



El adecuado ambiente de trabajo y la salud **Por Liliana Fleksers**

La salud es un término íntimamente relacionado con la calidad de vida, cuya definición ha ido variando a través de la historia.

En un comienzo se creyó que la salud era meramente la ausencia de enfermedad, es decir, que si no hay enfermedad, hay salud; sin embargo, este concepto nos limita a tener en cuenta sólo los factores biológicos, cuando en realidad existen varios factores que intervienen en la salud. En el año 1958, esta definición fue revisada por la O.M .S. (Organización Mundial de la Salud), quien expuso una nueva, considerando a la salud como el estado de completo bienestar psicológico, físico y social, y no sólo la ausencia de enfermedades o afecciones.

La OPS (Organización Panamericana de la Salud) concluyó que la salud es un estado diferencial de los individuos en relación con el medio ambiente que los rodea.

Por lo tanto, uniendo las ideas de la O.P .S. y la O.M .S. llegamos a la siguiente

Conclusión: la salud es un estado de completo bienestar o equilibrio, entre los factores físicos, psicológicos (mentales), sociales y medioambientales; y uno de los elementos fundamentales que hacen a la calidad de vida.

Existen muchos factores que requieren tutela, y aquí nos referiremos a la calidad de aire, a la ventilación adecuada y sus posibles consecuencias.

Para establecer un adecuado estado de bienestar se requiere un sistema eficaz de seguridad y salud en el trabajo, con el compromiso de todos los actores: autoridad competente, empleados y sus representantes.

La Ley N° 19.587 de Higiene y Seguridad en el Trabajo y sus decretos reglamentarios juntamente con resoluciones específicas, es la garante de las condiciones adecuadas.

Dispone en su artículo 4° que “la higiene y seguridad en el trabajo comprenderá las normas técnicas y medidas sanitarias precautorias, de tutela o de cualquier otra índole que tenga por objeto proteger la vida, preservar y mantener la integridad psicofísica de los trabajadores, prevenir, eliminar o aislar los riesgos de los distintos centros o puestos de trabajo”.

Se destaca el principio rector que dispone el estudio y adopción de medidas para proteger la salud y la vida del trabajador en el ámbito de sus ocupaciones.

Las reglamentaciones considerarán los factores físicos como ventilación, temperatura, carga térmica presión, humedad, iluminación, ruidos, vibraciones y radiaciones ionizantes, entre otros. (artículo 6°).

El empleador debe decidir la adopción y puesta en práctica de las medidas adecuadas de higiene y seguridad para proteger la vida y la integridad de los trabajadores (artículo 8°) e instalar los equipos necesarios para la renovación del aire, eliminación de gases, vapores y demás impurezas producidas en el curso del trabajo. (artículo 9°, inciso c).

Lógicamente la categoría laboral a la que pertenece el individuo determina la exposición a condiciones de trabajo particulares junto con otras circunstancias. Aparece el riesgo, que es la posibilidad que ocurra o suceda un evento que pueda potencialmente desencadenar perturbaciones en la salud o integridad física, mental o social y produzca un daño.

El factor de riesgo es el concepto clave, cuya probabilidad de ocurrencia depende de la eliminación y/o control de estos factores.

Existen cinco grupos de riesgos laborales como también las vías de ingreso al organismo: físico, químico, biológico, psicosociales, ergonómicos.

Las vías de ingreso al organismo se producen por inhalatoria (nariz-boca) dérmica, parenteral (heridas, cortes) digestiva: ingesta o contacto por boca.

¿Cuál es la protección adecuada de ventilación? la natural.

La ventilación industrial se refleja en el conjunto de tecnologías que se emplean para neutralizar y eliminar la presencia de calor, polvo, gases, humos, olores, condensaciones de vapor.

En la ventilación natural se recurre a aparatos que emiten aire fresco, o se colocan extractores estáticos saturados, aprovechando el aire exterior para ventilar el interior.

La otra ventilación es la artificial. No se pueden emplear equipos que superen valores límites y deben adecuarse a cada ambiente.

Las bajas temperaturas pueden constituir un riesgo, como la exposición a altas temperaturas, que también presentan peligros mayores para la salud.

¿Qué consecuencias produce el ambiente caluroso? Aumento del ritmo cardiaco, sudoración extrema, pérdida de agua y sal.

¿Y cuáles el ambiente frío? Falta de irrigación sanguínea, estrés por frío, congelamiento, efectos sistémicos y localizados en las vías aéreas, ya que el efecto prolongado del frío produce deshidratación, escalofríos, congelación, hipotermia, arrastre de palabras, confusión, alucinaciones e irregularidad en el pulso, pérdida de conocimiento y se debe recurrir al consumo de líquidos, ingesta de bebidas templadas dulces, sin cafeína ni alcohol, para prevenir la deshidratación.

Se debe tener en cuenta el tiempo de exposición para lograr un confort térmico, con la adecuada vestimenta y prevención. Es necesario producir, para obtener una buena ventilación natural, corrientes de aire para permitir eliminar contaminantes.

La ventilación puede ser local o general. El propósito es extraer el aire contaminado, cambiar el aire viciado en aire puro, y en especial, la concentración adecuada de oxígeno, dentro de los valores admisibles evitando las zonas de estancamiento.

La ventilación general es mecánica, cuando se llevan a cabo mediante ventiladores.

La calidad de aire interior deficiente produce alteraciones respiratorias, sensibilidades y alergias, como también irritación de ojos y piel.

Los microorganismos como hongos y bacterias proliferan en los circuitos de aire acondicionado en los condensadores de evaporación y en las torres de refrigeración de muchos edificios de oficinas, como consecuencia de la falta de un buen mantenimiento y/ o de una limpieza adecuada de los filtros, apareciendo el síndrome del edificio enfermo, con aparición de síntomas de alergias e infecciones respiratorias.

A la existencia de los edificios libres de humo (Ley 26.687/2011), se debe agregar el uso del aparato de aire acondicionado a la temperatura de 24 grados, que es la adecuada para el organismo. Una breve conclusión: toda la sociedad debe velar por la aplicación de las normativas y tener una actitud pro activa de concientización.