Home Healthcare Workers Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La asistencia sanitaria a domicilio es una de las industrias sanitarias de más rápido crecimiento en Estados Unidos. Los trabajadores sanitarios a domicilio trabajan en domicilios de pacientes, residencias colectivas y residencias asistidas. Trabajar en casa de un paciente es diferente de trabajar en un centro sanitario, por lo que es importante asegurarse de que su Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades (IIPP) es flexible, completo y protege a sus empleados de los peligros y lesiones que pueden producirse en el trabajo.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS EN LA ASISTENCIA SANITARIA A DOMICILIO

Los trabajadores sanitarios a domicilio tienen poco control sobre su entorno de trabajo, que puede contener una serie de peligros para la seguridad y la salud. Entre estos peligros figuran los patógenos transmitidos por la sangre y los riesgos biológicos, la sensibilidad al látex, los riesgos ergonómicos derivados del levantamiento de pacientes, la violencia, los animales hostiles y las condiciones antihigiénicas y peligrosas.

COMO PROTEGERSE

1. Ir y volver del trabajo con seguridad

Si va en coche al trabajo, asegúrese de que su vehículo funciona correctamente y tenga a mano suministros de emergencia. Durante los desplazamientos, mantenga el coche cerrado y permanezca en carreteras bien transitadas. Aparque en zonas bien iluminadas y evite aparcamientos subterráneos, callejones oscuros o aparcar junto a vehículos grandes.

2. Resbalones y caídas.

Los peligros en interiores incluyen:

- Suelos irregulares o resbaladizos
- Alfombras arrugadas o desgastadas y vinilo rizado.
- Desorden en habitaciones, pasillos y escaleras.
- Falta de pasamanos en las escaleras
- Cables eléctricos en el suelo o que cruzan los pasillos

- Cajones abiertos

Cuando trabaje en interiores, lleve los zapatos puestos si el cliente se lo permite y asegúrese de comprobar la superficie del suelo antes de pisarlo. Presta atención al desorden y sugiere al cliente que guarde bien los objetos, que aparte los cables eléctricos y que cierre los cajones. Utilice siempre las barandillas al subir y bajar escaleras.

Los peligros al aire libre incluyen:

- Superficies resbaladizas, como aceras, escalones y rampas de madera cubiertas de agua, hielo, nieve, hojas o musgo.
- Aceras y calzadas irregulares o dañadas.
- Escombros u objetos abandonados en las aceras.
- Iluminación deficiente.

3. Prevención de la violencia en el hogar

La violencia se refiere a cualquier fuerza física que pueda causar lesiones, así como a declaraciones o comportamientos amenazadores. Los clientes y sus familiares o visitantes pueden volverse violentos o discutir debido a la frustración causada por el estado del cliente. Los clientes también pueden experimentar dificultades debido a problemas de comunicación, efectos de la medicación, limitaciones físicas o cognitivas o frustración por depender de otros.

4. Sobreesfuerzo y movimiento repetitivo: factores de riesgo debidos al movimiento repetitivo.

- Fuerza
- Repetición
- Posturas incómodas
- Posturas estáticas
- Tensión por contacto

Los signos de sobreesfuerzo y tensión por movimientos repetitivos incluyen:

- Enrojecimiento
- Hinchazón
- Pérdida del movimiento normal de las articulaciones
- Dolor punzante, sordo, agudo
- Sensibilidad
- Debilidad
- Dolores punzantes
- Sensaciones de calor o frío

OTROS RIESGOS IMPORTANTES

Traslado o cambio de posición de los clientes

La mejor forma de evitar lesiones al trasladar o cambiar de posición a los pacientes es utilizar equipos y dispositivos de ayuda para el traslado, como grúas o sábanas deslizantes de baja fricción.
Si tiene que levantar al paciente manualmente, es importante que manipule al paciente con seguridad. Levante desde una posición de fuerza manteniendo la cabeza erguida. Acérquese al paciente mientras lo eleva y asegúrese de que lo sujeta bien. Adopte una postura escalonada colocando un pie delante del otro.

Vestir y bañar a los clientes

Cuando vista a un cliente, intente evitar posturas incómodas, como estirarse para vestirlo, y posturas estáticas, como sostener al cliente en una posición durante mucho tiempo. Mantenga el cuerpo erguido y desplace el peso con las piernas cuando

ayude al cliente a moverse.
Al bañar a un cliente, evite las posturas incómodas y estáticas, el uso repetido del mismo conjunto de músculos sin posibilidad de descanso y la tensión de contacto por arrodillarse en el suelo o apoyarse en la bañera.

Riesgos domésticos

Al hacer la cama, evite doblar la espalda y flexionar las rodillas. Camine alrededor de la cama en lugar de pasar por encima. Si tiene que trabajar desde un lado, mantenga una mano en la cama para apoyarse.
Durante la limpieza, utilice equipos con mangos largos para las zonas de difícil acceso, coloque una toalla doblada bajo las rodillas mientras se arrodilla y asegúrese de que los guantes protectores se ajustan bien para evitar el uso de fuerza adicional al agarrar.

MEJORES PRÁCTICAS DE ATENCIÓN SANITARIA A DOMICILIO

La capacitación práctica y en el aula sobre políticas y técnicas de manipulación de pacientes, ergonomía y mecánica corporal ayuda a garantizar que el personal sanitario sepa cómo levantar y manipular a los pacientes correctamente. La capacitación también es necesaria para los distintos dispositivos de elevación utilizados en el lugar de trabajo. Algunos hospitales informan de que los trabajadores no utilizan los dispositivos de elevación disponibles debido a los tiempos de preparación, etc.

CONCLUSIÓN

Debido al envejecimiento de la población y al elevado coste de las visitas al hospital, ha aumentado la necesidad de opciones de atención a enfermos, ancianos o discapacitados. Una de estas soluciones es la asistencia sanitaria a domicilio.

Los trabajadores sanitarios a domicilio tienen muy poco control sobre los peligros a los que están expuestos. Se enfrentan a muchos riesgos de seguridad únicos en su trabajo.