocimientos médicos de vigilancia de la salud, para personal expuesto a riesgos de nódulos vocales (art 37.3.c Reglamento de los Servicios de Prevención).

Los Servicios de Prevención deberían establecer las pruebas a realizar para detectar el personal en los citados puestos con posibles alteraciones en la laringe. Se trataría de realizar una serie de pruebas (no diagnósticas de nódulos vocales) sino pruebas para el despistaje de patologías de la voz, tales como las siguientes:

- Tiempo máximo de fonación obtenida (TMFO): máxima duración de una emisión de voz tras inspiración forzada. Se expresa en segundos y está reducida en todos los tipos de disfonía. El trabajador ubicado de pie y sin cinturones ni corbatas que puedan dificultar la respiración, debe realizar una inspiración profunda y mantener una fonación sostenida de la "A" y posteriormente con la "E". Se realiza 3 veces y se cronometra, haciendo luego la media.
 - o Hombres (18-64años): 18-32 segundos.
 - o Mujeres (18-64años): 16-26 segundos.
- Espirometría y cálculo de la capacidad vital (CV: cantidad máxima de aire que una persona puede expulsar de los pulmones tras una inhalación máxima) y valoración del tiempo máximo de fonación esperada (TMFE):

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

- o Hombres: $CV/110 \times 0,67$ (ml/s)
- o Mujeres: $CV/100 \times 0,59$ (ml/s)

- Porcentaje de eficiencia fonatoria (EF): se calcula con la siguiente fórmula $TMFO/TMFE$ y el valor resultante ha de ser superior a 0,70%. Un valor inferior es indicativo de patología a nivel de las cuerdas vocales.

- Test de la s/z: medición de la duración máxima de una "s" respecto a la duración máxima de una "z". Normal cuando el cociente entre el tiempo de s y el de z es igual a 1. Pacientes con nódulos, pólipos o lesión en cuerdas presentan "z" reducida respecto a la "s".

El **diagnóstico de certeza** vendría dado por exploración física completa del área otorrinolaringológica, realizada por un especialista en Otorrinolaringología:

- Laringoscopia indirecta mediante espejillo laríngeo con exploración en primer lugar de la laringe en reposo y posteriormente, valoración de la glotis durante la fonación.
- Visualización de las lesiones, habitualmente bilaterales, por laringoscopia indirecta o nasofibrolaringoscopia.
- Endoscopia laríngea flexible (fibroscopia) o rígida (tele-laringoscopia).
- Exploraciones complementarias:
 - o Pruebas de fatiga vocal y medición acústica pre y pos test.
 - o Estroboscopia: imagen del ciclo vibratorio por la iluminación intermitente de varios ciclos consecutivos. Permite diferenciar nódulos agudos de nódulos crónicos.
 - o Cuello: valorar la presencia de masas y/o adenopatías asociadas, además de buscar la presencia de bocio que podría afectar al nervio recurrente.
 - o Biopsia para descartar malignidad.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

ACTUACIONES EN LAS EMPRESAS

En los nódulos de cuerdas vocales, como Técnicos de Prevención, en las visitas a las empresas debemos fijarnos en los siguientes aspectos:

- Tipo de actividad. Actividades en las que se produzca una exposición suficiente y acreditada al riesgo y especialmente actividades en las que se precise uso mantenido y continuo de la voz, como profesores, cantantes, actores, tele operadores, locutores (esfuerzo sostenido de la voz por motivos profesionales).
- Ruido (contaminación acústica en el lugar de trabajo) que pueda interferir en la comunicación (excede de 35 dB (A)).
- Condiciones ambientales fuera de los rangos recomendados:
 - o Temperatura. (18-22°C).
 - o Humedad relativa (35-45%).
 - o Ventilación, renovación del aire (6 veces/hora).
 - o Velocidad del aire (0,25-0,5 m/s).
- Factores psicosociales y organizacionales: estrés, contexto socio laboral, carga horaria semanal, pausas insuficientes, poca autonomía.
- Equipos de trabajo inadecuados (micrófonos, auriculares).
- Exposición agentes tóxicos e irritantes (gases, o polvo).
- Si los trabajadores han recibido formación (entrenamiento) e información sobre el uso correcto de la voz:
 - o Técnica vocal correcta durante el habla.
 - o Formación/información específica sobre los riesgos y las medidas preventivas para evitar problemas de la voz.
 - o Detección de los primeros signos de fatiga vocal.
- Si se han realizado reconocimientos médicos de vigilancia de la salud que incluyan pruebas de despistaje de las patologías de laringe.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

MEDIDAS PREVENTIVAS

Dentro de las medidas a tomar, para evitar la aparición de esta patología en los trabajadores, hay que adoptar en primer lugar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.

Medidas colectivas:

o **Cumplir las condiciones ambientales para los locales de trabajo cerrados que se establecen en el Real Decreto 486/1997 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo:**

o La temperatura de los locales donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares estará comprendida entre 17 y 27° C.

o La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25° C.

o La humedad relativa estará comprendida entre el 30 y el 70 %, excepto en los locales donde existan riesgos por electricidad estática en los que el límite inferior será el 50%.

o Los trabajadores no deberán estar expuestos de forma frecuente o continuada a corrientes de aire cuya velocidad exceda los siguientes límites:

- Trabajos en ambientes no calurosos: 0,25 m/s.
- Trabajos sedentarios en ambientes calurosos: 0,5 m/s.
- Trabajos no sedentarios en ambientes calurosos: 0,75 m/s.

o La renovación mínima del aire del local de trabajo será de al menos 50 metros cúbicos de aire limpio por trabajador por hora.

Para cumplir con los valores anteriores, puede ser útil, aplicar las siguientes medidas:

- Garantizar un nivel de humedad ambiental adecuado: instalación de sistemas de humectación, utilización de humidificadores portátiles, etc.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

- Asegurar la ventilación de los lugares de trabajo mediante sistemas que garanticen la renovación del ambiente. Se recomienda la utilización de un indicador de calidad de aire interior de 1000 ppm de concentración ambiental de CO₂.
 - Adecuado diseño y mantenimiento de los sistemas de climatización y ventilación del edificio.
- o Reducir los **agentes químicos del medio ambiente** de trabajo con una limpieza adecuada que se realice con ventilación y reduzca el polvo en suspensión.
- o Utilizar productos de limpieza no irritantes. Consultar las etiquetas y/o fichas de seguridad.
 - o Sustituir las tizas por rotuladores y limpiar las pizarras en húmedo. En su caso, usar tiza hipo alergénica. O utilizar tizas redondas, (las cuadradas generan más polvo y resecan más la garganta).
- o Realizar un estudio del **confort acústico** y tomar las medidas preventivas que sean necesarias, para disminuir el ruido ambiental, como por ejemplo:
- o Se recomienda si es necesaria la comunicación verbal no sobrepasar el ruido de fondo de 35 dB (A), los 55 dB (A), es el valor máximo considerado para no llegar a perturbar una conversación.
 - o Aislar en la medida de lo posible, o cerrar ventanas, puertas e incluso paredes si se detecta que entra un nivel de ruido elevado.
 - o Bajar o eliminar el volumen de la música de fondo, para evitar que los trabajadores deban gritar para comunicarse.
 - o Instalar elementos acústicos como paneles, con materiales que absorban el ruido e impidan la reverberación de este, o colocación de mamparas entre los puestos de trabajo.
- o La **ubicación y distribución de puestos** debe cumplir con lo establecido en el apartado 2 del anexo I A del RD 486/1997:

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

- o 2,5 metros de altura desde el suelo hasta el techo.
 - o 2 metros cuadrados de superficie libre por trabajador.
 - o 10 metros cúbicos no ocupados por trabajador.
- o Tratar de que los trabajadores puedan realizar su trabajo en **condiciones ergonómicas aceptables**.
- o Acortar distancias entre puestos de trabajo que deben comunicarse, y aumentarla si pueden interferir en sus comunicaciones.
 - o Se recomienda que la anchura de la mesa de trabajo sea al menos, de 1,6 metros.
 - o En el caso de aulas: colocar a los alumnos a una distancia cercana al profesor de forma que no tenga que forzar la voz para llegar a todo el grupo y cuando sea posible se recomienda la colocación en forma de U.
- o **Instalación de medios técnicos**, por ejemplo, uso de micrófono en aulas con el fin de evitar forzar la voz, o auriculares con eliminación de ruido en tele operadores.
- o Disponer de **fuentes u otros sistemas de agua potable**, con el fin de poder hidratar la garganta.
- o Disponer de **lugares de descanso adecuados** para realizar las pausas sin ruido.

Factores organizativos:

- o Distribuir correctamente el trabajo para encontrar **periodos de trabajo sin requerimiento de la voz**. Por ejemplo, en profesores, promover el uso de materiales y recursos didácticos que permitan actividades sin usar la voz.
- o Permitir y fomentar **autonomía en las pausas o realización de otras tareas** con el fin de descansar la voz.
- o **Evitar la sobrecarga de trabajo**, adecuada carga horaria semanal.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

- o La empresa debe ofrecer **vigilancia de la salud periódica** incorporando revisiones específicas para la prevención de trastornos de la voz relacionados con el trabajo. (Art 22 LPRL).
- o **Fomentar hábitos saludables en los trabajadores.**
- o Establecer **programas de formación e información y cursos de formación continua específicos para el entrenamiento de la voz.**
- o **Información y formación sobre los riesgos y las medidas de prevención** de los problemas de la voz de origen laboral.

Medidas individuales:

Pueden tomarse medidas individuales aplicadas por el mismo trabajador.

- o Hidratación frecuente de la garganta, bebiendo agua.
- o Realización de técnicas específicas para uso de la voz en exterior, a distancia, o técnicas de proyección vocal.
- o Realización de ejercicios respiratorios y de ejercitación de la musculatura que interviene en la fonación.
- o Mantener postura adecuada y respiración nasal.
- o No utilizar ropas excesivamente ajustadas.
- o Realizar técnicas de relajación y respiración.
- o No forzar la voz por encima del ruido ambiental, así como evitar su uso cuando se padecen los primeros signos de afonía o algún proceso patológico en la faringe.
- o Mantener buenos hábitos (no fumar, beber, dormir suficiente, alimentación equilibrada, etc.)
- o Respetar las pausas y descansar la voz. Establecer periodos de descanso, en los que poder recuperar la voz e hidratarse, con objeto de no forzarla. Procurar realizar pausas de voz cada 60 ó 90 minutos.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

El artículo 25 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece que el empresario garantizará de manera específica la protección de los trabajadores que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo.

Hay factores que incrementan la vulnerabilidad para sufrir nódulos, entre los que se encuentran:

- Edad (de la tercera a la sexta década de la vida).
- Género (mujeres).
- Hábitos de abuso o mal uso vocal.
- Patologías predisponentes: reflujo gastroesofágico (RGE), patologías de órganos fonadores (frenillo corto, malformaciones), laringitis agudas de repetición, disfunciones neurológicas que ocasionen disfunción de las cuerdas vocales (enfermedades malignas, esclerosis múltiple, parálisis pseudobulbar, enfermedad de Parkinson, etc.), patologías respiratorias (rinitis, asma, broncoespasmo...), enfermedades sistémicas que pueden causar disfonía por diferentes mecanismos (amiloidosis laríngea, artritis reumatoide, LES, enfermedad de Sjögren y el hipotiroidismo, entre otras) o cáncer de laringe.
- Hábitos: tabaquismo, consumo de alcohol, alimentación irritante o que produce RGE, medicación, medicación inhalada (especialmente corticoides), exposición extra laboral a irritantes o tóxicos por vía inhalatoria.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

OTRAS PATOLOGÍAS DE LA VOZ

En España sólo están reconocidos como Enfermedad Profesional propiamente dicha, los nódulos de cuerdas vocales a causa de los esfuerzos sostenidos de la voz por motivos profesionales.

Hay otras patologías de la voz que causan la misma sintomatología que los nódulos de cuerdas vocales y no tienen la consideración de enfermedad profesional como:

- Los pólipos de cuerdas vocales. Suelen ser lesiones unilaterales secundarias a una irritación crónica de las cuerdas vocales. Suelen aparecer en el tercio medio de la cuerda vocal, con más frecuencia son unilaterales y más grandes que los nódulos. Pueden estar producidos por reflujo gastroesofágico, estados hipotiroideos no tratados, reacciones alérgicas laríngeas crónicas o inhalación de irritantes durante períodos muy prolongados, como gases industriales o humo de cigarrillo.
- Laringitis, es la inflamación de la laringe y está asociada al consumo de ciertas sustancias o exposición a irritantes inhalados, como el tabaco, a infecciones, la tos prolongada, a las medicaciones inhaladas o el reflujo gastroesofágico.
- El edema de Reinke es una inflamación que se produce en una o ambas cuerdas en general por tabaco o abuso vocal, a causa de la acumulación de material mucoso.

En los dos últimos casos, y solo cuando se pueda demostrar que la aparición de las citadas patologías, tuvieran por causa exclusiva la ejecución del trabajo, podrían tener la consideración de accidente de trabajo, según lo contenido en el art. 156.2.e RDL 8/2015.

REPERCUSIÓN: NO APTO TEMPORAL

Durante la persistencia de síntomas en trabajador con disfonía que precisa usar la voz para el desempeño de su trabajo, será considerado NO APTO TEMPORAL. El reposo de la voz es parte integrante del tratamiento y la terapia siempre será individual.

NO APTO DEFINITIVO CON INDICACIÓN DE CAMBIO DE PUESTO DE TRABAJO

Si el trabajador recae cada vez que vuelve a sobre utilizar la voz, para evitar que se cronifique, si el agente de riesgo persiste o como indicación terapéutica: cuando el trabajador tras el tratamiento queda con secuelas que le impiden reintegrarse normalmente a su puesto.

3. NÓDULOS DE CUERDAS VOCALES

BIBLIOGRAFÍA

- o Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 5ª edición-vol II.
- o Valoración de la sospecha de enfermedad profesional. Consejería de Sanidad, Dirección general de Inspección y Ordenación. Ed.12/2016.
- o Enciclopedia práctica de Medicina del Trabajo. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P., 2019.
- o Prevención de patologías de la voz en la docencia. Ministerio de trabajo, migraciones y seguridad social.
- o Cuaderno “Código de buenas prácticas preventivas para profesionales que utilizan la voz como medio principal para la ejecución de su actividad laboral (año 2017)” Mutua UMIVALE.
- o Manual MSD para profesionales (julio 2020).
- o Publicación patología de la voz de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y cirugía de cabeza y cuello (2013).
- o Jornada: “Patología de la voz de origen laboral: nódulos de las cuerdas vocales” Sociedad de Prevención FREMAP (2013).

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

Según el RD1299/2006 por el que se establece el cuadro de enfermedades profesionales, las patologías provocadas por el amianto están incluidas en los siguientes grupos:

- Grupo 4: Enfermedades profesionales causadas por inhalación de sustancias y agentes no comprendidas en otros apartados (agente C, subagente 01 y 02).
- Grupo 6: Enfermedades profesionales causadas por agentes carcinógenos (agente A, subagentes 01, 02, 03, 04,05,06)

En concreto se le asignan los siguientes códigos:

Asbestosis	Códigos: 4C0101 a 4C0108
Afecciones fibrosantes de la pleura y pericardio que cursan con restricción respiratoria o cardíaca provocadas por amianto	Códigos: 4C0201 a 4C0208
Neoplasia maligna de bronquio y pulmón	Códigos: 6A0101 a 6A0112
Mesotelioma	Códigos: 6A0201 a 6A0212
Mesotelioma de pleura	Códigos: 6A0301 a 6A0312
Mesotelioma de peritoneo	Códigos: 6A0401 a 6A0412
Mesotelioma de otras localizaciones	Códigos: 6A0501 a 6A0512
Cáncer de laringe	Códigos: 6A0601 a 6A0612

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

DEFINICIÓN

Con el término “amianto”, se designa a un conjunto de silicatos fibrosos, sustancias de origen mineral de composición química variable, que en su rotura o trituración son susceptibles de liberar fibras, cosa que no ocurre en su estado natural si no se los manipula. Dentro de este conjunto de silicatos, se definen seis variedades, de las cuales, las que llevan el apelativo “amianto” lo hacen para ser diferenciadas de las formas no fibrosas del mineral del mismo nombre.

El crisotilo (también conocido como amianto blanco) es la variedad más común, se estima que su utilización es superior al 90% del total de amianto, seguido de la crocidolita (amianto azul) y la amosita (amianto marrón). El resto de variedades, al menos en España, prácticamente no han sido utilizadas y su forma de presentación es casi exclusivamente como contaminante de otros minerales.

Las variedades reguladas de amianto y otros datos de interés a efectos de definición se indican en la tabla que se muestra a continuación, ordenadas por la importancia de su consumo y frecuencia de aparición.

VARIEDAD DE AMIANTO		Nº CAS	Minerales análogos (no fibrosos)
Grupo mineralógico	Denominación		
Serpentinas	Crisotilo	12001-29-5	Lizardita, Antigorita
Anfíboles	Crocidolita	12001-28-4	Riebekita
	Amosita (Grunerita amianto)	12172-73-5	Grunerita
	Antofilita amianto	77536-67-5	Antofilita (Cumingtonita)
	Actinolita amianto	77536-66-4	Actinolita
	Tremolita amianto	77536-68-6	Tremolita

Fuente: *Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición al amianto. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. 2008.*

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

SÍNTOMAS Y SIGNOS

El conjunto de enfermedades producidas por la exposición laboral a fibras de amianto (asbesto) tienen como localización más frecuente la pleuropulmonar. Si bien, con mucha menor incidencia, puede haber afectación en otros órganos.

La exposición al amianto produce alteraciones pleuropulmonares benignas y malignas.

- Benignas: derrame pleural benigno, placas pleurales (tras 40 años de latencia están presentes en casi el 60% de los casos, pero sólo indican exposición) engrosamiento pleural difuso, pericarditis constrictiva por amianto y atelectasia redondeada (S. de Blesowski).

- Malignas: asbestosis: fibrosis intersticial bilateral difusa, mesotelioma pleural o peritoneal, cáncer de pulmón y cáncer de laringe; habiéndose encontrado también asociación con otras neoplasias: carcinomas gastrointestinales y de ovario.

Las manifestaciones de las alteraciones de la salud debidas a exposición a fibras de amianto suelen presentarse 30 años o más después del inicio de la exposición a las fibras. En la mayoría de los nuevos casos, no existe ya relación laboral con la empresa en la que estuvieron expuestos (han cambiado de empresa o se encuentran en situación de jubilación).

La clínica es variable en función del órgano afectado. En el caso de afectación pulmonar, la sintomatología respiratoria que se produce es inespecífica: disnea (dificultad para respirar), tos, dolor torácico... en función de la patología que se presenta.

CRITERIOS DE ASOCIACIÓN CLÍNICO-LABORAL

Criterios de exposición

Es imprescindible una exposición laboral confirmada por anamnesis y los antecedentes laborales del paciente (profesión y empresas en las que haya trabajado).

Para la asbestosis se requiere generalmente una exposición intensa (no así para los tumores). Se aportará la estimación del índice de exposición acumulada si se dispusiese del dato.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

La presencia de concentraciones significativas de cuerpos de asbesto (fibras de amianto cubiertas de material ferruginoso) o de fibras en el esputo, en el líquido del lavado bronco-alveolar o en el parénquima pulmonar apoyan el diagnóstico de enfermedad profesional en casos dudosos.

Se deben excluir la posible exposición a fibras de amianto extralaboral: exposición ambiental o doméstica. Esto es especialmente importante en los mesoteliomas, en los que en un porcentaje importante no se encuentra antecedente laboral claro.

Criterios de temporalidad

La exposición debe ser anterior a la aparición de la enfermedad.

- Asbestosis: habitualmente se precisa un tiempo de exposición mínimo de 5 años y un periodo de latencia (tiempo que pasa desde la exposición hasta la aparición de la enfermedad) desde el inicio de la exposición de 15 años (Normativa SEPAR), si bien en el protocolo de valoración de expuestos a amianto (M.º Sanidad, 2013) se reconoce la posibilidad de casos tras exposiciones cortas (pocos años) pero intensas (varios cientos de fibras/ml).
- Mesotelioma: no es posible establecer un umbral de exposición mínimo. El tiempo de latencia habitual es de más de 20 años.
- Carcinoma de pulmón: hay potenciación demostrado con el tabaco. Se acepta un periodo de latencia desde el inicio de la exposición de al menos 15 años.
- Cáncer de laringe: incorporado en el anexo I del listado de enfermedades profesionales, tras la modificación introducida por el Real Decreto 1150/2015, de 18 de noviembre (BOE de 19 de diciembre de 2015).

Condiciones de riesgo asociadas a la enfermedad

La exposición a fibras de amianto se produce principalmente a través de la vía respiratoria y, en consecuencia, los trabajadores estarán expuestos o serán susceptibles de estarlo, cuando haya fibras de amianto en suspensión en el aire.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

En la actualidad, estos productos están prohibidos por el Reglamento de la Comisión (CE) Nº 552/2009, de 22 de junio, que modifica el Reglamento CE nº 1907/2006, del Parlamento Europeo y del Consejo, relativo al registro, la evaluación, la autorización y la restricción de las sustancias y preparados químicos (REACH), en lo que concierne al Anexo XVII.

En nuestro país, se prohibió la utilización, producción y comercialización de fibras de amianto por medio de la Orden de 7 de diciembre de 2001, que modifica el anexo I del R.D. 1406/1989, de 10 de noviembre, por el que se imponen limitaciones a la comercialización y al uso de ciertas sustancias y preparados peligrosos. Por lo tanto, en el momento actual, el amianto sólo se puede encontrar en los materiales y productos de cuya composición forma parte y que fueron fabricados con anterioridad.

El origen más probable de las exposiciones a amianto puede ser:

- Materiales con amianto (MCA) que se encuentren como elementos en uso en los equipos, maquinaria, instalaciones, etc.
- MCA empleados en la construcción de los propios locales o espacios en los que estén situados los lugares de trabajo.
- Residuos de los materiales anteriores.

SECTORES MÁS AFECTADOS

Las intervenciones y trabajos más frecuentes en los que los trabajadores estén expuestos o sean susceptibles de estarlo a fibras de amianto son los relacionados con la demolición, retirada y eliminación, reparación y mantenimiento en los que están implicados los materiales con amianto, incluyendo también las operaciones de limpieza y descontaminación y la eliminación de los residuos.

La presentación de estos trabajos puede ser muy variable y extendida, y pueden estar encuadrados en la actividad principal de la empresa cuando se trate de una empresa especializada en ese campo, o pueden presentarse indirecta o circunstancialmente en otras muchas actividades y tipos de empresas.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

DIAGNÓSTICO

El Ministerio de Sanidad ha elaborado un protocolo de vigilancia sanitaria específica en relación a la exposición a fibras de amianto. De él se desprende que el contenido de los exámenes de salud debe incluir examen de salud inicial, exámenes de salud periódicos y exámenes de salud post ocupacionales (todo trabajador con antecedentes de exposición a fibras de amianto que cese la actividad con riesgo, cualquiera que sea la causa).

El contenido de los exámenes de salud de los trabajadores expuestos a amianto se muestra en la tabla siguiente:

Tipo de examen de salud	Anamnesis y exploración física	Diagnóstico por la imagen	Pruebas funcionales respiratorias
Inicial	Historia laboral. Antecedentes personales y familiares ^a . Inspección ^b . Auscultación cardiopulmonar ^c . Consejo médico antitabaco.	Radiografía simple de tórax PA, lateral izquierda y oblicuas.	Espirometría forzada.
Periódico ^d	Historia laboral: actualización. Antecedentes personales y familiares: actualización ^a . Inspección ^b . Auscultación cardiopulmonar ^c . Consejo médico antitabaco.	Radiografía simple de tórax PA, lateral izquierda y oblicuas ^d . A criterio médico, TCAR a los cinco años tras el inicio de la exposición ^e . Otras pruebas a criterio médico, según apartado 4.4.	Espirometría forzada. Test de difusión de CO o pletismografía corporal a criterio médico, según apartado 4.4.
Postocupacional ^d	Historia laboral. Antecedentes personales y familiares ^a . Inspección ^b . Auscultación cardiopulmonar ^c . Consejo médico antitabaco.	Radiografía simple de tórax PA, lateral izquierda y oblicuas ^d . A criterio médico, TCAR a los cinco años tras el inicio de la exposición ^e . Otras pruebas a criterio médico, según apartado 4.4.	Espirometría forzada. Test de difusión de CO o pletismografía corporal a criterio médico, según apartado 4.4.

a. Incluye hábito de consumo de tabaco y síntomas respiratorios.
b. Incluye búsqueda de acropaquias.
c. Incluye búsqueda de crepitantes.
d. Periodicidad según situación de salud, edad y período de exposición (tabla 3).
e. Periodicidad según criterios de la tabla 4.

Fuente: Protocolos de vigilancia sanitaria específica Amianto. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2013.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

Hay que tener en cuenta que la periodicidad recomendada de los exámenes de salud radiográficos está en función de la edad del trabajador y del período transcurrido desde el inicio de la exposición y que se recoge en la siguiente tabla:

Tabla 3. Periodicidad recomendada para la radiografía simple de tórax en trabajadores expuestos a amianto

Años de exposición	Edad del trabajador		
	15 - 35	35 - 45	>45
0 - 10	Quinquenal	Quinquenal	Quinquenal
>10	Quinquenal	Bienal	Anual

Fuente: Levin et al, 2000

Fuente: Protocolos de vigilancia sanitaria específica Amianto. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2013.

En los reconocimientos médicos post ocupacionales, siguiendo lo recogido en el Protocolo de Vigilancia Sanitaria específica de trabajadores expuestos a amianto, que a su vez reflejan las recomendaciones dadas por la SEPAR (Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica), se realizará radiografía posteroanterior, lateral izquierda y oblicuas de tórax con la periodicidad que se establece en función de la edad del trabajador y los años transcurridos desde el inicio de la exposición.

En el caso de trabajadores cuya exposición inicial hubiera tenido lugar al menos 5 años atrás, se podrá realizar un TCAR y en función de los resultados de la misma y siempre a criterio médico (si existe sospecha de enfermedad, alteraciones en la función pulmonar o alteraciones radiográficas) se podrá incluir una tomografía computarizada de alta resolución (TCAR). Es decir, transcurridos 5 años de la exposición, a criterio médico, se podrá realizar un TCAR.

En los sucesivos reconocimientos médicos periódicos se realizarán o no TCAR en función de los resultados obtenidos en el primer TCAR, no estando indicado la realización siempre de esta prueba por el aumento de radiación que supone la misma.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

De acuerdo a las recomendaciones de la SEPAR se podría realizar el TCAR en los reconocimientos médicos periódicos en los siguientes casos:

- Sospecha de enfermedad del parénquima pulmonar en la radiografía simple.
- Cambios en el parénquima con respecto a la revisión anterior.
- Aumento del grosor o extensión de placas pleurales o de engrosamientos pleurales.
- Dolor pleural en las placas pleurales previamente asintomáticas.
- Alteraciones en las pruebas de función respiratoria.
- Caída de las pruebas de función respiratoria por encima de lo normal con respecto a reconocimientos previos.

ACTUACIONES DE LOS TÉCNICOS DE PREVENCIÓN EN LAS EMPRESAS CON RIESGO DE EXPOSICIÓN DE LOS TRABAJADORES A FIBRAS DE AMIANTO

Los técnicos de prevención en las visitas a las empresas en las que por su actividad existe el riesgo de que los trabajadores que desarrollen sus tareas en ellas puedan estar expuestos a fibras de amianto deberán prestar especial atención a que se han llevado a cabo las siguientes actuaciones:

- Todas las empresas que vayan a realizar actividades u operaciones incluidas en el ámbito de aplicación del Real Decreto 396/2006 deberán inscribirse en el Registro de empresas con riesgo por amianto existente en los órganos correspondientes de la autoridad laboral del territorio donde radiquen sus instalaciones principales.

El **Registro de empresas con riesgo por amianto** existente en los órganos correspondientes de la autoridad laboral del territorio donde radiquen sus instalaciones principales.

- Antes del comienzo de cada trabajo con riesgo de exposición al amianto incluido en el ámbito de aplicación de la legislación vigente, el empresario deberá elaborar un **plan de trabajo**.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

- La **evaluación del riesgo** de exposición es obligada en todos los trabajos con amianto y debe estar incluida en los planes de trabajo según lo dispuesto en el Real Decreto 396/2006.
- Los resultados de las evaluaciones de los planes de trabajo realizados, con los datos de las exposiciones nominales para cada trabajador, serán remitidos a las autoridades laboral y sanitaria para su **registro y archivo**.

El valor límite ambiental de exposición diaria (**VLA-ED**) establecido en el artículo 4 del Real Decreto 396/2006 es de 0,1 fibras por centímetro cúbico medidas como una media ponderada en el tiempo para un período de ocho horas.

Se prestará especial atención a que se han implementado las siguientes medidas preventivas técnicas y organizativas:

Medidas técnicas:

- a) Los procedimientos de trabajo deberán concebirse de tal forma que no produzcan fibras de amianto o, si ello resultara imposible, que no haya dispersión de fibras de amianto en el aire.
- b) Las fibras de amianto producidas sean eliminadas en las proximidades del foco emisor, preferentemente mediante su captación por sistemas de extracción, en condiciones que no supongan un riesgo para la salud pública y el medio ambiente.
- c) Todos los locales y equipos utilizados deberán estar en condiciones de poderse limpiar y mantener eficazmente y con regularidad.
- d) El amianto o los materiales de los que se desprendan fibras de amianto o que contengan amianto deberán ser almacenados y transportados en embalajes cerrados apropiados y con etiquetas reglamentarias que indiquen que contienen amianto.
- e) Los residuos, excepto en las actividades de minería que se regirán por lo dispuesto en su normativa específica, deberán agruparse y transportarse fuera del lugar de trabajo lo antes posible en embalajes cerrados apropiados y con etiquetas que indiquen que contienen amianto. Posteriormente, esos desechos deberán ser tratados con arreglo a la normativa aplicable sobre residuos peligrosos.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

Medidas organizativas:

Comprobar que el empresario ha adoptado las medidas necesarias para que:

a) El número de trabajadores expuestos o que puedan estar expuestos a fibras de amianto o de materiales que lo contengan sea el mínimo indispensable.

b) Los trabajadores con riesgo de exposición a fibras de amianto no realicen horas extraordinarias ni trabajen por sistema de incentivos en el supuesto de que su actividad laboral exija sobreesfuerzos físicos, posturas forzadas o se realice en ambientes calurosos determinantes de una variación de volumen de aire inspirado.

c) Cuando se sobrepase el VLA-ED de 0,1 fibras por centímetro cúbico, se identifiquen las causas y se tomen lo antes posible las medidas adecuadas para remediar la situación.

Posteriormente, se comprobará la eficacia de dichas medidas mediante una nueva evaluación del riesgo.

d) Los lugares donde dichas actividades se realicen:

- Estarán claramente delimitados y señalizados por paneles y señales de conformidad con la normativa en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo,
- No puedan ser accesibles a otras personas que no sean aquellas que, por razón de su trabajo o de su función, deban operar o actuar en ellos,
- Sean objeto de la prohibición de beber, comer y fumar.

Por otro lado, deberá comprobarse si los trabajadores disponen de los EPI establecidos para trabajos con riesgo de exposición a fibras de amianto, así como que se han adoptado las medidas de higiene personal y de protección individual requeridos para los trabajos con exposición a fibras de amianto:

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

Equipos de protección individual de las vías respiratorias:

Cuando la aplicación de las medidas de prevención y de protección colectiva, de carácter técnico u organizativo, resulte insuficiente para garantizar que no se sobrepase el VLA-ED de 0,1 fibras por centímetro cúbico deberán utilizarse equipos de protección individual para la protección de las vías respiratorias. No obstante, aun cuando no se sobrepase el indicado valor límite, el empresario pondrá dichos equipos a disposición de aquel trabajador que así lo solicite expresamente.

Medidas de higiene personal y de protección individual:

El empresario deberá adoptar las medidas necesarias para que:

a) Los trabajadores dispongan de instalaciones sanitarias apropiadas y adecuadas;

b) Los trabajadores dispongan de ropa de protección apropiada o de otro tipo de ropa especial adecuada, facilitada por el empresario; dicha ropa será de uso obligatorio durante el tiempo de permanencia en las zonas en que exista exposición al amianto y necesariamente sustituida por la ropa de calle antes de abandonar el centro de trabajo;

c) Los trabajadores dispongan de instalaciones o lugares para guardar de manera separada la ropa de trabajo o de protección y la ropa de calle;

d) Se disponga de un lugar determinado para el almacenamiento adecuado de los equipos de protección y se verifique que se limpien y se compruebe su buen funcionamiento, si fuera posible con anterioridad y, en todo caso, después de cada utilización, reparando o sustituyendo los equipos defectuosos antes de un nuevo uso;

e) Los trabajadores con riesgo de exposición al amianto dispongan para su aseo personal, dentro de la jornada laboral, de, al menos, diez minutos antes de la comida y otros diez minutos antes de abandonar el trabajo.

No menos importante que las medidas anteriores, se debe constatar que los trabajadores con posible exposición a fibras de amianto han recibido la formación adecuada e información sobre los riesgos que supone el trabajo con exposición al amianto y medidas preventivas a adoptar.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

Formación de los trabajadores:

El empresario deberá garantizar una formación apropiada para todos los trabajadores que estén, o puedan estar, expuestos a polvo que contenga amianto.

Información de los trabajadores:

El empresario deberá adoptar las medidas necesarias para que los trabajadores y sus representantes reciban información detallada y suficiente.

SEGUIMIENTO POSTOCUPACIONAL DE EXPOSICIÓN A AMIANTO

Como se ha mencionado al principio de esta ficha, debido al largo periodo de latencia de aparición de las patologías derivadas de la exposición a fibras de amianto, que suelen presentarse 30 años o más después del inicio de la exposición a las fibras, cuando ya relación laboral con la empresa en la que estuvieron expuestos, deriva la importancia del seguimiento post ocupacional de estos trabajadores, así como para cumplir lo establecido en los art. 22.5 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales y el art. 37.3.e del Reglamento de los Servicios de Prevención.

Por lo anterior, se estableció un Programa Integral de Vigilancia de la Salud de los Trabajadores Expuestos a Amianto –PIVISTEA- (aprobado por la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo y por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud en el año 2003).

Para implementar el PIVISTEA en la Comunidad de Madrid, se diseñó un Programa específico para garantizar el seguimiento de la salud de la población trabajadora que había estado expuesta a amianto en la Comunidad de Madrid.

Se obtienen trabajadores afectados de distintas fuentes (RERA, INSS, Servicios médicos, patologías detectadas en todos los hospitales de la red SERMAS. etc.)

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

La comprobación de la posible exposición se realiza con la obtención de distintas informaciones (procedentes de la empresa a la que pertenece el trabajador, descripción de tareas, materiales utilizados, etc.)

La normativa establece la realización de reconocimientos médicos periódicos específicos a las personas expuestas al amianto por su actividad laboral, aunque ya no mantengan relación laboral con la empresa en la que pudieran haber estado expuestos y la realización de la misma depende de:

- Si existe vinculación laboral con la empresa, la vigilancia de la salud corre a cargo del servicio de prevención correspondiente.
- En el caso de aquellos que ya no mantienen relación laboral alguna con la empresa en la que se produjo dicha exposición, es responsabilidad del sistema público de salud la realización de dichos reconocimientos específicos de vigilancia de la salud.

Esta vigilancia de la salud post ocupacional es imprescindible para la detección temprana y tratamiento de las patologías derivadas de la exposición al amianto lo antes posible, así como búsqueda activa de casos que hubieran ocupado los mismos puestos de trabajo que los trabajadores detectados y no hubieran querido realizar los reconocimientos médicos post ocupacionales.

REPERCUSIÓN: INCAPACIDAD LABORAL

Independientemente de la repercusión funcional que comporte, da lugar al reconocimiento de una invalidez permanente que impide que el trabajador continúe en trabajos de riesgo de exposición al amianto.

- Incapacidad Temporal (IT): Mientras se lleva a cabo el diagnóstico y se estabiliza la patología.
- Incapacidad Permanente (IP): En los casos en los que el trabajador se encuentre en activo, la primera medida a tomar es evitar la exposición, por lo que, si no es posible un cambio de puesto de trabajo que garantice este extremo, procedería incapacidad permanente, independientemente de la repercusión funcional.

4. PATOLOGÍA DERIVADA DE LA EXPOSICIÓN AL AMIANTO

BIBLIOGRAFÍA

- Real Decreto 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro.
- Real Decreto 396/2006, de 31 de marzo, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud aplicables a los trabajos con riesgo de exposición al amianto.
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición al amianto. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. 2008.
- Protocolos de vigilancia sanitaria específica Amianto. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2013.
- Enfermedades profesionales de naturaleza respiratoria: Patología por amianto. DDC-RES-07. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Febrero 2015.
- Manual MSD: Asbestosis. Trastornos pulmonares: 2022 Merck & Co., Abigail R. Lara, MD, University of Colorado.
- Programa de vigilancia de la salud de la población trabajadora expuesta a amianto en la Comunidad de Madrid. Informe de seguimiento. Enero 2022. Unidad Técnica de Salud Laboral. Dirección General de Salud Pública Consejería de Sanidad.
- Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 5ª edición-vol II.
- Valoración de la sospecha de enfermedad profesional. Consejería de Sanidad, Dirección general de Inspección y Ordenación. Ed.12/2016.
- Normativa SEPAR: Recomendaciones sobre el diagnóstico y manejo de la patología pleural y pulmonar por asbesto. ISBN: 978-84-945873-75.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

Según el RD 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales, las conjuntivitis se recogen en distintos grupos y códigos en función de su producción.

- Las conjuntivitis por agentes biológicos podrían estar incluidas en el Grupo 3 del Anexo I del RD: las enfermedades infecciosas causadas por el trabajo de las personas que se ocupan de la prevención, asistencia médica y actividades en las que se ha probado un riesgo de infección (excluidos aquellos microorganismos incluidos en el grupo 1 del R.D. 664/1997, de 12 de mayo regulador de la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo).
- Dentro del Grupo 1: agentes químicos. Las conjuntivitis provocadas por agentes químicos.
- Dentro del Grupo 4: conjuntivitis por agentes sensibilizantes.
- Dentro del Grupo 2: conjuntivitis producidas por radiaciones.

DEFINICIÓN

El término conjuntivitis engloba a todas las inflamaciones de la conjuntiva, la membrana fina y transparente que recubre la parte anterior del ojo y la zona interna de los párpados.

Puede ser difícil determinar la causa exacta de la conjuntivitis porque algunos de los síntomas pueden ser los mismos, independientemente de la causa que lo produce.

Las causas más comunes de la conjuntivitis son:

Agentes biológicos (virus, bacterias, hongos, etc.), alérgenos, agentes químicos, contaminación del aire interior y exterior, uso de lentes de contacto.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

TIPOS DE CONJUNTIVITIS

Por el tiempo de evolución:

La presentación de los cuadros conjuntivales puede darse de manera aguda, subaguda o crónica.

Según el agente causante:

1. **Conjuntivitis por agentes biológicos:**
 - 1.1. Vírica
 - 1.2. Conjuntivitis bacteriana

2. **Conjuntivitis por agentes químicos:**
 - 2.1. Conjuntivitis irritativa
 - 2.2. Conjuntivitis alérgica

3. **Conjuntivitis por exposición a radiaciones:**
 - 3.1. Conjuntivitis por exposición a radiaciones UV
 - 3.2. Conjuntivitis por energía radiante

SÍNTOMAS Y SIGNOS

Los síntomas son variables dependiendo del tipo de conjuntivitis, así como de su gravedad, aunque suelen tener en común los siguientes:

1. Enrojecimiento o inflamación de la parte blanca del ojo o del interior del párpado.
2. Aumento en la cantidad de lágrimas.
3. Secreción ocular que puede ser transparente, amarilla, blanca o verde.
4. Picazón, irritación o ardor en los ojos.
5. Sensación de tener arena en los ojos.
6. Legañas en los párpados o las pestañas.
7. Fotosensibilidad.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

DIAGNÓSTICO

El diagnóstico de sospecha de las conjuntivitis es clínico, basado en los síntomas antes descritos y en los antecedentes del paciente (contacto con personas previamente enfermas o con alérgenos o agentes químicos que puedan causarla), así como por el estudio oftalmológico.

El diagnóstico microbiológico de las conjuntivitis infecciosas no suele ser necesario siendo suficiente el diagnóstico clínico.

El diagnóstico de certeza vendría dado por:

- En las conjuntivitis adenovíricas: toma de muestra y realización de prueba de diagnóstico rápido (RPS: Rapid Pathogen Screening) Adeno Detector; cultivos celulares o prueba de PCR (reacción en cadena de la polimerasa).
- Conjuntivitis bacterianas: cultivo de frotis o raspados conjuntivales.
- Conjuntivitis alérgicas: pruebas de sensibilización cutánea (prick test, o patch-test).
- Conjuntivitis por agentes químicos: exposición a agentes químicos irritantes o sensibilizantes.
- Conjuntivitis por radiaciones: exposición a radiaciones UV naturales o artificiales.

Las distintas formas de conjuntivitis según el agente causante que las produce, se irán desarrollando en fichas independientes; pero se pasa a establecer de forma genérica las mismas.

CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

Si atendemos al agente biológico causante, podemos clasificarlas en:

- o **Conjuntivitis víricas:** el agente etiológico es un virus.
- o **Conjuntivitis bacterianas:** producidas por bacterias.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

En ambos casos (conjuntivitis por virus y bacterias), en personal socio-sanitario (excepto en el caso de conjuntivitis provocadas por coronavirus) podrían encontrarse recogidas en el Grupo 3 del Anexo I del RD: 1299/2006 por lo que podrían tener la consideración de enfermedades profesionales.

En el caso del SARS-CoV-2, en el momento actual, podría tener la consideración de accidente de trabajo (art.9 del Real Decreto-ley 19/2020 y Disposición adicional octava del Real Decreto-ley 27/2020).

También podrían tener la consideración de enfermedad profesional por encontrarse recogido en el listado de enfermedades profesionales en el caso de trabajadores de laboratorios de investigación o análisis clínicos, personal no sanitario, trabajadores de centros asistenciales o de cuidados de enfermos, tanto en ambulatorios como en instituciones cerradas o a domicilio, trabajos de toma, manipulación o empleo de sangre humana o sus derivados, odontólogos, personal de auxilio, trabajadores de centros penitenciarios y personal de orden público.

CONJUNTIVITIS POR AGENTES QUÍMICOS

La conjuntivitis por agentes químicos está causada por humo, líquidos, gases o sustancias químicas, y producen la inflamación de la conjuntiva ocular que provoca síntomas como picor, ojos rojos, lacrimo, y sensación de cuerpo extraño.

No es contagiosa.

- **Conjuntivitis por sustancias irritantes.** Se producen por la exposición a sustancias utilizadas en el puesto de trabajo que contienen las frases de riesgo:
 - o H314 Irritación o corrosión cutáneas, categorías 1A,1B y 1C. Provoca quemaduras graves en la piel y lesiones oculares graves.
 - o H319 Provoca irritación ocular grave. Lesiones oculares graves o irritación ocular, categoría 2. Provoca irritación ocular grave.
 - o H318 Lesiones oculares graves o irritación ocular, categoría 1. Provoca lesiones oculares graves.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

- **Conjuntivitis por sustancias sensibilizantes.** No suelen producirse de forma aislada, sino que se asocia a otros síntomas como por ejemplo de rinitis y/o faringitis o atopia. Se produce una reacción de hipersensibilidad mediada por IgE a alérgenos vehiculados por el aire.

El síntoma fundamental es el prurito de diversa intensidad y duración, así como la secreción acuosa-mucosa. Es frecuente que el paciente se frote los ojos, lo cual predispone a la sobreinfección bacteriana, en cuyo caso la secreción de hará más pegajosa (mucopurulenta).

Existe también inyección superficial de intensidad variable (ojo rojo).

Se puede dar en exposiciones a agentes químicos que contengan las siguientes frases de riesgo:

- o H317 Puede provocar una reacción alérgica en la piel H317. Sensibilización cutánea, categoría 1. Puede provocar una reacción alérgica en la piel.
- o H334 Puede provocar síntomas de alergia o asma o dificultades respiratorias en caso de inhalación.

La conjuntivitis por agentes químicos no suele ser un síntoma aislado, sino que se da como un síntoma más de todos los síntomas que producen los distintos agentes químicos.

Podrían tener la consideración de enfermedad profesional si se encuentran recogidos en alguno de los códigos del listado de enfermedades profesionales del Grupo 1, entre los que se pueden encontrar los siguientes y los que se especificarán en la ficha correspondiente de “conjuntivitis por agentes químicos”:

Metales y sus compuestos:

- o Arsénico: 1A0101 al 1A0127.
- o Berilio (Glucinio) y sus compuestos: 1A021 al 1A0205.
- o Vanadio y sus compuestos: 1A1101 al 1A1105.

Halógenos:

- o Bromo y sus compuestos: 1C0101 al 1C0110.
- o Cloro y sus compuestos inorgánicos: 1C0201 al 1C0209.
- o Flúor y sus compuestos: 1C0301 al 1C0311.
- o Yodo y sus compuestos inorgánicos: 1C0401 al 1C0403.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

Ácidos inorgánicos:

- o Ácido nítrico: 1D0101 al 1D0107.
- o Ácido sulfhídrico: 1D0301 al 1D0311.
- o Ácido cianhídrico, cianuros y compuestos de cianógeno y acrilonitrilo: 1D0401 al 1D0414.

Ácidos orgánicos:

- o Acido fórmico, acético, oxálico, abiético, plicático: 1E001 al 1E0123.

Alcoholes y fenoles:

- o Alcoholes butírico (butanol), metílico (metanol) e isopropílico (isopropanol): 1F0201 al 1F0215.
- o Fenoles homólogos y sus derivados halógenos, pentaclorofenol, hidroxibenzonitrilo: 1F0201 al 1F0211.

Aldehidos:

- o Acetaldehído, aldehído acrílico y benzoico, formaldehido y glutaraldehido: 1G0101 al 1G0113.

Aminas e hidracidas:

- o Aminas (primarias, secundarias, terciarias, heterocíclicas) e hidracidas aromáticas y sus derivados halógenos, fenólicos, nitrosados, nitrados y sulfonados: 1I0101 al 1I0105.

Amoniaco:

- o 1J0101 al 1J0111.

También pueden estar asociadas a otras enfermedades y también pueden tener la consideración de enfermedad profesional, en el caso de:

- Rinocunjuntivitis:

- o **4H0101 al 4H0131.** Provocadas por sustancias de alto peso molecular (sustancias de origen vegetal, animal, microorganismos, y sustancias enzimáticas de origen vegetal, animal y/o de microorganismos).

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

- o **4I0101 al 4I0133.** Sustancias de bajo peso molecular (metales y sus sales, polvos de madera, productos farmacéuticos, sustancias químico plásticas, aditivos, etc.).
- **Asma ocupacional, puede ir asociada a rinoconjuntivitis:**
 - o **4H0201 al 4H0231.** Provocadas por sustancias de alto peso molecular (sustancias de origen vegetal, animal, microorganismos, y sustancias enzimáticas de origen vegetal, animal y/o de microorganismos).
 - o **4I0301 al 4I0333.** Sustancias de bajo peso molecular (metales y sus sales, polvos de madera, productos farmacéuticos, sustancias químico plásticas, aditivos, etc.).

CONJUNTIVITIS POR EXPOSICIÓN A RADIACIONES

La córnea y la conjuntiva palpebral están expuestas a radiaciones ambientales, tanto naturales como artificiales, excepto cuando dormimos que están protegidas por los párpados.

Las radiaciones ópticas (radiaciones no ionizantes ya que no poseen suficiente energía para ionizar la materia viva) ocupan una pequeña zona comprendida entre los rayos X y las microondas, definiéndose la radiación óptica como toda radiación electromagnética cuya longitud de onda esté comprendida entre 100 nm y 1 mm.

A su vez, se divide en tres zonas o intervalos correspondientes cada uno de ellos a las radiaciones ultravioleta, visible e infrarroja respectivamente.

La radiación ultravioleta que llega a la superficie de la Tierra se compone de dos tipos de rayos: UVA y UVB (La radiación UVC está bloqueada por el ozono estratosférico).

La luz del sol: la principal fuente de RUV pero también puede tener un origen artificial lámparas solares y camas de bronceado, en la industria, hospitales, arco de soldadura, etc.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

Según figura en la Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 6ª edición, tendrían la consideración de enfermedad profesional las patologías oftalmológicas en trabajos con exposición a radiaciones no ionizantes con longitud de onda entre los 100 y 400 nm., como son:

- **2J0101** Trabajos que precisan lámparas germicidas, antorchas de plomo, soldadura de arco o xenón, irradiación solar en grandes altitudes, láser industrial, colada de metales en fusión, vidrieros, empleados en estudios de cine, actores, personal de teatros, laboratorios bacteriológicos y similares.
- **2K0101** Trabajos con cristal incandescente, masas y superficies incandescentes, en fundiciones, acererías, etc., así como en fábricas de carburos.

Se hace esta diferenciación en estos dos grupos siguiendo la clasificación realizada en el RD 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales. Hace referencia a las patologías provocadas por:

- **Radiaciones ultravioletas:** exposición prolongada o repetida a RUVB (280-315 nm) o a RUVA (315-400 nm).
- **Infrarrojos:** exposición prolongada o repetida a las radiaciones emitidas por vidrio o el metal llevados a incandescencia (a más de 1500° C)

Se refieren a patologías oftalmológicas a cualquier nivel: retina, cristalino, cornea, y también a nivel de la conjuntiva produciendo las siguientes patologías:

3.1. Conjuntivitis por exposición a radiaciones UV: fotoqueratitis y fotoconjuntivitis.

La radiación ultravioleta (UV) es una forma de radiación no ionizante que es emitida por el sol y fuentes artificiales, como las camas bronceadoras, lámparas de luz negra (luz de Wood), germicidas y diversos equipos existentes en los laboratorios, terapias con UVA (PUVA), soldadores: arco de soldadura, lámparas o rayos láseres especiales para tratar

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

ciertas afecciones de la piel (psoriasis, vitíligo y tumores de la piel causados por el linfoma cutáneo de células T).

La radiación ultravioleta es fuertemente absorbida por la córnea y la conjuntiva. La sobreexposición de estos tejidos provoca fotoqueratitis (córnea) y fotoconjuntivitis (conjuntiva), que son reacciones inflamatorias agudas como consecuencia de la exposición a dicha radiación.

También se conoce como “golpe de arco” o “ceguera producida por la nieve”.

La conjuntiva se daña fácilmente por la radiación UV. La radiación UV activa una compleja serie de reacciones oxidativas y distintas vías de muerte celular.

La exposición ocular a RUV, genera conjuntivitis muy dolorosa que aparece entre 2 y 24 h después de la exposición y no suele dejar secuelas. Se puede ver inyección y quemosis conjuntival (hiperemia de vasos conjuntivales e inflamación de la conjuntiva); y se deben a células epiteliales dañadas.

3.2. Conjuntivitis por energía radiante.

La energía radiante, también conocida como energía o radiación electromagnética, es aquella contenida por las ondas electromagnéticas como la luz visible, los rayos ultravioleta, los rayos infrarrojos, y los rayos gamma.

Produce fundamentalmente queratitis y blefaritis.

5. CONJUNTIVITIS DE ORIGEN LABORAL

BIBLIOGRAFÍA

- o Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 6ª Edición.
- o Directrices para la decisión clínica en enfermedades profesionales. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. 2015
- o Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional. Consejería de Sanidad, Dirección General de Inspección y Ordenación. Ed. 12/2016. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.
- o Recomendaciones de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica. Diagnóstico microbiológico de las infecciones oculares ISBN: 978-84-09-15877-5.
- o Guía de actuación y diagnóstico de enfermedades profesionales. Exposición a radiaciones ultravioletas. Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social de Argentina.
- o Guía de Actuación Clínica en A. P. Salvador Juan Miralles Gisbert, Médico de Familia. Centro de Salud de Santa Pola. Alicante; Manuel Baeza Díaz, Médico especialista en oftalmología. Hospital General Universitario de Elx; Juan Carlos Barreras Mateos, Médico de Familia. Servicio de Urgencias. Hospital General Universitario de Elx.
- o Guía para la prevención de accidentes oculares. Umivale Activa.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

Según el RD 1299/2006 por el que se establece el listado de enfermedades profesionales, las conjuntivitis por agentes biológicos podrían estar incluidas en el **Grupo 3 del Anexo I del RD**: las enfermedades infecciosas causadas por el trabajo de las personas que se ocupan de la prevención, asistencia médica y actividades en las que se ha probado un riesgo de infección (excluidos aquellos microorganismos incluidos en el grupo 1 del R.D. 664/1997, de 12 de mayo regulador de la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo).

3				Enfermedades profesionales causadas por agentes biológicos
A	01			<i>Enfermedades infecciosas causadas por el trabajo de las personas que se ocupan de la prevención, asistencia médica y actividades en las que se ha probado un riesgo de infección (excluidos aquellos microorganismos incluidos en el grupo 1 del RD 664/1997, de 12 de mayo Regulador de la Protección de los Trabajadores contra los Riesgos Relacionados con la Exposición a Agentes Biológicos durante el Trabajo)</i>
		01	3A0101	Personal sanitario.
		02	3A0102	Personal sanitario y auxiliar de instituciones cerradas.
		03	3A0103	Personal de laboratorio.
		04	3A0104	Personal no sanitario, trabajadores de centros asistenciales o de cuidados de enfermos, tanto en ambulatorios como en instituciones cerradas o a domicilio.
		05	3A0105	Trabajadores de laboratorios de investigación o análisis clínicos.
		06	3A0106	Trabajos de toma, manipulación o empleo de sangre humana o sus derivados.
		07	3A0107	Odontólogos.
		08	3A0108	Personal de auxilio.
		09	3A0109	Trabajadores de centros penitenciarios.
		10	3A0110	Personal de orden público.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

DEFINICIÓN

La conjuntivitis infecciosa supone la entidad más frecuente de infección ocular, afectando a todos los grupos de edad, con una distribución geográfica universal. Su etiología puede ser vírica, bacteriana, fúngica o por parásitos, siendo las dos primeras, con diferencia, las más habituales.

CLASIFICACIÓN

Pueden clasificarse, atendiendo a su **forma de aparición y a la severidad** de las manifestaciones, en:

- **Conjuntivitis aguda** (menos de cuatro semanas de evolución), suelen ser benignas y autolimitadas en el tiempo, aunque algunas pueden suponer graves problemas oculares y complicaciones extraoculares.
- **Conjuntivitis hiperaguda**. Es un tipo muy raro y grave de conjuntivitis causada por *Neisseria gonorrhoeae* o *Neisseria meningitidis*. Presenta aparición y evolución rápidas, así como con síntomas intensos (exudado cuantioso, quemosis grave, inflamación de párpados, marcada hiperemia, dolor y visión disminuida).
- **Conjuntivitis crónica** (más de cuatro semanas): que se ha mantenido durante mucho tiempo o se ha vuelto recurrente.

Si atendemos al **agente biológico causante**, podemos clasificarlas en:

1. Conjuntivitis por agentes biológicos:

- 1.1. Conjuntivitis víricas.
- 1.2. Conjuntivitis bacterianas.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

CUADRO CLÍNICO

El cuadro clínico cursa con escozor y prurito ocular, irritación o sensación de cuerpo extraño en el ojo, edema e hiperemia conjuntival, secreción ocular, y a menudo existe una adenopatía preauricular en el lado afectado.

El tipo de secreción presente orienta hacia un tipo u otro de etiología, siendo la secreción mucopurulenta característica de las conjuntivitis bacterianas y la secreción serosa o acuosa, característica de las infecciones víricas.

1.1. CONJUNTIVITIS VÍRICAS

En una conjuntivitis vírica el agente etiológico es un virus: generalmente adenovirus y con menor incidencia otros virus (virus de la rubéola, virus del sarampión, virus del herpes, virus de Epstein-Barr, picornavirus).

La conjuntivitis vírica supone hasta el 80% de los casos de conjuntivitis aguda, siendo el tipo más frecuente en la edad adulta. Pueden estar afectados uno o ambos ojos y es altamente contagiosa, pudiendo propagarse por la tos o estornudos y por contacto.

Queratoconjuntivitis herpética, que es un tipo de conjuntivitis que se asocia con el virus del herpes simple y lesiones en la piel similares a ampollas; puede afectar un solo ojo.

Rubéola y sarampión. La conjuntivitis puede presentarse con estas enfermedades virales que generalmente están acompañadas de sarpullido, fiebre y tos.

Los adenovirus que provocan la conjuntivitis adenovírica, se propagan con mucha facilidad:

- a través de fómites (objetos carentes de vida capaces de transferir patógenos), ya que sobreviven varios días e incluso semanas en superficies o soluciones líquidas a temperatura ambiente.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

- Por contacto directo con las secreciones conjuntivales (se propagan por el contacto entre las manos y el ojo, cuando se toca el ojo con las manos u objetos contaminados con el virus infeccioso).
- A través de gotas grandes de las vías respiratorias.

Las dos formas clínicas más frecuentes son:

- La fiebre faringoconjuntival (serotipos 3, 4 y 7 fundamentalmente), caracterizada por la aparición abrupta de fiebre, faringitis y conjuntivitis folicular bilateral. Suele desaparecer de forma espontánea en 2 semanas.
- Queratocconjuntivitis epidémica (serotipos 8 y 19 entre otros). Puede producir secuelas corneales durante meses.

La conjuntivitis por virus y concretamente la conjuntivitis por adenovirus, como hemos dicho antes, tiene una alta incidencia en el medio comunitario general (no sólo en el laboral), por lo que para que pueda ser considerada como enfermedad profesional, se deben cumplir una serie de requisitos:

- La exposición debe ser anterior a la aparición de la enfermedad.
 - Periodo de incubación (queratocconjuntivitis epidémica: 5-12 días; fiebre faringoconjuntival: 1-10 días)
- Ausencia de factores extralaborales (hijos o algún familiar con esta patología). La presencia de factores extralaborales, solo excluiría el carácter profesional de la enfermedad cuando éstos hayan actuado con la suficiente entidad o intensidad para considerar la causa principal de la enfermedad y no haya existido exposición laboral.
- Por el área de trabajo y el tipo de actividad que desarrolla ha podido tener contacto con el agente en cuestión (agente presente en el entorno laboral y contacto con dicho agente con el trabajador por la vía de transmisión). Transmisión: por contacto directo o indirecto con

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

secreciones oculares infectadas a través de las manos contaminadas o a través de equipos o soluciones contaminadas, fómites contaminados con secreciones respiratorias infectadas (objetos carentes de vida que pueden ser vehículos de transmisión de agentes biológicos).

Pueden producirse brotes epidémicos tanto en la comunidad como en medios hospitalarios. Es la principal causa de epidemias nosocomiales y de brotes epidémicos en residencias, centros escolares, etc.

Conjuntivitis por coronavirus. Desde los primeros estudios, la sintomatología de la variante ómicron recopilada se basa en una elevación inusual del ritmo cardiaco, fiebre intensa, dolor muscular, dolor de garganta, fatiga extrema, tos y secreción nasal, la pérdida del gusto y el olfato. A los anteriores se suma un nuevo signo que es la conjuntivitis.

Hay que decir que las conjuntivitis por virus, en personal socio-sanitario (excepto en el caso de conjuntivitis provocadas por coronavirus), podrían encontrarse recogidas en el Grupo 3 del Anexo I del RD: 1299/2006 por lo que podrían tener la consideración de enfermedades profesionales.

En el caso de coronavirus en personal socio-sanitario, actualmente, podría tener la consideración de accidente de trabajo (art.9 del Real Decreto-ley 19/2020 y Disposición adicional octava del Real Decreto-ley 27/2020).

Comentar que la RECOMENDACIÓN (UE) 2022/2337 DE LA COMISIÓN de 28 de noviembre de 2022, establece la necesidad de incluir en el anexo I de la lista europea al SARS-Cov-2. Una vez que se contemple en la legislación española, podría tener la consideración de enfermedad profesional.

1.2. CONJUNTIVITIS BACTERIANAS

La conjuntivitis bacteriana está producida por bacterias como *Staphylococcus aureus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Haemophilus influenzae*, *Moraxella catarrhalis*, y, menos frecuentemente, *Chlamydia trachomatis* y *Neisseria gonorrhoeae*.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

A menudo se encuentran afectados los dos ojos. Es contagiosa pero habitualmente por contacto directo con las manos infectadas o elementos que hayan tocado el ojo.

La conjuntivitis bacteriana se caracteriza por la aparición rápida de edema palpebral unilateral, hiperemia conjuntival y secreción mucopurulenta, que suele hacerse bilateral en el periodo de un par de días. Éstas se dan con mayor frecuencia en población pediátrica que en adultos. La conjuntivitis bacteriana puede contraerse:

- por contacto directo con secreciones de individuos infectados, a través de fómites o por inoculación al frotar los ojos con las manos contaminadas,
- o puede deberse en otros casos a la proliferación anormal de la microbiota saprofita de la conjuntiva. En este último caso no tendría la consideración de enfermedad profesional al no ser debida a las tareas realizadas en el puesto de trabajo.

Las conjuntivitis por bacterias podrían encontrarse recogidas en el Grupo 3 del Anexo I del RD: 1299/2006 por lo que podrían tener la consideración de enfermedades profesionales, en las actividades recogidas en el cuadro de enfermedades profesionales.

ACTUACIONES DE LOS TÉCNICOS DE PREVENCIÓN

Como técnicos de prevención, debemos intentar verificar la existencia de un caso índice, es decir alguna persona enferma con la que por motivo del trabajo se haya podido entrar en contacto con ese agente biológico.

- QCE: Queratoconjuntivitis epidémica: trabajador susceptible que, durante el desarrollo de su trabajo, ha expuesto las membranas mucosas conjuntivales, ya sea por contacto directo o indirecto, a secreciones oculares infecciosas.
- FFC: Fiebre faringoconjuntival: trabajador susceptible que, durante el desarrollo de su trabajo, ha expuesto las membranas mucosas oral, nasal o conjuntival, ya sea por gotas (partículas mayores de 5 micras) o contacto indirecto, a secreciones infecciosas respiratorias.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

- Bacterias: trabajadores que durante el desarrollo de su trabajo hayan entrado en contacto directo con secreciones de individuos infectados, a través de fómites o por inoculación al frotar los ojos con las manos contaminadas.

Medidas preventivas:

En el entorno laboral las medidas preventivas se enmarcan en el Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.

Las medidas preventivas serán distintas en exposiciones derivadas de **una actividad laboral con la intención deliberada de manipular un agente biológico**, como en laboratorios de diagnóstico, laboratorios de investigación, etc., que en aquellas actividades **sin intención deliberada de utilizar o de manipular un agente biológico**, pero que la propia actividad puede conducir a la exposición, como es el caso de la actividad sanitaria.

En el primero de los supuestos: actividad laboral con intención deliberada de manipular agentes biológicos, se deberán implantar las medidas de carácter general especificadas en los artículos 6 y 7 del Real Decreto:

- Establecimiento de procedimientos de trabajo adecuados y utilización de medidas técnicas apropiadas para evitar o minimizar la liberación de agentes biológicos en el lugar de trabajo.
- Reducción, al mínimo posible, del número de trabajadores que estén o puedan estar expuestos.
- Adopción de medidas seguras para la recepción, manipulación y transporte de los agentes biológicos dentro del lugar de trabajo.
- Adopción de medidas de protección colectiva o, en su defecto, de protección individual, cuando la exposición no pueda evitarse por otros medios.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

- Utilización de medios seguros para la recogida, almacenamiento y evacuación de residuos por los trabajadores, incluido el uso de recipientes seguros e identificables, previo tratamiento adecuado si fuese necesario.
- Utilización de medidas de higiene que eviten o dificulten la dispersión del agente biológico fuera del lugar de trabajo.
- Utilización de una señal de peligro biológico, así como de otras señales de advertencia pertinentes.

También se debe prestar atención al grupo de riesgo al que pertenezca el agente biológico que se manipular y, en función del nivel, el laboratorio deberá reunir las características detalladas en el **Anexo IV del mencionado Real Decreto**:

A. Medidas de contención	B. Niveles de contención		
	2	3	4
1. El lugar de trabajo se encontrará separado de toda actividad que se desarrolle en el mismo edificio.	No.	Aconsejable.	Sí.
2. El aire introducido y extraído del lugar de trabajo se filtrará mediante la utilización de filtros de alta eficacia para partículas en el aire (HEPA) o de forma similar.	No.	Sí, para la salida de aire.	Sí, para la entrada y salida de aire.
3. Solamente se permitirá el acceso al personal designado.	Aconsejable.	Sí.	Sí, con exclusión de aire.
4. El lugar de trabajo deberá poder precintarse para permitir su desinfección.	No.	Aconsejable.	Sí.
5. Procedimientos de desinfección especificados.	Sí.	Sí.	Sí.
6. El lugar de trabajo se mantendrá con una presión negativa respecto a la presión atmosférica.	No.	Aconsejable.	Sí.
7. Control eficiente de vectores, por ejemplo, de roedores e insectos.	Aconsejable.	Sí.	Sí.
8. Superficies impermeables al agua y de fácil limpieza.	Sí, para el banco de pruebas o mesa de trabajo.	Sí, para el banco de pruebas o mesa de trabajo y el suelo.	Sí, para el banco de pruebas o mesa de trabajo, el suelo, las paredes y los techos.
9. Superficies resistentes a ácidos, álcalis, disolventes y desinfectantes.	Aconsejable.	Sí.	Sí.
10. Almacenamiento de seguridad para agentes biológicos.	Sí.	Sí.	Sí, almacenamiento.
11. Se instalará una ventanilla de observación o un dispositivo alternativo en las zonas de manera que se pueda ver a sus ocupantes.	Aconsejable.	Aconsejable.	Sí.
12. Laboratorio con equipo propio.	No.	Aconsejable.	Sí.
13. El material infectado, animales incluidos, deberá manejarse en una cabina de seguridad biológica o en un aislador u otra contención apropiada.	Cuando proceda.	Sí, cuando la infección se propague por el aire.	Sí.
14. Incinerador para destrucción de animales muertos.	Aconsejable.	Sí (disponible)	Sí, en el mismo lugar.

Guía para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos. INSST

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

En el caso de **trabajos sin intención deliberada de utilizar o de manipular un agente biológico**, pero que la propia actividad puede conducir a la exposición, como es el caso de la actividad socio-sanitaria, para evitar que cualquier trabajador expuesto pueda contagiarse, habrá que adoptar medidas generales, así como **precauciones estándar y/o por mecanismo de transmisión**, en función de la transmisión del agente biológico.

- Medidas generales:

- o Debe reducirse al mínimo posible el número de trabajadores sanitarios y no sanitarios en contacto directo con pacientes con sospecha o enfermedad.
- o En caso de ser posible aislamiento de la persona afectada.
- o Los contactos ocurridos en el ámbito laboral y, en particular, los trabajadores sanitarios y no sanitarios dedicados a la atención de estos pacientes o expuestos a entornos probablemente contaminados por el agente causante de la conjuntivitis, deben recibir información, formación y entrenamiento adecuado y suficiente, basados en todos los datos disponibles. Ello incluirá el conocimiento del modo de transmisión, los riesgos potenciales para la salud, las instrucciones sobre las precauciones que deberá tomar en relación a los mismos, las disposiciones en materia de higiene, particularmente la observación de las medidas de higiene de manos en todo momento, la utilización y de equipos de protección individual, y el reconocimiento de los síntomas asociados a la infección para la puesta en marcha de medidas dirigidas a evitar la transmisión de la infección.
- o Limpieza exhaustiva de las áreas afectadas:
 - La persona que realice la limpieza diaria tendrá que realizarla con guantes de un solo uso. Una vez finalizada la limpieza, quitarse los guantes, tirándolos a la basura. Posteriormente se debe realizar una completa higiene de manos, con agua y jabón.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

- Limpieza diaria con agua y jabón de las superficies prestando una mayor atención a zonas de recepción y todas aquellas superficies que se tocan con mayor frecuencia, barandillas, pulsadores, pomos, manecillas de puertas, telefonillos, cajetines para el correo, pulsadores de sanitarios, etc. Si es posible, esta actividad se realizará frecuentemente en función del tránsito de la zona.
- No compartir los artículos personales: gafas, toallas, etc.

- **Las precauciones estándar** constituyen la estrategia básica para la prevención de la transmisión de los agentes infecciosos y son de aplicación en el cuidado de todos los pacientes, con independencia de si la presencia de un agente biológico está confirmada o se sospecha.

Se basan en considerar a cualquier fluido, mucosas, etc., como potencialmente infectadas y se proponen prácticas como lavado de manos, uso de guantes, batas, mascarillas, protección ocular (1,2,3).

- **Las precauciones basadas en el mecanismo de transmisión** de los agentes biológicos se aplican, complementando las precauciones estándar, y van dirigidas a proteger las vías de transmisión:

- o **Las precauciones por contacto (PC)** tratan de prevenir la transmisión de aquellos agentes infecciosos que se propagan por contacto directo con el paciente o indirecto (con objetos contaminados). (1)
 - Usar guantes siempre que haya contacto con el paciente.
 - Ponerse los guantes antes de entrar en la habitación del paciente.
 - Quitarse los guantes de forma aséptica, desecharlos en recipientes adecuados y lavarse las manos antes de salir de la zona.

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

o **Las precauciones por gotas (PG)** tratan de prevenir la transmisión de agentes infecciosos en aquellas tareas que suponen un contacto próximo de las mucosas (conjuntiva, mucosa nasal o bucal) con secreciones respiratorias (gotas de tamaño $> 5 \mu\text{m}$), generadas por el paciente al hablar, toser o estornudar. Este tipo de transmisión requiere un contacto cercano con el paciente infectado; las gotas recorren una distancia corta (aproximadamente, un metro) a partir del paciente y sedimentan rápidamente. (2).

- Colocar en la puerta de la habitación un cartel informativo que indique el tipo de precauciones y medidas a adoptar.
- Entrada restringida al personal necesario para la atención del paciente.
- Colocar la mascarilla, bien ajustada, antes de entrar en la habitación o en el box.
- Quitarse la mascarilla de forma aséptica, desecharla en recipientes adecuados y lavarse las manos siempre antes de salir de la habitación.

- **Las precauciones por transmisión aérea (PA)** tratan de prevenir la transmisión de agentes infecciosos depositados en partículas de tamaño inferior a $5 \mu\text{m}$, que proceden de las vías respiratorias del paciente y quedan suspendidas en el ambiente, donde pueden persistir durante un cierto tiempo y desplazarse largas distancias. (2).

(1). Guantes UNE EN ISO 3745:2006

(2). Media máscara filtrante (mascarilla autofiltrante) (UNEEN 149:2001+A1:2010) FFP2

(3). Protector ocular. UNE-EN 166:2002

5.1. CONJUNTIVITIS POR AGENTES BIOLÓGICOS

BIBLIOGRAFÍA

- o Guía de ayuda para la valoración de las enfermedades profesionales. Instituto Nacional de la Seguridad Social. 6ª edición-vol II.
- o Directrices para la decisión clínica en enfermedades profesionales. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. 2015.
- o Valoración de la sospecha de Enfermedad Profesional. Consejería de Sanidad, Dirección General de Inspección y Ordenación. Ed. 12/2016.
- o Recomendaciones de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica. Diagnóstico microbiológico de las infecciones oculares ISBN: 978-84-09-15877-5.
- o Guía del INSST para evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos. NIPO (online): 272-14-040-7. ISBN: 978-84-7425-813-4. Depósito Legal: M-9585-2014.
- o RECOMENDACIÓN (UE) 2022/2337 DE LA COMISIÓN de 28 de noviembre de 2022 relativa a la lista europea de enfermedades profesionales.
- o Prontuario para la selección de equipos de protección individual. FREMAP, Mutua Colaboradora con la Seguridad Social Nº 61. Autores: Javier Martínez Barahona, Consultor del Área de Prevención de FREMAP. Robert Richard Naf Cortés, Consultor del Área de Prevención de FREMAP. Depósito legal:M12147-2019.



MEDICINA
DEL TRABAJO

EJE GENERAL 4

Fichas prácticas
sobre enfermedades
profesionales

Fichas prácticas sobre enfermedades profesionales

CCOO ***
comisiones obreras de Madrid

ceim
COMISIÓN
EMPRESARIAL
DE MADRID
CEDE

UGT 
Madrid

IRSST
Instituto Regional
de Seguridad y Salud
en el Trabajo

Instituto Regional de Seguridad
y Salud en el Trabajo

C/Ventura Rodríguez, 7 - 28008 Madrid
Tfno. 900 713 123
www.comunidad.madrid