



Extremadura



GUÍA BÁSICA de Prevención de Riesgos Laborales

# Transporte Sanitario



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Hacienda y Administración Pública

# Índice

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>Introducción general al Sector del Transporte Sanitario</b>                  | <b>3</b>  |
| <b>2</b> | <b>Tipos de transporte y clasificación</b>                                      | <b>4</b>  |
| <b>3</b> | <b>Relación de puestos de trabajo</b>   | <b>6</b>  |
| <b>4</b> | <b>Funciones del Técnico de Transporte Sanitario</b>                            | <b>7</b>  |
| <b>5</b> | <b>Medidas preventivas asociadas a los distintos riesgos del sector</b>         | <b>8</b>  |
| <b>6</b> | <b>Propuestas de actuaciones preventivas generales para empresas del sector</b> | <b>14</b> |
|          | I. Seguridad en el trabajo  | 14        |
|          | II. Higiene industrial  | 15        |
|          | III. Ergonomía  | 15        |
| <b>7</b> | <b>EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL</b>   | <b>16</b> |
| <b>8</b> | <b>ANEXOS</b>   | <b>17</b> |
|          | A. Prevención de lesiones en la manipulación manual de cargas                   | 17        |
|          | B. Actuaciones en caso de primeros auxilios                                     | 19        |
|          | C. Riesgo de los contaminantes biológicos                                       | 20        |
|          | D. Actuaciones en caso exposición al SARS-COV-2                                 | 22        |
| <b>9</b> | <b>REFERENCIAS</b>  | <b>23</b> |
|          | Bibliografía  | 23        |
|          | Normativa   | 23        |

**Nota:** Señalar que la utilización del masculino en la escritura en castellano es tan sólo una forma de simplificación, indebida pero difícil de solucionar hasta ahora, y que todas las referencias han de entenderse como inclusivas y respetuosas con los dos géneros.

**Edita: UGT-Extremadura**

La Legua, 17 · 06800 Mérida · Tel: 924 485 370; Fax: 924 485 369  
e mail: [ugt@extremadura.ugt.org](mailto:ugt@extremadura.ugt.org) · <http://www.ugtextremadura.org>

# 1

## Introducción general al Sector del Transporte Sanitario

El Sistema Sanitario Español está estructurado en torno al Sistema Nacional de Salud que integra los recursos públicos en el servicio de salud de cada Comunidad Autónoma siendo a su vez la provisión de estos servicios de gestión mayoritariamente pública. El transporte sanitario se define como aquel que se realiza para el desplazamiento de personas enfermas, accidentadas o por razón sanitaria en vehículos especialmente acondicionados al efecto.

El Transporte Sanitario es, por tanto, una prestación complementaria que está incluida dentro de la cartera de servicios del sistema de salud, lo cual viene reflejado en el Real Decreto 1030/2006, de 15 de septiembre. Es un elemento adicional para la consecución de una asistencia sanitaria completa, adecuada y continuada.

La naturaleza urgente del servicio de ambulancias hace que los profesionales sanitarios estén expuestos a diferentes riesgos. Las ambulancias de urgencia trabajan 365 días al año, 24 horas al día, lo que hace que el personal de estas se enfrente a condiciones climatológicas adversas, se expongan a trabajar en la calle, en domicilios y espacios hostiles con familiares, pacientes y

acompañantes nerviosos, alterados y preocupados por la situación.

Los riesgos a los que se ven expuestos los profesionales sanitarios en las ambulancias de urgencias precisan de una constante revisión e innovación para su control y minimización en la medida de lo posible. Además, la formación de este personal es algo fundamental para disminuir la exposición a los riesgos.

El sector del transporte sanitario tiene sus relaciones laborales establecidas entre el convenio estatal y los convenios autonómicos. Estaba en prórroga desde 2010 y su negociación parada desde 2012. Tras un intenso trabajo se pudo retomar la negociación, que ha culminado con este acuerdo, que refleja el compromiso de esta organización de trabajar para la mejora de las condiciones de trabajo y de los derechos de los trabajadores del sector, así como en la profesionalización de los mismos para dar respuesta a las necesidades de los servicios sanitarios.

El convenio, firmado por UGT y la patronal, tiene naturaleza de Acuerdo Marco y afecta a 30.000 trabajadoras y trabajadores. Tendrá una vigencia hasta el 31 de diciembre de 2025.

Entre otros muchos aspectos que mejora habría que destacar:

- Introduce y pone al día compromisos en materia de conciliación y protección a la maternidad/paternidad.
- Garantía de subrogación. Blinda el empleo y la antigüedad ante cambios de concesión del servicio público de transporte sanitario.
- Protege y garantiza las condiciones más beneficiosas de los convenios de ámbito inferior y su ultraactividad.
- Sienta las bases de la transformación de las categorías de transporte a sanitarios, introduciendo, entre otros, al TES (Técnico de Emergencias sanitario).
- Reduce la jornada máxima ordinaria anual 32 horas.
- Garantiza que las empresas no puedan realizar descuelgue salarial del convenio autonómico al estatal.
- Refuerza y complementa la negociación colectiva de ámbito inferior.
- Reduce la precariedad en el empleo estableciendo la contratación en prácticas solo para aquellas empresas que tengan el 80% de la plantilla fija. Y de estos contratos estará obligada a hacer al menos al 25% de los mismos fijos.

## 2

## Tipos de transporte y clasificación

Los servicios que cubre el transporte sanitario, incluyen el transporte sanitario no asistido, indicado para el traslado especial de enfermos o accidentados que no requieren asistencia técnico-sanitaria en ruta, y el transporte sanitario asistido, para el traslado de enfermos o accidentados que requieren asistencia técnico-sanitaria en ruta.

**TRANSPORTE  
SANITARIO  
NO ASISTIDO**  
(no requiere  
asistencia)

**TRANSPORTE  
SANITARIO  
ASISTIDO**  
(sí requiere  
asistencia)

En cuanto a la tipología del servicio de transporte sanitario por carretera,

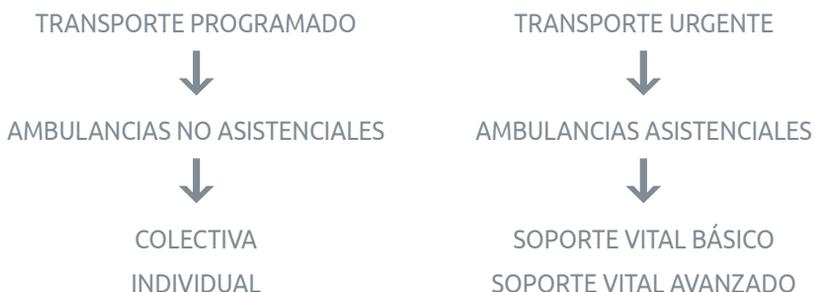
ésta variará según el criterio clasificador empleado:

- Tipología de servicio
- Tipología de ambulancia
- Características del paciente

Centrándonos en la tipología de servicio, éste también guardará especial vinculación con los otros criterios, ya que en función del servicio que se deba

llevar a cabo, se va a disponer de un tipo u otro de ambulancia, que, a su vez, se diferenciará según el equipamiento téc-

nico y médico, personal y características del paciente.



Las **ambulancias no asistenciales** de transporte programado tienen un acondicionamiento o dotación sencilla entre la que se encuentra: botiquín de primeros auxilios, bombona de oxígeno, sistema de aspiración de secreciones, etc. Dentro del personal que asiste en este tipo de ambulancias se encuentra el conductor y un segundo técnico (camillero y/o ayudante) si se considera necesario, dependiendo de las características del servicio, por el cual, también se diferencia entre ambulancias individuales o de uso colectivo, como pueden ser aquellas destinadas para el traslado de pacientes de diálisis o rehabilitación.

En España, el transporte sanitario urgente se divide en dos tipos de ambulancias: Soporte Vital Avanzado o UVI móvil (tipo C) y Soporte Vital Básico (tipo B).

Las ambulancias de **Soporte Vital Básico** deberán contar según el Real Decreto 836/2012, al menos, con un conductor que esté en posesión del título de formación profesional de técnico en emergencias sanitarias, previsto en el Real Decreto 1397/2007, de 29 de octubre, y otro en funciones de ayudante que ostente, como mínimo, la misma titulación.

Las ambulancias de **Soporte Vital Avanzado**, según el Real Decreto 836/2012, deberán contar, al menos, con un conductor que éste en posesión del título de formación profesional de técnico en emergencias sanitarias antes citado o correspondiente título extranjero homologado o reconocido, con un enfermero que ostente el título universitario de Diplomado en Enfermería o Grado. Asimismo, cuando la asistencia a prestar lo requiera deberá contar con un médico que esté en posesión del título universitario de Licenciado en Medicina o título de Grado que habilite para el ejercicio de la profesión regulada de médico.

# 3

## Relación de puestos de trabajo

- **Facultativo de Emergencias:** en cada turno de trabajo la unidad médica consta de un Facultativo. Para desempeñar dicho cometido, necesitan únicamente poseer la Licenciatura/ Grado en Medicina.
- **Diplomado Universitario en Enfermería:** en cada turno de trabajo la unidad tiene un Enfermero. Para desempeñar dicho cometido, necesitan únicamente poseer la Diplomatura/Grado en Enfermería.

Las actividades que llevan a cabo los médicos y enfermeros de las distintas unidades son las de llevar a cabo la atención sanitaria “in situ” (vía pública, domicilios, carreteras, autovías...) que sea precisa en aquellas situaciones de urgencia y/o emergencia según la activación del CAUE, Centro de Atención de Urgencias y Emergencias 112 Extremadura. Cuando el personal no tiene actuación de urgencia a la que acudir, la actividad laboral que desempeñan consiste en una serie de actividades destinadas a mantener en óptimas condiciones el servicio.

Centrando este análisis en los Técnicos de Emergencias Sanitarias, estos, pertenecen actualmente a empresas de carácter privado con las que la Junta de Extremadura concierta la prestación del servicio. Dentro de los técnicos de

emergencias sanitarias, distinguimos dos categorías de manera principal: el Conductor y el Camillero.

- **Técnico en Transporte Sanitario TTS, Conductor:** empleado que es contratado para conducir los vehículos de asistencia sanitaria, estando en posesión del correspondiente permiso de conducir (B y BTP). Realiza las tareas auxiliares y complementarias relacionadas con el vehículo, así como lleva a cabo tareas relacionadas con el enfermo y/o accidentado necesarias para la correcta prestación del servicio. La empresa estará obligada a facilitar y asumir el coste de la formación necesaria para acceder a la titulación y/o certificación, que en cada caso exijan las entidades beneficiarias del servicio.
- **Técnico de Transporte Sanitario TTS, Camillero:** Tiene las tareas propias de camillero y conocimientos sanitarios para la atención y seguimiento del paciente, realizando las tareas auxiliares y complementarias relacionadas con el vehículo y el enfermo y/o accidentado necesarias para la correcta prestación del servicio.
- Adicionalmente, según convenio de sector, viene recogida una tercera categoría de TES Ayudante de Conductor y Camillero. Tendrá las tareas

propias de camillero y conocimientos sanitarios para la atención y seguimiento del paciente, realizando las tareas auxiliares y complementarias

relacionadas con el vehículo y la persona enferma o accidentada, necesarias para la correcta prestación del servicio.

Para desempeñar dichos cometidos, ambos técnicos necesitan poseer actualmente, según el Real Decreto 1397/2007, de 29 de octubre, el título oficial de Formación Profesional de Grado Medio: Técnico en Emergencias Sanitarias, cuya duración es de 2000 horas.

## 4

# Funciones del Técnico de Transporte Sanitario

Esta guía se centra principalmente en los dos puestos del transporte sanitario que son el conductor y el camillero.

En ambos casos, en multitud de ocasiones, simultanean las tareas llevadas a cabo, pues, tanto por el conductor como por el camillero son las mismas, ya que el conductor, muchas veces asiste solo en la ambulancia, por lo que tiene que desempeñar las funciones propias del camillero, e igualmente, pueden darse casos en los que el camillero disponga de carné de conducir por lo que podrá llevar a cabo, del mismo modo, las tareas de conductor.

Entre las funciones o tareas que debe llevar a cabo el Conductor y/o Camillero se encuentran:

- Conducción del vehículo de transporte sanitario para el transporte de personas enfermas, lesionadas o convalecientes evitando daños sobreañadidos durante el mismo.
- Colocar a los pacientes en camillas, sillas de ruedas, asientos, y disponerlos para un transporte adecuado.
- Introducir las camillas o sillas de ruedas en la ambulancia.
- Prestar primeros auxilios en caso necesario.
- Colaboración con el personal sanitario para la atención rápida del paciente en caso de emergencia.
- Inmovilización de fracturas y/o miembros lesionados y en ocasiones deben atar a pacientes violentos.
- Informar de los hechos relacionados con un accidente o una urgencia al personal hospitalario o a los Cuerpos de Seguridad del Estado.



# 5

## Medidas preventivas asociadas a los distintos riesgos del sector

Propuesta de medidas preventivas asociadas a los riesgos laborales, según disciplina preventiva (Seguridad en el Trabajo, Higiene Industrial y Ergonomía y Psicología Aplicada), y puesto de trabajo, dirigidas al conductor/camillero:

### ACCIDENTES DE TRÁFICO



- Respetar en la medida de lo posible, el Código de Circulación.
- Uso de cinturón de seguridad, tanto el conductor como los demás ocupantes de la ambulancia.
- Utilización correcta de luces y sirenas.
- Si bajo la responsabilidad del conductor se salta un Stop, semáforo en

rojo, etc., asegurarse de realizarlo en condiciones de seguridad tanto para el conductor y los ocupantes, como para el resto de usuarios de la vía.

- Asistir a los cursos de formación sobre seguridad vial y conducción en casos extremos, y poner en práctica todas aquellas indicaciones que se impartan.
- Uso de chalecos reflectantes.

### ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS



- Si se ha de asistir a un accidente en carretera se deberá estacionar la ambulancia a una distancia prudente del accidente y próxima al arcén para no permitir el paso de vehículos.
- Bajar siempre de la ambulancia por

el lateral más alejado a la vía por la que circulan los demás vehículos.

- Señalizar la zona con conos y mantener la señalización luminosa para alertar al resto de conductores.
- Utilización de ropa reflectante.

### CAÍDA DE OBJETOS POR DESPLOME O DESPRENDIDOS



- Asegurarse que todo el material y equipamiento de la ambulancia se encuentra bien sujeto y no hay riesgo de caída.
- Verificar que los objetos guardados en armarios, cajones, etc., de la ambulan-

cia no sobresalen de los mismos.

- Utilizar casco en aquellos casos en los que haya que recoger pacientes en lugares peligrosos con riesgo de desprendimientos, caídas de objetos, etc.

## CAÍDAS AL MISMO Y DISTINTO NIVEL

- Procura mantener limpia, ordenada y libre de obstáculos el interior de la ambulancia.
- Los suelos de las ambulancias deben ser antideslizantes.
- Si se produce algún derrame en la ambulancia o en la zona de paso, poner especial atención en no resbalar y añadir un material absorbente



sobre el mismo para eliminarlo.

- Utilización de calzado de seguridad con suela antideslizante.
- Evitar que existan cables sueltos en el interior de la ambulancia.
- Bajar correctamente de la ambulancia utilizando las escaleras y puntos de apoyo correspondientes.

## GOLPES Y CHOQUES CONTRA OBJETOS

- Cerrar los cajones y armarios del mobiliario de la ambulancia después de utilizarlos para evitar golpes innecesarios.
- Mantener limpio y ordenado el interior de la ambulancia.
- Disponer de una iluminación adecuada con las tareas que se realizan,



si no es así, informar de ello para que la sustituyan, cambien las luminarias fundidas, etc.

- Cuando se realicen movimientos en el interior de la ambulancia, poner especial atención para evitar golpes con las camillas, sillas, equipos, etc.
- Utilizar calzado de seguridad.

## ATRAPAMIENTOS POR O ENTRE OBJETOS

- Durante el traslado, las camillas, sillas, etc., deberán estar sujetas correctamente para evitar desplazamientos de las mismas.



- En la movilización de pacientes prestar especial atención a las zonas de paso y vías de acceso por las que se transita.

## VUELCO DE MAQUINARIA

- Poner especial atención en la conducción siguiendo las normas de seguridad vial y evitando choques con los demás vehículos de la vía.
- Situar siempre la ambulancia en un terreno estable, alejado de desnive-



les, con el freno de mano puesto y la marcha correspondiente.

- Procurar tomar las curvas a una velocidad moderada, de modo que se garantice la estabilidad de la ambulancia.

## CORTES POR OBJETOS



- Verificar que todos los revestimientos interiores de la ambulancia (de armarios, equipos, mobiliario, rampa de la ambulancia, etc.) son lisos y no disponen partes cortantes sin proteger.

- Mantener limpio y ordenado el lugar de trabajo.
- Si se ha utilizado algún material o utensilio cortante, guardarlo posteriormente para evitar cortes o accidentes innecesarios.

## CONTACTOS TÉRMICOS



- El mantenimiento de las ambulancias se realizará siempre por personal cualificado.
- Poner especial atención cuando se

movilice la ambulancia y al subir y bajar de la misma, cuando esté en marcha para no sufrir quemaduras por contacto con el tubo de escape de la misma.

## CONTACTOS ELÉCTRICOS



- Todas aquellas operaciones de mantenimiento y reparación de los sistemas eléctricos de la ambulancia serán llevados a cabo por personal especializado.
- Se deben evitar cables o conductores sin proteger, así como las con-

exiones múltiples de los equipos que lleva la ambulancia.

- Si el trabajador debe manipular algún elemento o equipo eléctrico, lo hará siguiendo las instrucciones del fabricante y utilizará guantes y botas aislantes en caso necesario.

## INCENDIO Y EXPLOSIÓN



- Comprobar que las ambulancias están dotadas de extintores.
- Comprobar que los extintores han pasado las correspondientes revisiones de forma periódica (trimestral, anual y retimbrado).
- Comprobar que las botellas de oxígeno están debidamente sujetas en posición vertical, así como debidamente señalizadas y etiquetadas.

- Comprobar que las botellas de oxígeno no tienen golpes y/o fugas.
- Evitar la utilización de materiales que puedan producir chispas electrostáticas.
- No colocar papeles, cartones, etc., cerca de cables o equipos eléctricos.
- Asistir a los cursos de formación sobre extinción de incendios que se impartan.

## EXPOSICIÓN A AGENTES BIOLÓGICOS



- Utilizar siempre guantes de látex.
- Utilizar mascarilla cuando exista riesgo por exposición a enfermedades contagiosas.
- Utilizar protección ocular si existe riesgo de salpicaduras.
- Limpiar rápidamente los posibles fluidos que se puedan generar (salpicaduras de sangre, etc.) con solución desinfectante.
- Depósito de agujas en un contenedor específico sin realizar el encapsulado.
- Realizar una adecuada limpieza y desinfección de la ambulancia.
- Disponer de un recipiente impermeable y correctamente señalizado para depositar aquellos objetos contaminados con sangre u otros fluidos corporales.
- Llevar una correcta higiene personal.
- No fumar, comer, beber ni masticar chicle durante el trabajo.
- Cuando el trabajador sospeche o tenga indicios de algún tipo de contagio, lo comunicará inmediatamente a la empresa para que se adopten las medidas que resulten oportunas.

## EXPOSICIÓN A AGENTES QUÍMICOS



- Disponer de las fichas de seguridad de todos los productos químicos de los que se dispone en la ambulancia.
- Informarse sobre el correcto uso, almacenamiento y manipulación de los productos.

## RUIDO



- Realizarse los reconocimientos médicos con la periodicidad que corresponda en cuanto a los controles de audición se refiere.
- Mantener siempre que sea posible la ambulancia con las ventanas y puertas cerradas para evitar ruidos del exterior.

## VIBRACIONES



- Verificar que el asiento esté en buen estado.
- Ajustar el asiento y adaptarlo al tamaño y alcance del técnico que vaya a conducir.
- Realizar las rutas por aquellos lugares donde el terreno sea más llano.

## EXPOSICIÓN A RADIACIONES



- Utilizar gafas de sol adecuadas para la conducción, es decir, aquellas que permitan el contraste entre colores y que no sean demasiado oscuras (filtro solar de tipo 3 como máximo).

- Usar gafas polarizadas ya que eliminan los reflejos.
- Tener especial cuidado con el amanecer y puesta de sol en las curvas o cambios de rasante.



## TEMPERATURA

- Utilizar la ropa adecuada según las condiciones ambientales (ropa ligera con altas temperaturas y ropa de abrigo a bajas temperaturas).
- Evitar, dentro de lo posible, las co-

rrientes de aire.

- Si la temperatura en el interior es muy elevada (fallo de la climatización), ingerir agua o bebidas isotónicas de forma frecuente.



## CARGA FÍSICA: SOBRESFUERZOS

- Siempre que sea posible utilizar medios auxiliares (camillas o sillas de ruedas) para el desplazamiento de pacientes.
- Intentar manipular las camillas entre dos trabajadores o los que se consideren necesarios según las circunstancias.
- Si por las circunstancias no se pueden utilizar los medios mecánicos o técnicos de los que se dispone, al manipular manualmente a los pacientes se deberán:
- Separar los pies para proporcionar una postura estable y equilibrada.

- Doblar las piernas manteniendo en todo momento la espalda derecha.
- No girar el tronco ni adoptar posturas forzadas.
- Utilizar calzado de seguridad.
- Utilizar faja o protección lumbar para aquellos casos en los que se considere necesario.
- Asistir a los cursos de formación sobre manipulación manual de cargas (en este caso, sobre la correcta manipulación de los pacientes) que se impartan.
- Practicar alguna actividad física de forma regular.



## CARGA FÍSICA: CONDUCCIÓN

- Adoptar una postura correcta durante la conducción manteniendo la espalda recta en todo momento.
- Colocar el asiento según las caracte-

rísticas de cada trabajador.

- Realizar pausas o descansos durante la jornada para poder cambiar de postura.

## FATIGA VISUAL



- Hacerse una revisión anual de la vista, aunque no se lleven gafas ni lentillas.
- Si se llevan gafas graduadas, llevar siempre la graduación correcta, los cristales limpios y sin ralladuras.
- Si se utilizan gafas graduadas llevar unas de repuesto.
- Usar gafas polarizadas para evitar reflejos y alteraciones de colores al volante.
- Aumentar el ritmo de parpadeo para prevenir la fatiga (sobre todo si se utilizan lentillas).
- Si se usan de lentes de contacto, tener especial cuidado ya que el aire acondicionado de la ambulancia puede provocar sequedad en los ojos y molestias (utilizar colirio o gotas humectantes en estos casos).
- No mirar fijamente a los faros de los vehículos que vienen de frente para evitar deslumbramientos.
- Colocar correctamente los espejos para mejorar la visibilidad.
- Los parabrisas deben estar en perfecto estado (limpios y sin ralladuras) para evitar una mala visibilidad y reflejos de luz, si no fuera así, se comunicará a sus responsables para sustituirlos.

## CARGA PSÍQUICA



- Intentar mantener la calma en todo momento, sobre todo en el transporte urgente cuando hay que conducir a altas velocidades.
- Si se trabaja a turnos, tener en cuenta que se deben respetar los ciclos del sueño.
- Realizar los descansos establecidos durante la jornada laboral.
- En la atención a personas violentas, con problemas psiquiátricos, etc., que puedan agredir físicamente al trabajador se deberá pedir ayuda a los Cuerpos de Seguridad del Estado.
- Asistencia a cursos de formación que organice la empresa sobre atención al paciente, técnicas de relajación, etc.
- Procurar seguir una dieta de alimentación equilibrada: dos raciones del grupo de carne, dos raciones del grupo de la leche y derivados, cuatro raciones del grupo de hortalizas y frutas, cuatro raciones del grupo del pan y los cereales.
- Se recomienda la realización de comidas ligeras.
- Hacer ejercicio regularmente.



# 6

## Propuestas de actuaciones preventivas generales para empresas del sector

### I. SEGURIDAD EN EL TRABAJO

- Programa de control sobre las revisiones y mantenimiento llevados a cabo en las ambulancias.
- Revisión y verificación del buen estado de la ambulancia, comprobando:
- Revisión periódica según kilometraje, antigüedad, ITV, etc.
- Iluminación: buen funcionamiento de luces interiores y exteriores del vehículo.
- Sistema de climatización adecuado: temperatura interior ideal 17º-27º C.
- Sustitución de piezas en mal estado/desgastadas que puedan suponer un riesgo.
- Mantenimiento adecuado y revisión del sistema de suspensión del vehículo.
- Mantenimiento adecuado y revisión del sistema de amortiguación y asientos.
- Distribución correcta e equipamiento y mobiliario en la cabina asistencial.
- Ubicación del tubo de escape en lado contrario a la entrada y salida de la camilla en el vehículo.
- Programa de mantenimiento de: extintores, botellas de oxígeno, equipos, etc.
- Verificación del buen estado y funcionamiento de los medios técnicos disponibles (camilla, silla, etc.).
- Informar y formar a los trabajadores en prevención de riesgos laborales en el puesto (seguridad).
- Información y formación sobre seguridad vial y conducción en casos extremos.
- Información y formación sobre extinción de incendios, así como sobre medidas de emergencia.
- Proporcionar a los trabajadores EPI's (calzado con suela antideslizante y puntera reforzada, ropa y chaleco reflectante, casco, gafas, mascarillas, guantes, etc.
- Se recomienda que la uniformidad cumpla con la normativa UNE 471 de prendas de alta visibilidad.



## II. HIGIENE INDUSTRIAL

- Llevar a cabo una buena comunicación entre la empresa y los trabajadores para obtener una información correcta sobre los tipos de EPI's que los trabajadores deben utilizar para evitar un posible contagio de una enfermedad infectocontagiosa.
- Llevar a cabo un protocolo de manipulación y tratamiento de residuos sanitarios, así como una correcta información y formación al trabajador.
- Protocolo y correcta limpieza y desinfección de la ambulancia.
- Insonorización de las cabinas de la ambulancia para disminuir la exposición al ruido.
- Llevar a cabo evaluaciones higiénicas sobre la exposición a ruido, iluminación y temperatura en el Puesto de trabajo en el interior de la ambulancia.
- Llevar a cabo reconocimientos médicos anuales facilitando que sean durante la jornada laboral.
- Realizar audiometrías en el reconocimiento médico.
- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos a los que están expuestos en su puesto de Trabajo relacionados con la Higiene Industrial (agentes biológicos, ruido, vibraciones, temperatura, radiaciones, etc.).
- Informar y formar al trabajador en los beneficios de la vacunación, control de la cartilla vacunal, agentes infecciosos (VIH, Hepatitis B y C y Tuberculosis).
- Disponer los trabajadores de las fichas de seguridad de todos los agentes químicos con los que estén en contacto/utilicen.
- Proporcionar a los trabajadores todos los EPI's que sean necesarios para desarrollar las actividades (guantes, mascarillas, gafas protectoras, etc.).

## III. ERGONOMÍA

- Fomentar el uso y la revisión del buen estado de funcionamiento de los medios mecánicos de los que se dispone para la movilización y traslado del paciente.
- Formación e información sobre uso y manejo de medios mecánicos y correcta manipulación de pacientes.
- Llevar a cabo un protocolo en cuanto a la vigilancia de la salud para la movilización de pacientes.
- Llevar a cabo un estudio y estadísticas sobre la siniestralidad en el sector en cuanto a bajas por trastornos musculoesqueléticos, puede ayudar a decidir aquellas medidas preventivas más adecuadas.
- Dotar a los trabajadores de los EPI's necesarios dependiendo de la actividad a realizar (botas de seguridad antideslizantes con puntera reforzada, faja lumbar si precisa, etc.).

- En cuanto a la postura sedente del conductor, vigilar determinados aspectos:
  - **El volante:** altura, profundidad, tamaño, ubicación, etc.
  - **Los pedales:** altura adecuada (rodillas ligeramente flexionadas) fáciles de presionar. Recomendable el uso de embrague automático
  - **Asiento:** apoyo lumbar y apoyo cervical
  - **Cinturón de seguridad:** regulación adecuada de altura
  - **Controles** de la cabina accesibles y correcta colocación de espejos interiores y exteriores
- Formar e informar al trabajador sobre posturas



adecuadas, evitando sobrecargas y vicios posturales (postura de 90°: articulaciones de rodilla, cadera y codos flexionados 90°).

- Fomentar en el trabajador las pausas/descansos durante la jornada de trabajo (levantarse y caminar).
- Apoyar los pies en el suelo (no deben estirarse los pies para alcanzar los pedales en su totalidad).
- Fomentar las posturas inadecuadas como son el giro de tronco o de cuello, es decir, trabajar sobre el giro completo del cuerpo.
- Informar y formar sobre correctos estilos de vida: alimentación, alcohol, drogas, toma de medicación, ejercicio físico, ciclos del sueño, etc.

# 7

## Equipos de Protección Individual

Los principales Equipos de Protección Individual que son necesarios utilizar por los trabajadores y que deben ser facilitados por las empresas del sector de transporte sanitario son, entre otros:

- Calzado de Seguridad
- Guantes
- Gafas
- Mascarillas
- Ropa de alta visibilidad

Tanto los trabajadores de transporte urgente como de transporte programado utilizan ropa de alta visibilidad, calzado de seguridad y guantes.

# 8

## Anexos

### A. PREVENCIÓN DE LESIONES EN LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

El riesgo principal al que se enfrentan los trabajadores del sector de transporte sanitario radica en la movilización directa de los pacientes, teniendo en cuenta que las características fisiológicas entre un paciente y otro varían (peso, dimensión, etc.).

Además, las circunstancias de la movilización de los pacientes no siempre es la misma, es decir, lugar y entorno en el que se encuentran los pacientes no siempre es una amplia habitación en la que puedan manejarse con soltura las personas, sino que nos encontramos con pisos sin ascensor, escaleras estrechas, zonas con iluminación inadecuada, y todas estas dificultades se complican aún más en el transporte urgente, ya que la actuación debe ser lo más rápida y eficaz posible.

Relacionado íntimamente con el manejo de pacientes y las lesiones que pueden desarrollar los trabajadores del sector del transporte sanitario, está el mantenimiento de posturas forzadas durante la jornada laboral, y que influye negativamente en la salud de estos trabajadores. A esta circunstancia se une que estos trabajadores tienen muy poco tiempo por no decir ninguno para la realización de pequeñas pausas o descansos motivados por las propias necesidades del trabajo.



Los métodos de movilización y transporte que se desarrollan por los profesionales del sector sociosanitario dependen del grado de autonomía de la persona, ésta puede ser:

- Dependencia baja: no necesitan más de un 25% de ayuda de una tercera persona.
- Dependencia media: necesitan entre un 25% y un 50% de ayuda de una tercera persona.
- Dependencia alta: necesitan más de un 50% de ayuda de una tercera persona.

Con las operaciones realizadas de forma manual, al requerir de un mayor esfuerzo, existe más probabilidad de producirse un traumatismo musculoesquelético. El

transporte y movilización a pacientes con dependencia alta debe realizarse, si es posible, entre varios profesionales para disminuir este riesgo.

De forma general para cualquier transporte y movilización hay que tener presente las siguientes consideraciones:

- Planificar la movilización o transporte teniendo presente los obstáculos existentes y las condiciones del suelo (irregular o resbaladizo). Los agarres deben ser firmes.
- Evitar los giros e inclinaciones de tronco y mover los pies para estar de frente a la tarea.
- Realizar reposos de recuperación según las exigencias de la actividad.
- Manipular el paciente cerca del tronco, con la espalda recta y a una altura comprendida entre los codos y los nudillos.
- Durante el transporte o movilización es necesario mantener el mentón metido para estabilizar la columna cervical.
- Separar los pies para proporcionar una postura estable y equilibrada, colocando un pie más adelantado que el otro.
- Flexionar las piernas y durante las movilizaciones cargue el peso de su cuerpo de una pierna a la otra mientras mantiene la espalda recta.
- Realizar los movimientos de forma suave, no dando tirones ni moverla de forma rápida o brusca.
- En los procesos de transporte de accidentados, se recomienda empujar en lugar de tirar.

Para un correcto transporte y movilización de personas dependientes es necesario el uso de calzado con suela antideslizante para proporcionar un adecuado acoplamiento con el pavimento y no provocar resbalones y caídas que aumenten el riesgo de lesión.

Cuando el transporte del enfermo se realice mediante silla de ruedas, el paciente deberá estar bien sujeto para evitar caídas en el desplazamiento y se empujará desde la parte de atrás de la misma, agarrándola por las empuñadoras para mantener las muñecas en posición neutra.



Flexión correcta de miembros inferiores

El alejamiento de las cargas y alcances respecto al centro de gravedad del cuerpo es un factor fundamental en la aparición del riesgo dorsolumbar producido en las tareas de transporte, movilización y atención de personas dependientes. Existe más riesgo cuando el alcance está separado del cuerpo, con la espalda inclinada y girada, por encima de la altura de los hombros y debajo de los nudillos de las manos.

Con respecto a las medidas preventivas a adoptar, las empresas del sector optan como medida más eficaz por una formación adecuada, que permita a este colectivo de trabajadores la realización de sus tareas con una correcta higiene postural que les permita sobre todo evitar las lesiones derivadas de sobreesfuerzos, movimientos repetitivos, posturas forzadas, etc...

Así mismo, es importante resaltar como medida preventiva eficaz para los trabajadores del sector llevar a cabo una correcta alimentación y un buen descanso, circunstancias que ayudarán sin duda alguna al desarrollo de una adecuada jornada laboral.

## B. ACTUACIONES EN CASO DE PRIMEROS AUXILIOS

Prestar los primeros auxilios a una persona que lo necesita es una situación muy estresante para el técnico, ya que se va a enfrentar a situaciones en las que las lesiones, el sufrimiento y la presión por parte del herido, familiares y/o espectadores van a estar constantemente a nuestro alrededor.

Todo esto hace que el técnico deba estar preparado psicológicamente para hacerles frente.

El estrés es una respuesta del organismo ante un determinado estímulo. No es una respuesta negativa, sino una reacción adaptativa que pone a disposición del organismo una importante cantidad de recursos excepcionales a los que recurrimos en los momentos más apasionantes a los que asistimos o de los que participamos.

Únicamente cuando esas respuestas del organismo son excesivamente frecuentes, intensas o duraderas, pueden aparecer consecuencias negativas.

Los signos del estrés son: irritabilidad hacia los compañeros, familia, amigos o pacientes, incapacidad para concentrarse, agotamiento físico, dificultad para dormir, ansiedad, indecisión, pérdida de apetito, pérdida de interés por el trabajo, depresión, alteraciones orgánicas, etc.

Algunas recomendaciones para prevenir el estrés son:

■ **En el ámbito PERSONAL:** Gestiona tu tiempo personal realizando actividades satisfactorias que aporten distracción, relajación y disfrute y que te ayuden a evadirte del trabajo.

- Tener tiempo libre y realizar aquello que siempre hemos pensado, nos ayudará a sentirnos mejor.
- Fomentar las relaciones personales con la que poder compartir intereses e inquietudes y también frustraciones y sentimientos.
- Incorporar hábitos de vida saludables como seguir una dieta equilibrada, realizar alguna actividad física (caminar, correr, nadar...).

- Todo ello ayuda a afrontar y superar mejor las contrariedades.
- El descanso es imprescindible. Dormir es un aspecto básico para regenerar el cuerpo y la mente teniendo una repercusión en el estado anímico de la persona.
- En el supuesto que aparezcan síntomas fisiológicos, practica alguna técnica de respiración y relajación. Estas técnicas ayudan al descanso del cuerpo, permiten la recuperación de la fatiga mental y corporal.

■ **En el ámbito LABORAL:** Siempre que sea posible, planifica y organiza tu tiempo.

- Prioriza las tareas por orden de importancia y premura de tiempo.
- Promueve un buen clima con las personas de tu entorno.
- Comparte con tus compañeros experiencias y situaciones comunes y busca respuestas conjuntamente.
- Afronta activamente las situaciones problemáticas y busca soluciones que favorezcan la comunicación con los demás.
- Se consciente de la importancia de tu trabajo y del valor que tiene para las personas a las que prestas el servicio.
- Procura potenciar la empatía, piensa que las otras personas también pueden tener motivos para estar nerviosas.
- Conseguir conciliar la vida profesional, familiar y personal, es imprescindible para prevenir el estrés.
- Enfoca las situaciones desde diversos puntos de vista, esto te ayudará a distanciarte de los problemas.
- No dudes en buscar apoyo social, el compartir y expresar sentimientos negativos te ayudará a relativizar los problemas y a liberar tensiones.
- Lleva un estilo de vida saludable tanto a nivel físico como psicológico, esto ayudará a resolver los problemas de una manera más eficaz.

### C. RIESGO DE LOS CONTAMINANTES BIOLÓGICOS

El riesgo biológico se entiende como la probabilidad que tiene un trabajador en su puesto de trabajo de sufrir cualquier tipo de infección, alergia o toxicidad causada por microorganismos. Los mecanismos de transmisión de las infecciones son:

- **Transmisión por el aire:** los microorganismos procedentes de las vías respiratorias del enfermo pueden permanecer suspendidos en el aire por periodos largos de tiempo y el trabajador puede infectarse al respirar estas partículas. Vía fundamental de transmisión para la tuberculosis, varicela, sarampión, etc.

■ **Transmisión por gotas:** el personal se puede infectar si las gotas contaminadas que disemina una persona enferma al toser, estornudar o hablar entran en contacto con los ojos, nariz o boca del trabajador.

Dado que estas gotas tienen un tamaño considerable no persisten en el aire y sólo se puede producir la transmisión a distancias inferiores a 1 metro. Esta es la vía fundamental de transmisión para la gripe, tosferina, parotiditis, meningitis, etc.

■ **Transmisión por contacto:** en este caso el personal ha de tener un contacto directo con una persona enferma infectada (contacto directo) o bien con un objeto contaminado (contacto indirecto). Por esta vía se puede transmitir herpes, sarna, etc.

■ **Transmisión por vía parenteral:** se produce cuando un trabajador, por accidente, se hace alguna herida con un objeto contaminado con productos biológicos de un paciente (sangre y otros fluidos). Es la vía fundamental de transmisión para las hepatitis B y C y para el VIH.

Las precauciones universales constituyen la estrategia fundamental para la prevención del riesgo biológico. Entre éstas conviene destacar la vacunación, las normas de higiene personal y los elementos de protección de barrera (guantes, mascarillas, batas, etc.).



La inmunización activa frente a las enfermedades infecciosas cuando exista riesgo por exposición a agentes biológicos para los que haya vacunas eficaces, ha demostrado ser, junto con las medidas de prevención, uno de los principales medios para proteger al trabajador.

Debe aceptarse que no existen pacientes de riesgo sino maniobras o procedimientos de riesgo, por lo que se han de adoptar precauciones utilizando las barreras protectoras adecuadas en todas las maniobras o procedimientos en los que exista la posibilidad de contacto con la sangre y/o fluidos corporales a través de la piel o las mucosas.

Cuando el técnico deba hacer frente al transporte de un enfermo infecto contagioso se aplicará un procedimiento de actuación que establecerá los procesos de desinfección y limpieza de los vehículos, así como de actuación para los trabajadores.

El material disponible en el vehículo para evitar el contagio en los traslados de pacientes infecto contagiosos es el siguiente:

- Bata o mono desechable.
- Mascarilla desechable.
- Peucos desechables.
- Gafas anti salpicaduras.
- Gorro de material desechable.
- Guantes.

## D. ACTUACIONES EN CASO EXPOSICIÓN AL SARS-COV-2



- Durante las operaciones de recogida y llegada de un paciente infecto contagioso, el técnico deberá colocarse de forma obligatoria los equipos de protección individual anteriormente mencionados.
- Una vez finalizada las maniobras, deberá quitarse el equipo y depositarlo en bolsas habilitadas dentro del vehículo. Posteriormente deberá depositar las bolsas con el material desechable contaminado en la zona de residuos dentro del contenedor que la empresa haya designado para ello. A su vez, se procederá a la descontaminación del vehículo aplicando el protocolo específico establecido por la empresa a tal efecto.
- Cuando en las maniobras de recogida, traslado o entrega, un paciente vierte fluidos contaminantes con los que entra en contacto el técnico y éste no lleva los equipos de protección prescritos por no tratarse de un aislado conocido, utilizará los dispensadores de productos descontaminantes para limpiarse las zonas de su cuerpo que han entrado en contacto, depositará el vestuario contaminado en el contenedor específico y activará el protocolo de limpieza y desinfección del vehículo mediante aerosol de descarga total especialmente diseñado para la higienización y desodorización, por neutralización. Este sistema permite acceder a zonas difíciles y ocupar todo el volumen de la ambulancia. Para la manipulación del producto es necesario utilizar mascarilla de protección respiratoria y guantes contra riesgos químicos, además de ventilar adecuadamente el vehículo tras su descarga.
- Debe proceder a utilizar una loción hidro-alcohólica para la desinfección de manos y antebrazos, debido a contactos de zonas del cuerpo con fluidos contaminantes.
- Es necesaria una adecuada coordinación con el órgano prescriptor del servicio (centro sanitario) para conocer cuáles son los traslados que necesitan un tratamiento de paciente infectado.
- El técnico de transporte sanitario debe estar habilitado para la actuación con un paciente infecto contagioso aportando los equipos de protección individuales adecuados para la prevención del riesgo biológico.
- De forma evidente debe quedar claro que cuando el trabajador sospeche o tenga indicios de algún tipo de contagio, lo comunicará inmediatamente a la empresa para que se adopten las medidas que resulten oportunas.

Quienes trabajan en el sector del transporte sanitario están acostumbrados a las emergencias sanitarias, tanto a pequeña como a gran escala. La actual pandemia de la Covid-19, sin embargo, les ha puesto en una situación excepcional en la que todo

el colectivo ha tenido que adaptarse. Tener que comunicar malas noticias, llevarse a los pacientes solos o contagiar a las familias son algunas de las preocupaciones de los técnicos del transporte sanitario.

Desde hace semanas, el transporte sanitario está dedicado casi exclusivamente a los casos positivos o posibles de coronavirus, ya que otras situaciones como los accidentes de tráfico o los laborales casi han desaparecido. Durante las primeras semanas también se veían menos casos de infartos e ictus, aunque ahora están volviendo a niveles más cercanos a los habituales.

La comunicación con los pacientes en esta situación de incertidumbre es uno de los aspectos que más preocupa a los trabajadores.

No sólo las situaciones más extremas generan angustia a los trabajadores, también los cambios que han sido causados por el contexto de distanciamiento social. La carga mental que soportan los trabajadores del sector sanitario es muy grande, muchas situaciones difíciles con los sentimientos familiares y personales por medio.

Son muchos los profesionales del sector que han acudido a terapia durante la pandemia debido sobre todo a la fuerte carga emocional sufrida.

Por eso, mediante la elaboración de esta guía se pretende enfocar el objetivo en la prevención y la formación de este colectivo de trabajadores, para poder hacer frente a una realidad tan dura como una pandemia.

## 9

## Referencias

### Bibliografía

- *Riesgos laborales en los profesionales del transporte sanitario*, Universidad Oviedo.
- *Guía de buenas prácticas para los riesgos en el transporte sanitario urgente*, Universidad Pública de Navarra.
- *Código de buenas prácticas preventivas en el sector sanitario*, TÉS, Mutua Intercomarcal.
- *Guía técnica preventiva de buenas prácticas en seguridad y salud para los empresarios y trabajadores del sector del transporte sanitario*, UGT.

### Normativa

- Real Decreto 902/2007, de 6 de julio, por el que se modifica el Real Decreto 1561/1995, de 21 de septiembre, sobre jornadas especiales de

trabajo, en lo relativo al tiempo de trabajo de trabajadores que realizan actividades móviles de transporte por carretera.

- Resolución de 15 de septiembre de 2020, de la Dirección General de Trabajo, por la que se registra y publica el Convenio colectivo para las empresas y las personas trabajadoras de transporte sanitario de enfermos/as y accidentados/as.
- Real Decreto 1211/1990, de 28 de septiembre, por el que se aprueba el Reglamento de la Ley de Ordenación de los Transportes Terrestres.
- Real Decreto 1030/2006, de 15 de septiembre, por el que se establece la cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud y el procedimiento para su actualización.



Extremadura

## Gabinete de Asistencia Técnica en Prevención de Riesgos Laborales de UGT Extremadura



información y contacto:

### MÉRIDA

c/ La Legua, 17 · 06800 Mérida · Tel. 924 485 370

### CÁCERES

c/ Abilio Rodríguez Rosillo, 17, Bajo · 10001 Cáceres · Tel. 927 241 350

### ZAFRA

Ada. Constitución, 6 · 06300 Zafra · Tel. 924 552 110

**JUNTA DE EXTREMADURA**

Consejería de Hacienda y Administración Pública