



## RIESGOS EN LOS SERVICIOS DE IMAGEN PERSONAL

### **PELUQUERÍA**

Establecimiento en el que se peina, corta, arregla y cuida el cabello. Aunque también se ofertan otros servicios como arreglar las uñas, maquillar o depilar. Hay peluquerías para personas y también para animales (p.e. perros).

### Funciones

Sus tareas principales serían:

1. Cortar y lavar el pelo
2. Decolorar, teñir y ondular el cabello
3. Afeitar o arreglar la barba
4. Aplicar diversos tratamientos al cuero cabello
5. Colocar pelucas de acuerdo con los deseos del cliente

### Demandas

**1. Cognitivas**, en muchas ocasiones se infravaloran por considerarse servicios estandarizados, poco creativos y tareas sencillas de ejecutar. Pero realmente para su ejecución se precisa de un trabajo cualificado, pues se necesita de un cierto aprendizaje, previo a las técnicas complejas, así como la aplicación de las mismas según las necesidades de la clientela.

**2. Temporales**, Hacemos referencia a las jornadas laborales, pausas y horarios. En el sector es habitual prolongar el horario de apertura para favorecer la afluencia de clientes. Por ello, es necesario establecer un sistema de pausas durante la jornada y de horarios que permita garantizar el descanso de los trabajadores.

**3. Físicas**, Hablamos de posturas mantenidas, esfuerzos físicos y movimientos repetitivos en el desarrollo de su trabajo.

Podemos decir que el nivel de exigencia física en el sector es medio-alto. Es habitual mantener posturas forzadas y llevar a cabo movimientos repetitivos.

Además, las posiciones de trabajo más habituales son de pie andando frecuentemente, y en segundo lugar sentado levantándose con frecuencia, lo que hace que se permanezca en posturas dolorosas más de la mitad de la jornada.



Debido a todo lo anterior, el 79,30% de los trabajadores indica que siente alguna molestia músculo-esquelética derivada de las exigencias físicas del trabajo. A ello hay que añadir una exigencia visual alta, debido a los requerimientos de precisión y rapidez.

Todos estos elementos nos configuran un sector en crecimiento y adaptación, compuesto principalmente por empresas pequeñas cuando no individuales, que presenta altos niveles de requerimientos físicos y psicosociales, y en el que, evidentemente, la ergonomía puede ayudar a su desempeño.

## Posibles riesgos

Los indicaremos junto con el puesto

**MANICURA/PEDICURA**, riesgos de caída al mismo y a distinto nivel; golpes, cortes, contactos eléctricos directos e indirectos, incendios y explosiones, contactos térmicos, contacto con sustancias químicas peligrosas, exposición a agentes biológicos, carga física, clima del local de trabajo, iluminación adecuada, estrés, relación entre los trabajadores, falta de formación e información, falta de orden y limpieza, fatiga mental, insatisfacción con el trabajo, otros riesgos psicosociales.

**LAVADO MASAJE CAPILAR**, riesgos de caída al mismo y a distinto nivel; contactos eléctricos directos e indirectos, incendios y explosiones, contactos térmicos, contacto con sustancias químicas peligrosas, carga física, clima del local de trabajo, iluminación adecuada, estrés, relación entre los trabajadores, falta de formación e información, falta de orden y limpieza, fatiga mental, insatisfacción con el trabajo, otros riesgos psicosociales.

**PEINADO Y CORTE**, riesgos de caída al mismo y a distinto nivel; golpes, cortes, contactos eléctricos directos e indirectos, incendios y explosiones, contacto con sustancias químicas peligrosas, exposición a agentes biológicos, carga física, clima del local de trabajo, iluminación adecuada, estrés, relación entre los trabajadores, falta de formación e información, falta de orden y limpieza, fatiga mental, insatisfacción con el trabajo, otros riesgos psicosociales.

**TINTURISTA**, riesgos de caída al mismo y a distinto nivel; contactos eléctricos directos e indirectos, incendios y explosiones, contactos térmicos, contacto con sustancias químicas peligrosas, carga física, clima del local de trabajo, iluminación adecuada, estrés, relación entre los trabajadores, falta de formación e información, falta de orden y limpieza, fatiga mental, insatisfacción con el trabajo, otros riesgos psicosociales.



## Medidas preventivas

1. Tener en cuenta el diseño ergonómico del puesto de trabajo. El equipo de lavado de cabezas, el asiento de los clientes y los carritos auxiliares del material deben ser graduables en altura, de modo que el plano de trabajo se ajuste a la estatura de cada trabajador y éste pueda realizar su tarea con comodidad y sin necesidad de sobreesfuerzos. Así mismo, se deberá disponer de banquetas, también graduables, que faciliten el cambio de postura de las peluqueras o peluqueros (sentarse, levantarse, apoyar cada uno de los pies de forma alternativa, etc.).
2. Utilizar herramientas manuales de diseño ergonómico que cuando se sujetan permiten que la muñeca permanezca recta con el antebrazo (secadores, planchas térmicas, aparatos de rizar el pelo, etc.). Conservar los utensilios de corte (tijeras, navajas, etc.) afiladas y sin desperfectos de modo que se eviten los esfuerzos adicionales o las malas posturas que compensen el mal servicio de la herramienta.
3. Solicitar las Fichas de Datos de Seguridad de los productos peligrosos a quien lo suministra por primera vez (fabricante, distribuidores o comerciales) puesto que están obligados (Real Decreto 363/95). Estas Fichas indican las propiedades de cada producto, los riesgos asociados a ellos, las medidas de protección necesarias y el cuidado que debe tenerse con la piel. Deben colocarse en un lugar accesible a todas las personas que se encuentren en la peluquería.
4. Cuidar de que todos los envases con productos químicos estén etiquetados, especialmente los que contengan productos trasvasados, facilitando que se dé la información necesaria sobre su contenido y peligrosidad. Las personas que trabajan en una peluquería deben saber con exactitud qué producto manejan, puesto que el desconocimiento o la confusión pueden ser origen de graves accidentes que afecten tanto al trabajador como a los clientes.
5. Sustituir los productos peligrosos y tóxicos por otros que no lo sean (los hay de origen vegetal). La legislación que regula el uso de los productos peligrosos especifica que, si existe producto alternativo a otro considerado peligroso, es una obligación sustituirlo, aunque sea más caro.
6. Conservar el local ventilado, sin exceso de temperatura y humedad, evitando focos de calor. Se debe disponer de un sistema de ventilación que permita renovar el aire interior, diluyendo la contaminación originada por el trabajo y el uso continuo de tintes, lacas, cosméticos, decolorantes, etc.
7. Mantener los productos químicos inflamables y el material combustible (papel, telas, plásticos, etc.) lejos de fuentes de ignición (chispas, llamas de encendedores o cerillas, puntas de cigarrillos,



bombillas, etc.), con el fin de evitar el riesgo de incendio que en el caso de las peluquerías es bastante elevado. Dotar al centro de trabajo con los extintores necesarios, llevar a cabo su revisión y mantenimiento e instruir a los trabajadores sobre su uso.

8. Procurar que el pavimento del suelo de la peluquería sea liso, antideslizante y sin desniveles y recoger de inmediato cualquier vertido o derrame que se produzca, con el fin de evitar los resbalones. Utilizar calzado antideslizante de tacón bajo, a poder ser que no supere los 5 cm. de altura.

9. Evitar el exceso de muebles y procurar que los cables de los aparatos eléctricos utilizados queden recogidos y no molesten al pasar o al moverse alrededor de los clientes.

10. Actuar sobre la gestión de la organización, mejorando la relación entre el tiempo de trabajo y las pausas o los turnos de rotación.

11. Informar de los riesgos específicos asociados a las tareas que se realizan y facilitar formación adaptada a los puestos de trabajo y a la naturaleza de las tareas.

12. Efectuar reconocimientos médicos periódicos pertinentes que faciliten la detección de posibles problemas de salud (lesiones musculoesqueléticas, alteraciones respiratorias, dermatitis, etc.).

## Lesiones musculoesqueléticas y lesiones por contacto con sustancias químicas peligrosas

De todas las posibles lesiones que puedan padecerse en peluquería quizás las más comunes serían las lesiones musculoesqueléticas y las que se deben a la exposición a sustancias químicas peligrosas.

**1.LESIONES MUSCULOESQUELÉTICAS**, son lesiones de músculos, tendones, nervios y articulaciones que se localizan frecuentemente en el cuello, espalda, hombros, codos, puños y manos.

El síntoma predominante es el dolor, asociado a inflamación, pérdida de fuerzas y dificultad o imposibilidad para realizar algunos movimientos.

Este grupo de enfermedades se da frecuentemente en trabajos que requieren una actividad física importante, pero también aparece en otros trabajos como consecuencia de malas posturas sostenidas durante largos periodos de tiempo.

Se las puede dividir en dos grupos principales:



### Dolor y lesiones dorsolumbares:

- Tenosivitis: inflamación de los tendones y de las vainas que los recubren.
- Bursitis: inflamación de una bolsa articular, la más común la subacromial en la articulación del hombro.
- Miositis: inflamación de los músculos que puede ser primaria (polimiostitis) o secundaria (mecánica-sobredistensión muscular)
- Artritis: inflamación articular (artritis postraumática), enfermedad osteoarticular degenerativa (osteoartritis) y artritis reumatoide.

### Lesiones causadas por esfuerzos repetidos:

Se relacionan con traumatismos acumulativos (sobre todo movimientos repetidos al final de la acción con un componente de fuerza o vibratorio).

Causan dolor e inflamación aguda o crónica de los tendones, músculos, cápsulas o nervios. Afecta principalmente a las extremidades: mano, muñeca, codo, hombro o el tronco (tensión en la parte baja de la espalda).

Pueden afectar tanto a las extremidades superiores como a las inferiores y está demostrado que tienen una estrecha relación con el trabajo. Entre las causas físicas de estos trastornos, cabe citar: la manipulación de cargas, las malas posturas y los movimientos forzados, los movimientos manuales enérgicos, la presión mecánica directa sobre los tejidos corporales, las vibraciones o los entornos de trabajo a baja temperatura.

## FACTORES DE RIESGO

### 1. Riesgo físico

- Manipulación de cargas
- Posturas forzadas
- Movimientos repetidos
- Aplicación de fuerzas excesivas
- Vibraciones

### 2. Organización del trabajo

- Ritmo alto de trabajo
- Falta de autonomía
- Falta de pausas
- Trabajo monótono y repetitivo
- Horarios
- Remuneración

### 3. Entorno de trabajo

- Temperatura, iluminación
- Mal diseño del puesto de trabajo

### 4. Otros factores de riesgo: la doble jornada por el trabajo doméstico



## PREVENCIÓN Y MEDIDAS PARA REDUCIR EL RIESGO

1. Evitar la exposición a movimientos repetidos.
2. Si no se puede evitar, evaluar los riesgos y las medidas preventivas adoptadas.
3. Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y las medidas preventivas adoptadas.
4. Investigar todo daño producido a la salud de los trabajadores, incluidos los accidentes de trabajo por sobreesfuerzos y las enfermedades profesionales musculoesqueléticas, y aplicar las medidas correctoras necesarias.
5. Realizar una vigilancia específica de la salud de los trabajadores expuestos a riesgo para prevenir la aparición de lesiones.

**2. LESIONES POR CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS PELIGROSAS**, se trata de una lesión probable, extremadamente dañina e intolerable. Hecho que la convierte en un serio peligro para la salud del trabajador.

El contacto durante el trabajo con productos que contienen sustancias o preparados químicos peligrosos supone un riesgo importante puesto que son capaces de producir lesiones o afecciones por inhalación, contacto con la piel o ingestión accidental, así como enfermedades profesionales. El 30% de los productos utilizados en peluquería y cosmética están clasificados como tóxicos (NIOSH) y la lesión más frecuente se produce por contacto con la piel. Además de tóxicos, muchos de los productos, preparados y mezclas empleados en teñido, decoloración, rizado, alisado, tratamientos faciales, etc., son sustancias nocivas, irritantes, sensibilizantes, inflamables, corrosivas y peligrosas para el medio ambiente.

La mejor forma de prevenir futuros daños en los trabajadores se ha de instruir a los empleados en:

Saber manejar adecuadamente los productos, eligiendo que sean los más apropiados a cada tarea.

Almacenar con las precauciones debidas y mantener unas adecuadas condiciones ambientales en el centro de trabajo, procurando que la temperatura y la humedad ambientales no sean excesivas.

Conocer las propiedades, los riesgos y las normas de empleo de los productos que se están manejando.

### Efectos sobre la salud:

Sensibilidad por contacto de piel y mucosas.

Reacciones alérgicas. Irritación de ojos, garganta y fosas nasales.

Asma.



Dermatitis.

Lesión ocular.

Tumoración

1. Medidas preventivas:

Sustituye los productos peligrosos y tóxicos por otros que no lo sean (de origen vegetal). Utiliza productos en envases diseñados para evitar contactos accidentales (dosificador, etiquetado), mantén los envases cerrados cuando no los estés utilizando. Reduce, siempre que sea posible, la duración, la frecuencia de exposición, la concentración de la sustancia y el número de trabajadores expuestos. Solicita a los proveedores las fichas de seguridad y mantenlas actualizadas y accesibles a todo el personal. Habilite una ventilación adecuada para minimizar las afecciones del producto. Prohibir comer y beber durante el trabajo con productos químicos. Emplear los EPIS adecuados: guantes de protección, mascarillas, delantales.