CAPACITACION EN SALUD VISUAL



Sointer Ltda.
900 467 017 - 4

Objetivo general

Brindar conocimientos y lineamientos generales relacionados con la **Prevención de Peligros** para lograr su mitigación y control ante el deber y la responsabilidad social de proteger y salvaguardar la vida, la integridad y los recursos en los centros de trabajo y de forma extendida a sus hogares.



Objetivos específicos



Conocer términos de diferentes enfermedades visuales que afectan el desarrollo de las actividades laborales



Reconocer la casuística general de las enfermedades visuales



Reconocer herramientas y dinámicas para prevenir las enfermedades visuales.



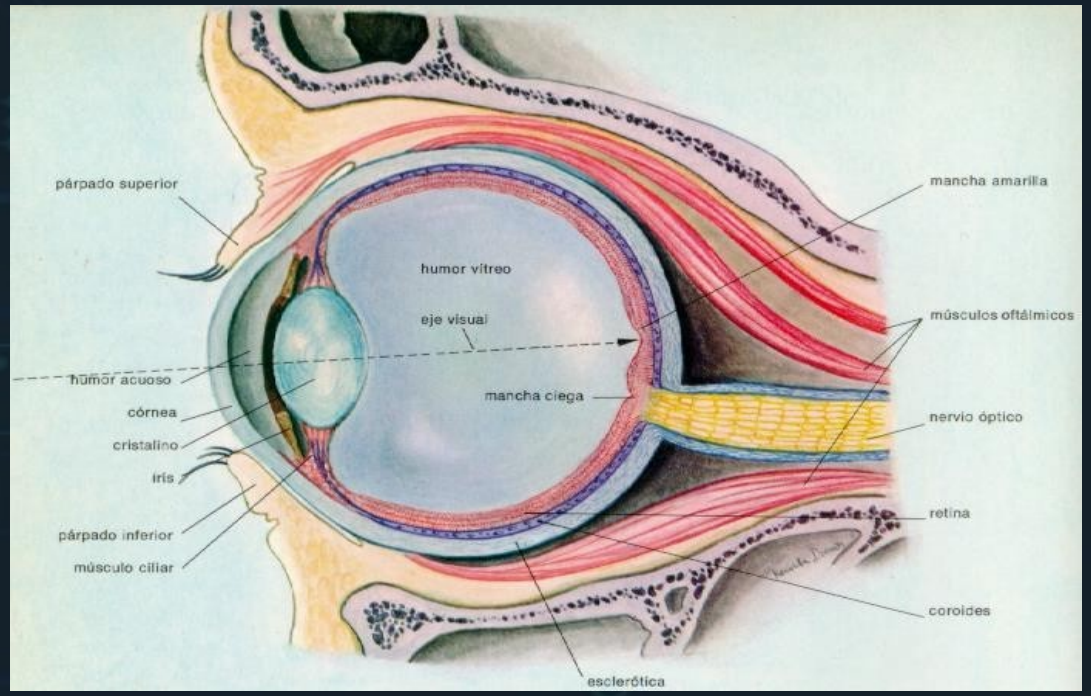
Fomentar ambientes saludables que promuevan el autocuidado de tu salud visual

1 CONCEPTOS



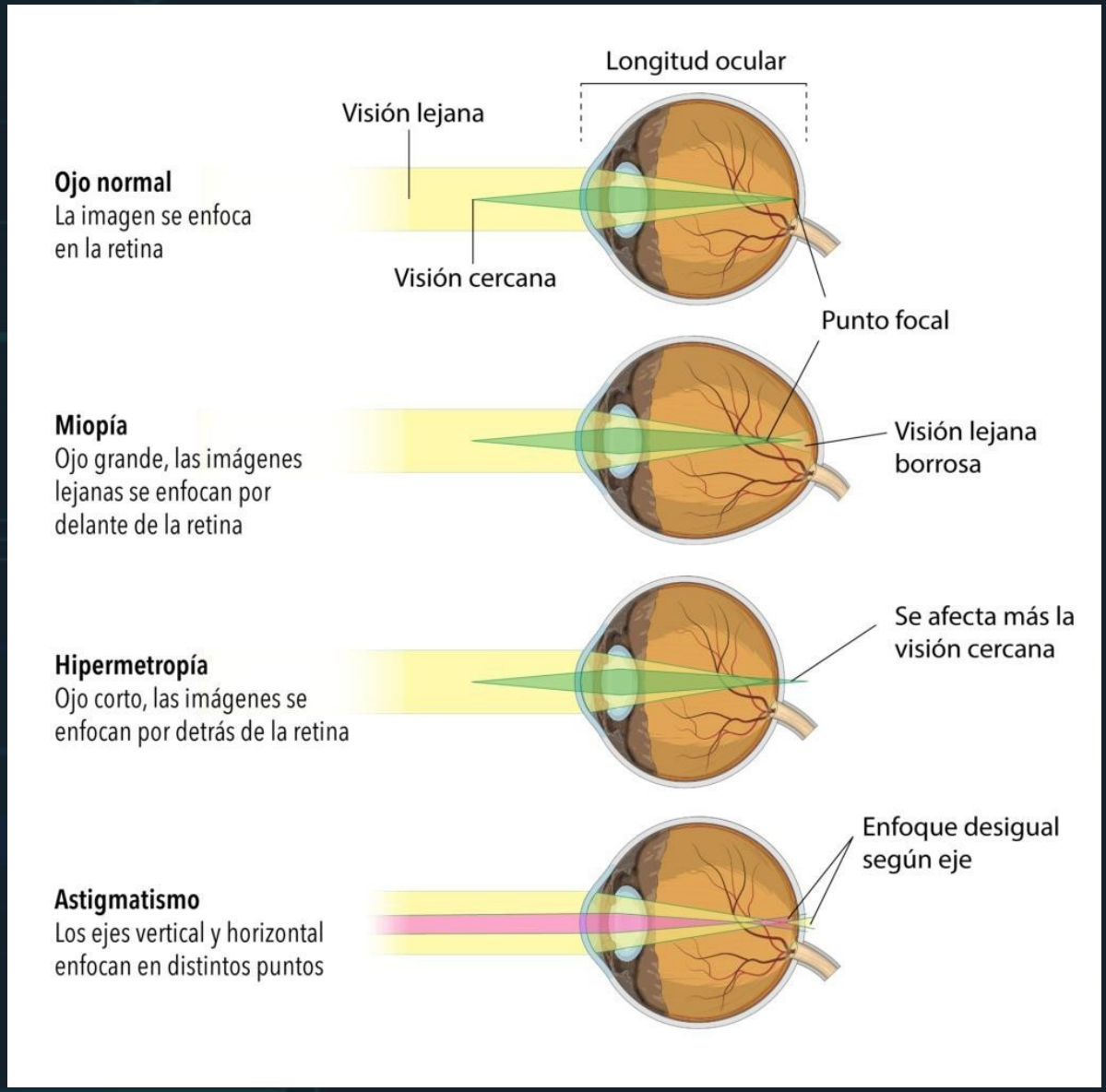
¿Qué es el Sistema Visual?

El sistema visual es una parte del sistema nervioso central que permite a los organismos procesar detalles visuales y detectar e interpretar información de la luz visible para crear una representación del ambiente alrededor. Wikipedia



Trastornos de Refracción

"Errores al enfocar la luz en la retina"



ENFERMEDADES OCULARES

Las enfermedades oculares profesionales son causa frecuente de atención por parte de los oftalmólogos que trabajan en medicina laboral, ya sea como atención primaria y secundaria de accidentados o en el seguimiento y valoración de incapacidad laboral por enfermedades comunes.

En atención de contingencias laborales, la patología ocular representa un 5,8% de las atenciones primarias realizadas; pero las hay que cursan sin avisar y son de detección tardía.



- **Atención primaria:** Es aquella prestación cotidiana, prestada por médicos y enfermeras generales en la consulta del médico, que actúan como primer contacto con el paciente en situaciones que no son de emergencia.
- **Atención secundaria:** Son aquellos servicios prestados por profesionales médicos especializados que suelen ser el segundo contacto con un paciente, a menudo remitido por el proveedor de atención primaria.
- **Atención terciaria:** Es una atención extremadamente especializada durante un período corto o prolongado que implica equipos, tratamientos o procedimientos complejos y avanzados, a menudo para condiciones graves o que ponen en peligro la vida.

ENFERMEDADES OCULARES

Fatiga visual

Es consecuencia de las muchas horas que pasamos fijando la vista ante las pantallas sin ningún tipo de protector visual.
La poca definición de la imagen, la excesiva brillantez, los reflejos y la vibración de las pantallas lo acelera.
También tiene que ver con la continua lectura de documentos y artículos sin una iluminación correcta.

Traumatismo

Es la primera causa de ceguera.
Por delante están las enfermedades médicas de la retina y las cataratas.
Seguidamente vienen los traumatismos.
Se calcula que alrededor de medio millón de ojos dejan de ver en el mundo a consecuencia de traumatismos oculares.



2 GENERALIDADES



ENFERMEDADES POR SECTOR ECONÓMICO

Los sectores más propensos de sufrir una enfermedad ocular profesional por orden de afectación son:

1. Metalurgia
2. Sector doméstico
3. Fabricación de maquinaria
4. Minería
5. Carpintería
6. Construcción
7. Agricultura, pesca y ganadería
8. Cristaleros, pedreros y ceramistas
9. Informática y diseño gráfico
10. Eléctrico



Sointer Ltda.
900.467.017 - 4

3 FATIGA OCULAR



FATIGA OCULAR



- La provoca el exceso de concentración de la vista yla carencia de parpadeo.
- Esto hace que haya menos lágrima en el ojo.
- Las capas más superficiales de la córnea y la conjuntiva requieren estar constantemente bañadas por la lágrima y sus nutrientes. Un ojo sano está cubierto por una fina capa de lágrima, la llamada película lagrimal, que se mantiene estable entre parpadeo y parpadeo.
- De esta forma se consiguen los dos objetivos fundamentales de la lágrima:
  - **Mantener los tejidos sanos**
  - **Aportar calidad visual**
- Esta sequedad puede provocar el **síndrome del ojo seco**, enrojecimiento y escozor de los ojos, alergias, defectos de graduación, dolor de cabeza y carencia de concentración.

SÍNDROME DEL OJO SECO

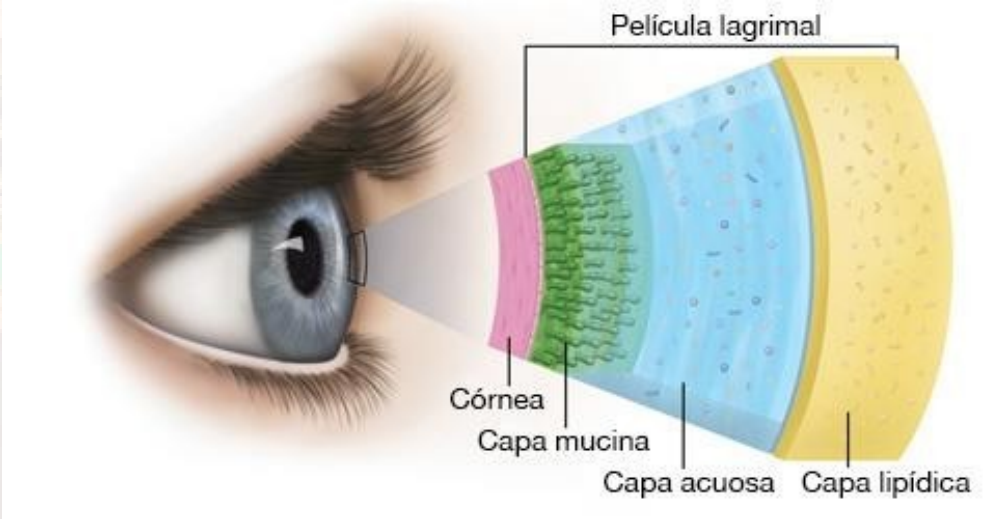


Causas

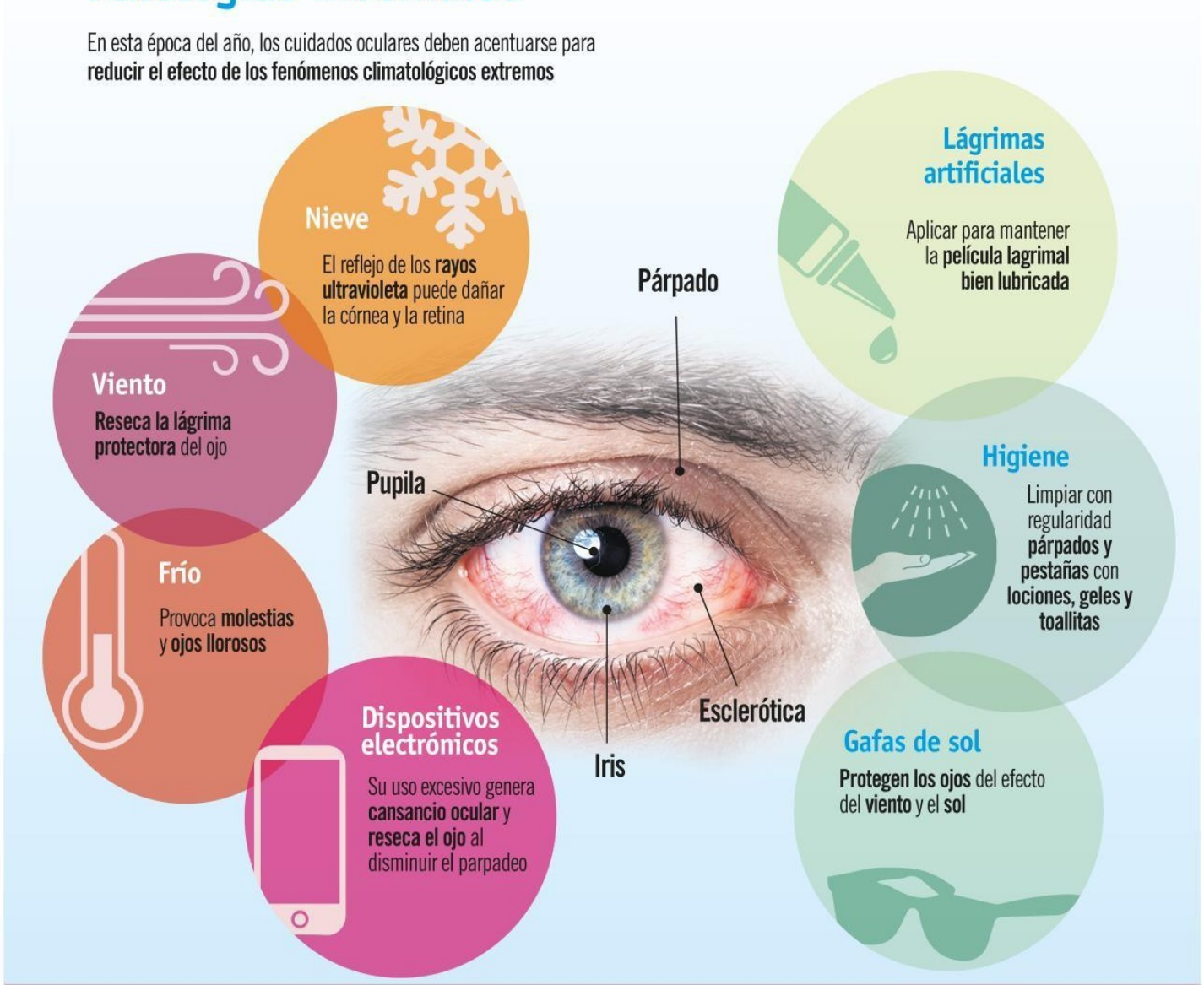
- El síndrome del ojo seco regularmente se presenta en personas que por lo demás tienen buena salud.
- Se vuelve más común con la edad.
- Esto puede ocurrir debido a cambios hormonales que hacen que los ojos produzcan menos lágrimas.
- Una condición llamada meibomianitis, que cambia la película lagrimal normal a veces puede causar o empeorar el síndrome del ojo seco.

Otras causas:

- Ambiente o sitio de trabajo seco (con viento, aire acondicionado)
- Exposición al sol
- Tabaquismo o ser fumador pasivo
- Medicamentos para el resfriado o las alergias
- Usar lentes de contacto
- Calor o quemaduras químicas
- Cirugía previa del ojo
- Uso de gotas para los ojos para otras enfermedades oculares
- Un trastorno autoinmunitario poco común en el que las glándulas que producen las lágrimas son destruidas (síndrome de Sjögren)



Síndrome de Sjögren : enfermedad autoinmune que ataca las glándulas que producen humedad en los ojos, la boca y otras partes del cuerpo



Síntomas

- Visión borrosa
- Ardor, picazón o enrojecimiento en el ojo
- Sensación arenosa o abrasiva en los ojos
- Sensibilidad a la luz

Tratamiento

- Lágrimas artificiales.
- Anteojos
- Medicamento formulado por un especialista

4

TRAUMATISMO





Los traumatismos oculares de origen laboral representan el 23% de los traumatismos oculares totales.

Son la causa más frecuente de traumatismo ocular frente a otras etiologías como accidentes domésticos, ocio, tráfico, deporte y agresiones.

La lesión ocular atendida con mfis incidencia en las poblaciones laborales estudiadas es la úlcera erosión corneal, en trabajadores o del proyección de la metalurgia como consecuencia de una rayo partículas.





¿POR QUÉ SE DAN LOS TRAUMATISMOS VISUALES?

- Accidentes laborales.
- Agresiones.
- Accidentes domésticos, los cuales representan el 50% del total de casos.
- Golpes.
- Práctica deportiva.
- Accidentes de tránsito.
- Perforaciones.
- Productos químicos.

Causas que más generan traumatismos oculares:

- **arrojar arena**
- **volar trozos de madera, metal, vidrio, piedra y otros materiales en el trabajo.**



TRAUMATISMO OCULAR

Las partes afectadas son:

- párpados
- órbita
- nervios
- músculos











Tipo de Traumatismos oculares:

1. Traumatismos oculares mecánicos
2. Traumatismos oculares químicos
3. Traumatismos oculares físicos
4. Traumatismos oculares indirectos



Peligro Mecánico

Conjunto de factores físicos que pueden dar lugar a una lesión por la acción mecánica de elementos de máquinas, herramientas, piezas a trabajar o materiales proyectados, sólidos o fluidos.

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | POSITIVA EDUCA Pensando en ti | TRAVESÍA 2021 FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

Peligro Mecánico



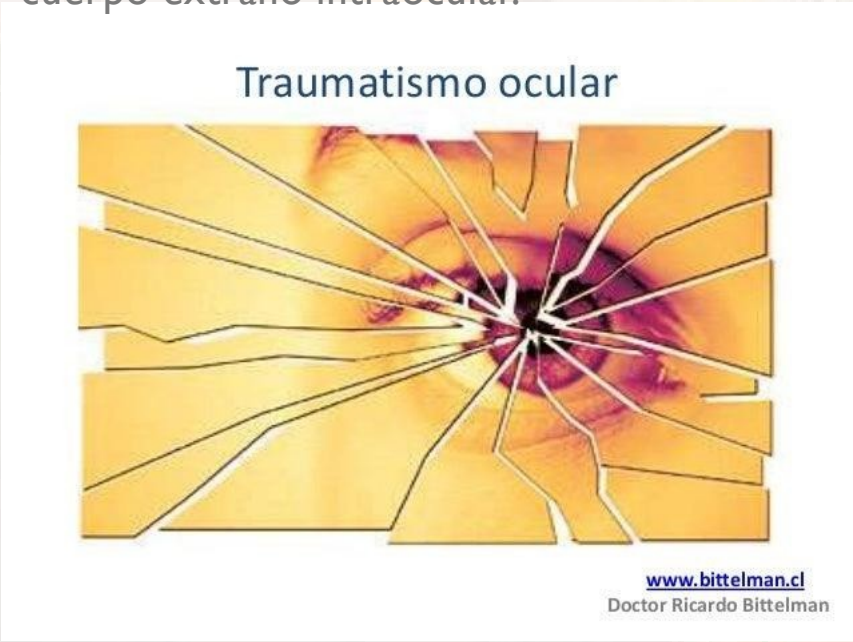
- Proyección de partículas
  Vehículos de trabajo en mal estado
- Maquinaria y/o equipo sin protección
- Manipulación de materiales
- Mecanismos en movimiento
- Manejo de equipos a presión
- Manejo de elementos contundentes
- Manejo de elementos cortopunzantes

Sointer Ltda. 900.467.017 - 4

Traumatismos Oculares Mecánicos

Dentro de los **traumatismos oculares perforantes** encontramos:

- heridas palpebrales,
- traumatismos de las vías lacrimales,
- heridas conjuntivales,
- perforación corneal,
- cuerpo extraño intraorbitario,
- cuerpo extraño intraocular.



Dentro de los **traumatismos oculares no perforantes** encontramos:

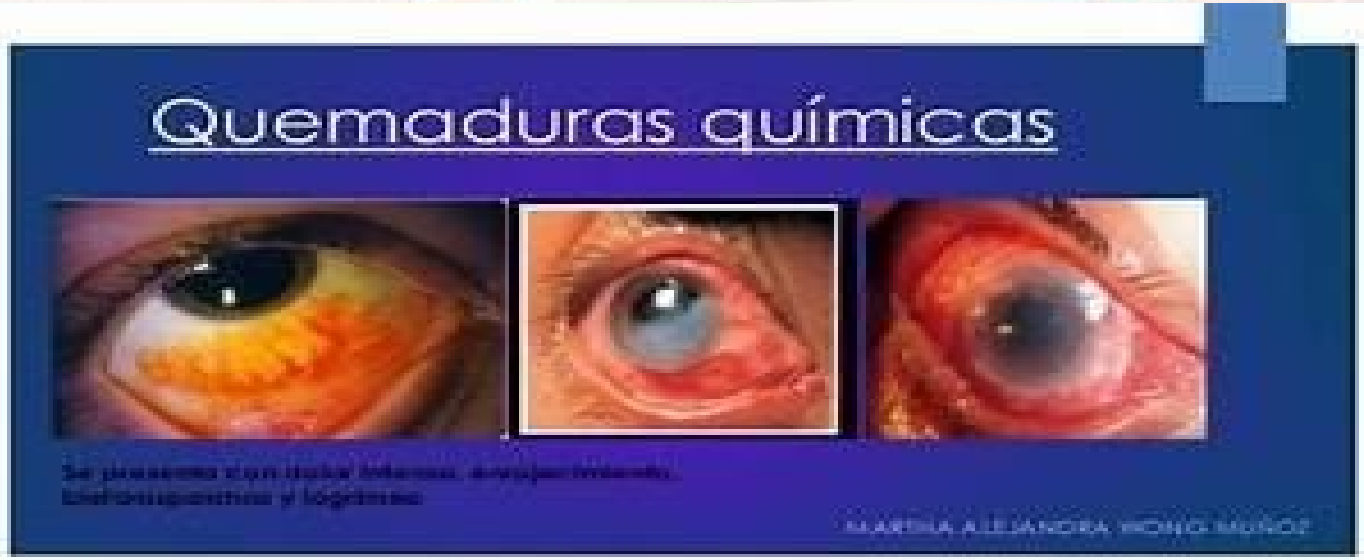
- cuerpos extraños en córnea o conjuntiva,
- hipema,
- alteraciones pupilares,
- iritis traumática,
- iridodiálisis,
- anirídia traumática,
- luxación y subluxación del cristalino,
- catarata traumática,
- hemorragia del cuerpo vítreo,
- desprendimiento vítreo posterior,
- conmoción retiniana,
- hemorragia retiniana,
- desgarros y agujeros retinianos,
- desprendimientos de retina,
- ruptura traumática de coroides,
- lesiones del nervio óptico,
- hematoma retrobulbaria
- fractura por estallido de la órbita.

Traumatismos Oculares Químicos

Es una quemadura química que se produce en el ojo o a su alrededor.

Estos pueden ser provocados por el contacto del párpado o del ojo con varias sustancias como:

- ácidos,
- álcalis,
- detergentes,
- soluciones químicas,
- pegatinas,
- sustancias irritantes,
- gases lacrimógenos



Las consecuencias pueden ir desde una simple irritación ocular hasta ceguera absoluta.

Traumatismos oculares Químicos

La cauticación es una alteración irreversible de los componentes celulares que consiste en la desnaturalización de los lípidos y proteínas celulares.
Es una quemadura química, diferente de la térmica.
Esta desnaturalización se produce en el lugar de contacto del tóxico con un organismo vivo, o en el lugar de concentración de éste en el mismo.

Caustificaciones alcalinas

- Son mucho más peligrosas
- Las bases (como la lejía) penetran mucho más
- Ej: límpido

Caustificaciones ácidas

- los ácidos provocan una inmediata necrosis coagulación de la superficie
- Ej: acido sulfúrico o carbónico



El ácido es una sustancia química que tiene un pH bajo que se encuentra por debajo de un pH 7, mientras que la solución alcalina es una sustancia química que tiene un pH alto que está por encima de un pH 7.
Una solución ácida está compuesta por iones H +, mientras que la solución alcalina está compuesta por iones OH-.
El ácido tiene un sabor amargo donde el sabor de la solución alcalina es amargo.
La textura del ácido es pegajosa, los alcalinos son de textura resbaladiza.

Traumatismos oculares Físicos

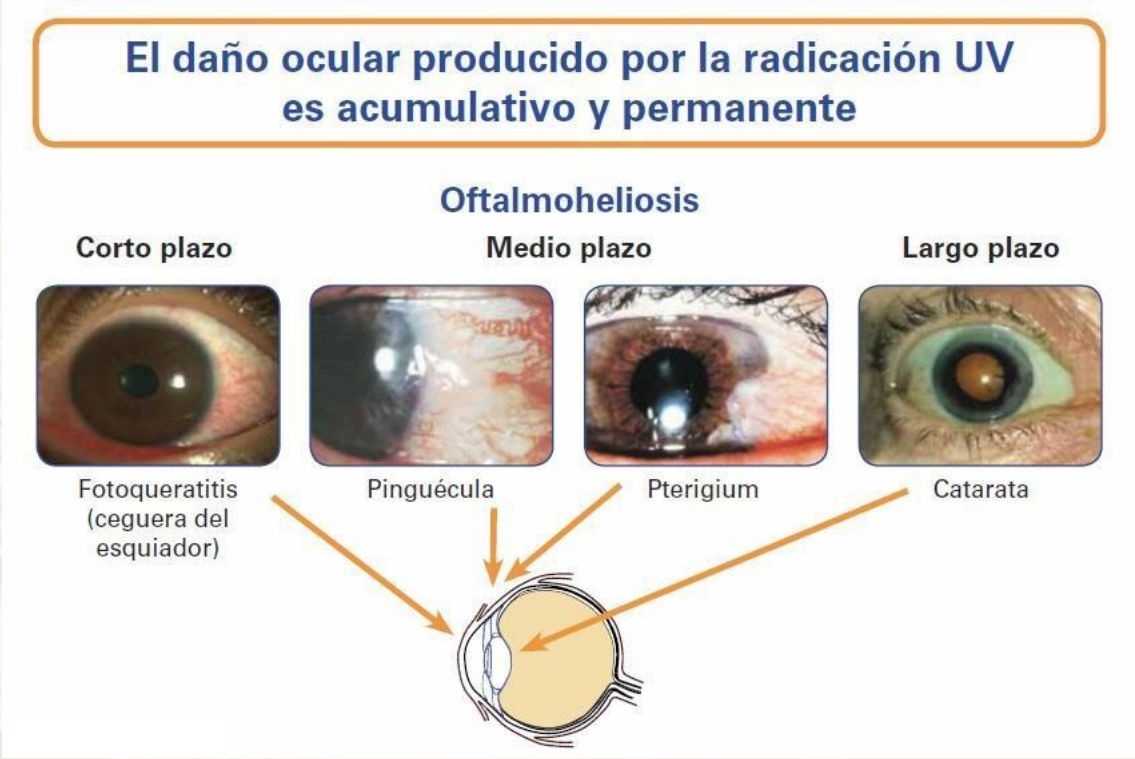
Las más comunes son:

Queraconjuntivitis por radiación ultravioleta

La radiación ultravioleta lesiona solo el epitelio corneal, donde produce una necrosis. La casuística se da por mirar la llama de un soldador sin careta o estar sometido a una alta concentración lumínica solar sin llevar ojeras nos puede provocar serios problemas.

- Dolor,
- epífora,
- blefarospasmos, normalmente bilateral, s

El tratamiento puede darse con pomadas o colirios antibióticos



Traumatismos oculares Físicos

Quemaduras

Acostumbran a ser equiparables a las caustificaciones ácidas o sea por coagulación superficial.

Las más comunes a nivel ocular son las provocadas por agua hirviendo, chispas, vapores caliente, llamas y metales incandescentes por este orden.

Normalmente el tratamiento, si no hay mucha gravedad, acostumbra a empezar y a acabar con la utilización de pomadas antibióticas.



Traumatismos oculares indirectos

El más común es la Angiopatía Retiniana traumática o Retinopatía de Purtscher.
La puede provocar un traumatismo distante, una fractura de un hueso largo o una embolia grasa puesto que producen cambios de flujo arterial y venoso de la retina con subidas bruscas de la presión intravascular.

El síntoma es la disminución de la agudeza visual tres o cuatro días desde el traumatismo desencadenante.

Desaparece de 4-6 semanas a pesar de que en alguna ocasión se ha dado una disminución de agudeza visual o defectos del campo visual de forma permanente.



5 ENFERMEDADES PREVENCIÓN VISUAL



USUARIO DE COMPUTADOR (VDT)

- Parpadee voluntariamente.
- El nivel de iluminación debe ser acorde con las exigencias de la tarea, Evite deslumbramientos, coloque la pantalla de modo que la luz entre de lado, nunca delante o detrás de las ventanas.
- También se deben evitar reflejos de focos luminosos.
- Corrija la entrada de luz solar con persianas o cortinas, con el fin de atenuar la luz del día.
- Utilice la corrección óptica formulada cuando se requiera.
- Adicionalmente deben realizarse pausas visuales para descanso (20/20/20): cada 20 minutos mirar durante 20 segundos a 20 pies (6 metros).

DIAGNÓSTICO DE LESIONES OCULARES

Si los trabajadores no están usando protección ocular adecuada, estos fragmentos pueden penetrar en el globo ocular, y la herida de entrada puede no ser fácilmente visible durante la inspección macroscópica.

Las radiografías simples de la órbita pueden ayudar a identificar cuerpos extraños metálicos en el globo ocular, así como lesiones óseas y/o sinusales.

Para las lesiones oculares por sustancias químicas, los médicos deben identificar el compuesto químico y sus propiedades fisicoquímicas, que se enumeran en la hoja de datos de seguridad relevante, disponible en el sitio de trabajo.

También deben identificarse la concentración del producto químico y la duración de la exposición.

Todas las lesiones oculares relacionadas con el trabajo deben ser consideradas para su seguimiento oftalmológico.



EEP PARA PREVENIR LESIONES OCULARES

PROTECCIÓN PARA OJOS Y CARA









TRATAMIENTO DE LESIONES OCULARES

- Primeros auxilios en el lugar de trabajo
  - Lavado de ojos
  - Protección de ojos
- Tratamiento específico según el tipo de lesión
- Asistencia medica
- Gotas
- Pomadas
- Cirugía
- Gafas permanentes o para el uso de algunas actividades



Primer Auxilio Visual

- El lavado inmediato y constante de los ojos y la cara es esencial cuando se presentan salpicaduras de productos químicos en los ojos, cuyo componente lo permita.

- **Se debe instalar un sistema lava-ojos a unos 30 metros de distancia o a 10 segundos de aquellos lugares en que se almacenen químicos o sustancias que pueden afectar o lastimar los ojos.**

- Identificar la naturaleza físico-química del objeto o sustancia, para descartar agentes que puedan agravar la lesión.

6 CONCLUSIONES



Áreas / Lugares



- Mantener en todo momento el **orden** y la **limpieza** en las áreas
- Recoger toda la herramienta y el material al finalizar la jornada o la tareas.
- Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados.
- Limpiar correctamente el material y los equipos de trabajo utilizados después de cada uso.
- En operaciones con emanación de **humos, gases, vapores o líquidos**, asegurar una correcta ventilación del lugar de trabajo colocando cerca de la fuente emisora correspondiente los oportunos sistemas de captación o extracción localizada.
- Evitar el uso de herramientas de corte o abrasión en las proximidades de personas no protegidas.
- Cuando las características del lugar lo requieran, deberá procederse a **acotar y señalizar** convenientemente la zona en previsión de accidentes derivados del acceso de personas no protegidas a la misma.
- Cuando sea necesario, el **acceso a la instalación** debe ser controlado, debiendo adoptarse las precauciones necesarias para evitar la presencia de personas ajenas a los trabajos desarrollados en la

CONCLUSIONES

Reconocer la exposición de los riesgos laborales de nuestro puesto de trabajo



Utilizar los elementos de protección personal



Capacitar permanentemente a los trabajadores



Promover el autocuidado para evitar la fatiga visual o traumatismos laborales

