

Higiene, ¿es obligatorio ducharse en el trabajo?



EL RD 664/97 sobre riesgo biológico establece que los trabajos de asistencia sanitaria que realizan los TCE son actividades sin intención deliberada de utilizar agentes biológicos, pero que puede provocar la exposición a dichos agentes (anexo I, y apéndice 14). Y exige al empresario que los trabajadores con riesgo de contacto con agentes biológicos puedan asearse en el trabajo como medida preventiva (art 7.2): "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".

La finalidad del aseo personal es evitar la contaminación del trabajador, así como la dispersión del agente patógeno más allá de la zona de trabajo. De ahí que también se exija el cambio de ropa, se obligue a su descontaminación y a su guardado en lugares separados de la del trabajo, y se prohíba que los trabajadores la lleven a casa. Sería absurdo quitarse ropa contaminada para ponerse ropa limpia sin descontaminar antes la piel y el cabello. Esto parece indicar que en los puestos en los que pueda existir riesgo de contaminación del trabajador, éste deberá ducharse, una actividad preventiva cuyo proceso consiste en desplazarse desde el puesto de trabajo hasta los locales higiénicos, desvestirse de sucio, ducharse y vestirse de limpio. Lo analizamos con detalle más adelante.

Ahora evaluaremos el riesgo utilizando el procedimiento simplificado para agentes biológicos que propone el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Obtendremos el nivel de

riesgo potencial cruzando dos variables: la exposición y las consecuencias.

SARS-CoV2 es un virus del grupo 3 (puede provocar una enfermedad grave y constituir un serio peligro para los trabajadores, es probable que se propague a la colectividad y, generalmente, es posible la profilaxis o el tratamiento eficaz), aunque el género Coronaviridae al que pertenece está clasificado en el grupo 2, conforme establece el RD 664/97, Anexo I.

En el caso de agentes biológicos de grupos 2 y 3, para las tareas que realiza el TCE, que tienen un nivel de exposición medio o alto, obtenemos que el nivel de riesgo potencial es como mínimo 3 y llega hasta el máximo (4).

El nivel de riesgo potencial 3 indica que las medidas asociadas deben ser tomadas con celeridad.

Y el INSST determina así mismo el tipo de medidas preventivas para actuar sobre el trabajador en este caso:

- Establecer protocolos de vigilancia de la salud. Vacunación cuando esté disponible y sea eficaz.

- Adecuar los equipos de protección individual (EPI). Realizar el seguimiento del buen uso, mantenimiento y almacenamiento de los EPI.

- Establecer los tiempos para la higiene personal de los trabajadores que realicen actividades con riesgo de exposición a agentes biológicos, antes de la comida y al abandonar el trabajo".

No obstante, la indefinición de la expresión "aseo personal" podría estar sujeta a interpretaciones e, incluso, llevándola al mínimo alguien podría equipararla a "10 minutos para el lavado de manos". Aclarar el alcance de tal expresión es esencial para

realizar una prevención de riesgos apropiada.

Conforme a la Guía Técnica del RD 664/97, el aseo personal está indicado cuando se pueda producir la contaminación de algunas partes del cuerpo, lo que podría causar la exposición a agentes biológicos del propio trabajador y de otras personas, incluso una vez fuera de las zonas de trabajo. Concretamente aclara que estos 10 minutos de aseo personal son "sin perjuicio de las más elementales prácticas generales de higiene personal (...) como puede ser el lavado de manos", haciendo así una distinción clara entre ambas.

También cumpliremos el art. 14 del RD 664/97, que establece que:

- en establecimientos sanitarios "se tomarán las medidas apropiadas para garantizar de modo adecuado la protección sanitaria y la seguridad de los trabajadores; se habrán de especificar los procedimientos adecuados de descontaminación y desinfección".

- "en los servicios de aislamiento en que se encuentren pacientes (...) que estén o que se sospeche que estén contaminados por agentes biológicos de los grupos 3 o 4, se seleccionarán medidas de contención de las que figuran en la columna A del anexo IV". Entre estas, en la actual redacción del reglamento, está la ducha que, según el mismo RD, se realizará antes de abandonar la zona de contención.

Por lo tanto, la normativa deja bien asentado que los Técnicos en Cuidados de Enfermería pueden estar expuestos a un nivel de riesgo 3, por lo tanto, como trabajadores sanitarios expuestos al riesgo de contagio de SARS-Cov2, deben disponer al menos de 10 minutos para ducharse antes de las comidas y antes de abandonar la zona de riesgo.

Para confrontar la certeza de la afirmación anterior hacemos a continuación un análisis por analogía. Aportando ahora una referencia legal que exige la ducha en un caso de exposición a riesgos similares, disiparemos algunas dudas y asentaremos mejor el concepto. El Anexo I del RD 664/97 recoge específicamente como actividades sin intención de manipular, pero con riesgo de exposición a agentes biológicos (mismo caso que la asistencia sanitaria), los trabajos en instalaciones de aguas residuales. La guía técnica proporciona, en su apéndice 14, información más detallada al respecto, interesándonos en particular que:

1. Los agentes biológicos de las aguas residuales son de los grupos de riesgo 2 y 3 (esto es lo mínimo a que se exponen los trabajadores sanitarios).

2. Entre las medidas preventivas establece: "extremar las medidas de higiene personal: lavarse las manos en cada pausa; ducharse en caso de salpicaduras poniéndose ropa limpia tras la ducha".

Es decir, que la normativa de PRL exige duchas para los trabajos con aguas residuales, que son del mismo tipo de actividad y de grupos de riesgo que los de los trabajos de asistencia sanitaria. En el caso de aguas residuales, la normativa ha considerado la vía de contagio por contacto (salpicaduras); en el caso de los TCE, el contacto (con el paciente y con elementos potencialmente contaminados) es cotidiano y consustancial a su propia actividad asistencial y sanitaria. Por lo tanto, parece justificado que en el caso de los trabajadores sanitarios la ducha es un requisito ineludible.

De lo anterior, se desprende que:

1. El aseo personal es una medida preventiva de

primer orden, y en el caso que nos ocupa, debido a la naturaleza y magnitud de los riesgos, debe sobrepasar el simple lavado de manos y consistir en una ducha.

2. La expresión "aseo personal" ha de interpretarse en su sentido más amplio e inclusivo, en función de las partes del cuerpo que podrían estar contaminadas en cada caso (en cada puesto de trabajo). En el caso de las labores asistenciales y sanitarias, cualquier parte del cuerpo expuesta al aire, incluido el cabello, podría estar contaminada, bien por el contacto dérmico necesario para realizar las tareas propias del puesto, o bien por gotículas o aerosoles que se generan durante su actividad (respiración de los pacientes, tos, fluidos y secreciones corporales).

3. Los TCE están expuestos al riesgo de contagio por agentes biológicos y en particular por Covid 19. Este virus está clasificado en el grupo 3, y es de transmisión aérea, con lo cual se puede depositar a varios metros de distancia del emisor, en cualquier superficie o parte del cuerpo expuesta. Por lo tanto el aseo personal no puede limitarse a un lavado de manos, ni al cambio de guantes, ni a la higiene de los uniformes; esas prevenciones son otras de tantas a adoptar para reducir los riesgos, pero la medida mínima para conseguir ese propósito debe consistir en la higiene total del cuerpo. Lo mismo podríamos decir respecto de cualquier enfermedad infecciosa a que están expuestos los TCE. Por lo tanto, los TCE deben disponer al menos de 10 minutos para el aseo personal antes de la comida y antes de abandonar el trabajo.

4. La evaluación de riesgos debería especificar en qué consiste tal aseo (lavado de manos, ducha...), en qué momento comienza (las instalaciones higiénicas podrían estar alejadas del puesto, aunque no deberían) y el tiempo disponible para ello.

	G1	G2	G3	G4
BAJA	1	2	3	4
MEDIA	1	3	3	4
ALTA	1*	3	4	4

Tabla 4. Niveles de riesgo potencial