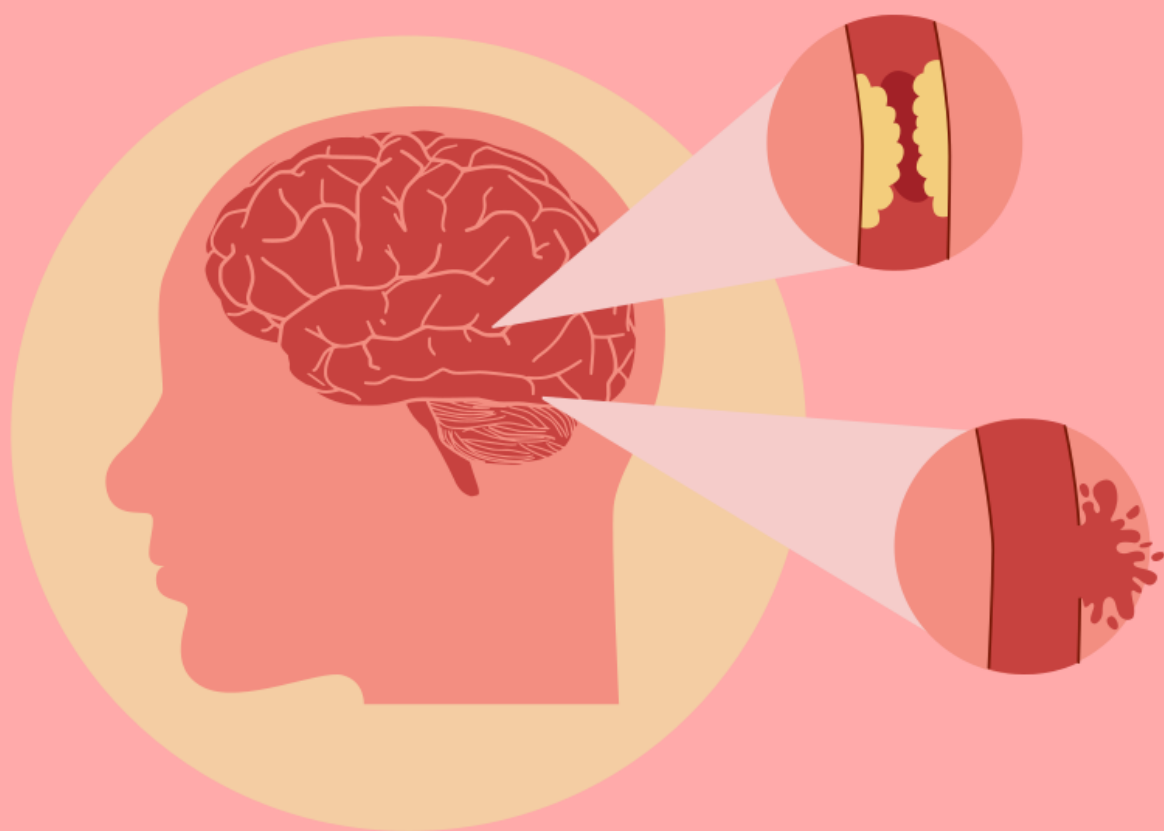


L'ictus en el lloc de treball



Oficina Tècnica de Prevenció de Riscos Laborals
Secretaria de Política Sindical de la UGT de Catalunya

Edició: UGT de Catalunya. Any 2023

Elaboració i dinamització: Oficina Tècnica de Prevenció de Riscos Laborals. Secretaria de Política Sindical UGT de Catalunya

Disseny i maquetació: Comunicació i Imatge UGT de Catalunya

Imatges: SVG Repo; SVG Silh; unDraw

Correcció: Servei Lingüístic UGT de Catalunya

Amb la col·laboració de



Generalitat de Catalunya
Departament d'Empresa
i Treball

a la feina **cap risc**

Índex

Què és?

Signes d'alerta

Com has d'actuar?

Què cal fer?

Què NO hem de fer?

Determinació de l'ictus com a accident de treball

Factors de risc i prevenció

Què és?

L'ictus és una alteració brusca de la circulació de la sang al cervell que provoca que les cèl·lules cerebrals d'una part del cervell morin. També s'anomena *accident cerebrovascular (ACV)*. Es divideix en:

- **Ictus isquèmic:** passa quan s'obstrueix el flux sanguini d'una artèria —a causa d'una placa de greix, de coàguls de sang o d'altres factors— que origina una disminució del reg sanguini en aquesta part del cervell i en pot danyar les cèl·lules per la falta d'oxigen i nutrients. També rep el nom d'*infart cerebral*.
- **Ictus hemorràgic:** passa quan es trenca un vas sanguini i comença a sortir sang on no n'hi hauria d'haver. La sang pot danyar les cèl·lules cerebrals, ja que s'acumula en el teixit cerebral del voltant. Es dona en el 15% dels ictus. També és conegut com a *vessament cerebral*.

L'ictus representa la primera causa de mortalitat en dones i la segona en homes. A més, és la primera causa de discapacitat permanent en adults. Actualment, els ictus i els infarts són la causa de gairebé la meitat dels accidents mortals.



Signes d'alerta

L'ictus és una urgència neurològica. És de vital importància que tots els companys i companyes en coneguin els principals signes d'alarma. Solen aparèixer de forma sobtada.

Pèrdua brusca de mobilitat o de força en mitja part del cos. La persona afectada pot tenir la sensació d'entumiment. Li hem de demanar que aixequi els braços o les cames, i comprovarem com una de les dues parts del cos, l'afectada, tendirà a baixar. Pot tenir dificultats a l'hora d'empassar-se els aliments.

Pèrdua d'equilibri, sensació de vertigen, inestabilitat en caminar.

Paràlisi facial; caiguda o entumiment d'un costat de la cara. Si demanem a la persona que somrigui, la boca se li torçarà cap a un costat i l'altre quedarà pràcticament immòbil.

Mal de cap intens sobtat, persistent, d'intensitat alta i sense causa aparent.

Pèrdua sobtada de visió, total o parcial. Visió doble o borrosa.

Alteració sobtada de la parla: dificultat per expressar-se o ser entès, parla alentida, canvi d'ordre de les síl·labes, mala pronúncia, parla estranya, respostes amb monosíl·labs o amb llenguatge pobre.

Confusió sobtada i dificultat per comprendre.

Falta de sensibilitat, formigueig, adormiment en un costat del cos (cara, braç i/o cama).

Poden haver-hi símptomes previs, d'avís, d'escassa durada, anomenats *atacs isquèmics transitoris*. També cal identificar-los per prevenir un ictus posterior.

Com has d'actuar?

Davant de qualsevol d'aquests signes, cal demanar ajuda. Cada minut que passa, les possibilitats de recuperació es redueixen. Les primeres 3 hores des de l'inici dels símptomes són clau per a la recuperació.



Què cal fer?

- Aviseu el **112**
- Manteniu la calma
- Col·loqueu la persona amb el cap i les espatlles una mica aixecats
- Afluixeu-li la roba
- Demaneu ajuda a altres companys o companyes
- Observeu i anoteu els símptomes per indicar-los als serveis d'urgència
- Si perd la consciència, col·loqueu la persona en posició lateral de seguretat i pareu atenció a la seva respiració
- Si no respira, inicieu la **reanimació cardiopulmonar**

Què NO hem de fer?

- Ignorar els símptomes o esperar que passin
- Donar o deixar que la persona prengui medicació sense prescripció
- Donar-li menjar o aigua
- Deixar que condueixi per anar a l'hospital
- Deixar la persona sola
- Moure la persona, llevat que estigui en una situació de perill immediat
- Sacsejar la persona per despertar-la

Determinació de l'ictus com a accident de treball

Els ictus i els infarts de miocardi esdevinguts en el lloc i temps de treball són reconeguts com a accident laboral independentment dels factors de risc de la persona. No es tracta d'una normativa específica, sinó de la interpretació de la definició legal d'accident de treball i la jurisprudència que se'n deriva:

«Es considera, llevat que hi hagi una prova en contra, que són constitutives d'accident de treball les lesions que pateixi el treballador durant el temps i en el lloc del treball.»

També es consideren com a accident de treball els ictus que puguin patir els delegats i delegades en el desenvolupament de la seva feina de representació dels treballadors i treballadores.

En canvi, en aquesta categoria no s'inclouen els ictus patits in itinere (a l'anada o tornada de la feina), ja que no passen ni en el lloc de treball ni durant la jornada laboral.

Davant una negativa de la mútua a l'hora de reconèixer un accident cardiovascular, aconsellem que demanis assessorament a la teva federació o als Serveis Jurídics del sindicat.

Factors de risc i prevenció

Els principals factors de risc que poden augmentar la probabilitat de patir un ictus són factors metabòlics (hipertensió, diabetis, colesterol alt, majors de 55 anys...), del comportament (sedentarisme, tabac, dieta...) i els factors ambientals i ocupacionals com ara l'exposició a determinats agents químics, estrès, etc.

Consulta els documents elaborats per la UGT de Catalunya per conèixer els factors de risc i com prevenir-los en l'entorn laboral:



Factors de risc cardiovascular: recomanacions per controlar-los



Campanya de promoció de la salut «Millora la teva salut»