

# BOLETÍN N.6

TU BOLETÍN INFORMATIVO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL



## SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO

### UNA DE LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES RELACIONADAS CON LOS TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS >>>

Se produce por la compresión del nervio mediano a su paso por la muñeca, a nivel del interior del túnel del carpo por el cual pasan los tendones flexores de los dedos y vasos sanguíneos.

Puede producir alteraciones motoras, como dificultad a la hora de flexionar los dedos para hacer pinza, y sensitivas en la mano como sensaciones de calor, parestias ( hormiguelo ), anestesia, pérdida de fuerza y/o dolor en la mano y los dedos, especialmente en el pulgar y dedos medio e índice.

Es reconocido como uno de los trastornos musculoesqueléticos que causan más bajas laborales en España, y aunque su aparición puede producirse por causas múltiples ( endocrinas, inflamatorias, metabólicas o traumáticas ) suele relacionarse con tareas que implican movimientos repetitivos o mantenidos de hiperextensión e hiperflexión de la muñeca o de aprehensión de la mano.

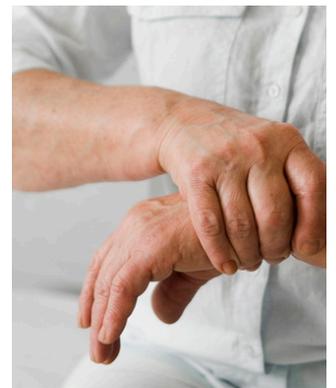
Las profesiones de más riesgo son, entre otras, mecánicos de automóviles, trabajadores de obras públicas expuestos a vibraciones de máquinas, costureros/as, carpinteros, cajeros y cajeras, personal que utilice continuamente un teclado o ratón.

Suele ser más frecuente en mujeres, posiblemente porque suelen tener el túnel del carpo más estrecho que los hombres.

Clasificada como enfermedad profesional 2F0201, no debemos ceñirnos exclusivamente al tratamiento, es fundamental una organización adecuada del trabajo que evite la sobrecarga funcional así como un diseño ergonómico del puesto.

Si te interesa este tema, pincha en el enlace adjunto y te llevará a la publicación del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo CRITERIOS DE INTERVENCIÓN.

[CRITERIOS DE INTERVENCIÓN](#)



[Facebook](#)



[Telegram](#)



[X](#)

[www.facuso.es](http://www.facuso.es)

[ana.aviles@facuso.com](mailto:ana.aviles@facuso.com)

# APOSTAMOS POR LA FORMACIÓN EN PREVENCIÓN

## ACTIVIDAD FORMATIVA: INTERACCIÓN SALUD LABORAL-ACCIÓN SINDICAL >>>



EN MADRID

Durante la actividad debatimos los problemas que surgen en la lucha por defender este derecho y las mejores estrategias de actuación.

Para defender el derecho a una protección integral en el trabajo debemos estar preparados, conocer la gestión preventiva en las Administraciones Públicas y saber cómo utilizar nuestros recursos para actuar sindicalmente.



EN ANDALUCÍA

FORMACIÓN PARA  
NUEVOS DELEGADOS  
Y DELEGADAS

## ACTIVIDAD FORMATIVA: RECURSOS EN SALUD LABORAL <<<



Participamos en las jornadas formativas dirigidas a nuevos delegados/as de esta Federación celebradas a finales de Octubre en Córdoba. Esta formación incluye el área de prevención de riesgos laborales y la utilización de recursos útiles para nuestra acción sindical en Salud Laboral.

## ACTIVIDAD FORMATIVA: LA DEFENSA DEL DERECHO A LA PROTECCIÓN DE LOS BOMBEROS >>>

Jornadas destacadas por la relevancia de su contenido así como por la amplia participación de bomberos forestales y urbanos de toda España. Nuestro objetivo, concienciar a este colectivo del derecho que tienen a una protección en el trabajo, derecho vulnerado en muchas ocasiones por una mala interpretación de la L.P.R.L.

JORNADAS FORMATIVAS  
PARA EL CUERPO DE  
BOMBEROS



CONOCE LOS DERECHOS EN PREVENCIÓN Y CÓMO DEFENDERLOS



Facebook



Telegram



X

[www.facuso.es](http://www.facuso.es)

[ana.aviles@facuso.com](mailto:ana.aviles@facuso.com)

## AUMENTAN LOS CASOS DE AGRESIONES EXTERNAS EN EL SECTOR SANITARIO >>>

El Ministerio de Sanidad ha publicado en su web un informe de agresiones a profesionales del SNS registradas en el año 2023. Dicho informe pone de manifiesto la triste realidad que padece este colectivo, que sufre a diario situaciones de violencia de diversa índole que suponen un grave riesgo para la seguridad y salud de estos profesionales. Los datos revelan la gravedad de la situación:

- En 2022 se registraron 13.210 agresiones, 5 puntos más que en 2021.
- En 2023, 14.706 agresiones, 4 puntos más respecto del año anterior.

La causa alegada más frecuente de agresión está relacionada con la atención percibida por el usuario. Las agresiones producidas en atención primaria son casi cuatro veces superior a las notificaciones de agresiones en áreas hospitalarias.

¡ DEBEMOS ADOPTAR MEDIDAS YA !

Desde la Federación de Atención a la Ciudadanía de la Unión Sindical Obrera estamos luchando para implementar nuevos protocolos de actuación ante situaciones de violencia externa, para mejorar los que ya existen e involucrar a las Administraciones Públicas para que solventen este grave problema y asuman su responsabilidad como garantes de la seguridad y salud de sus trabajadores y trabajadoras.

Si sufres o has sufrido agresión en tu trabajo, denuncia. Ponte en contacto con tu delegado/a sindical de zona. Podemos ayudarte.

**NO A  
AGRESIONES  
EXTERNAS**



**UNA IMAGEN VALE MÁS QUE...**

**EN TU TIEMPO LIBRE, ¡ DESCONECTA !**

Evita el agotamiento y el estrés.



## VIRUS RESPIRATORIOS EN INVIERNO: CONSEJOS PARA PREVENIR Y NO CONTAGIAR EN EL TRABAJO <<<

**CUIDARSE EN SALUD**



Las principales medidas preventivas son:

- Ventilación adecuada del lugar que permita la renovación del aire
- Limpieza de filtros en los sistemas de climatización: reduce la transmisión de virus y bacterias por los conductos del aire.
- Higiene personal: lavarse las manos adecuadamente y a menudo.
- Limpieza del lugar de trabajo: desinfección de la zona de trabajo (principalmente, de los equipos compartidos como teléfonos, impresoras, etc..).

Si tienes síntomas, acude al médico. Si estás trabajando:

- Tápate la nariz y boca con un pañuelo desechable al estornudar o toser, tíralo después a la basura.
- Sé respetuoso con los demás y mantén una cierta distancia prudencial. No sabemos la vulnerabilidad de nuestros compañeros/as.