

# Com s'haurien d'adaptar els entorns laborals a la COVID-19?

Sèrie | COVID-19 i estratègia de resposta

**ISGlobal** Institut de Salut Global  
Barcelona

**Autors:** Manolis Kogevinas i Kurt Straif (ISGlobal)\*

[ Aquest document forma part d'una sèrie de notes de debat que aborden preguntes fonamentals sobre la crisi de la COVID-19 i les estratègies de resposta. Els treballs han estat elaborats sobre la base de la millor informació científica disponible i poden ser actualitzats a mesura que aquesta evolucioni. ]

13 de maig de 2020

Foto: Clara Soler /  
Ajuntament de Barcelona

El full de ruta europeu per a l'aixecament de les mesures de contenció de la COVID-19 indica que **“la reactivació de l'activitat econòmica ha de ser gradual**, per garantir així que les autoritats i les empreses puguin adaptar-se adequadament i de forma segura a l'increment de les activitats. Hi ha diferents models (feines amb poc contacte interpersonal, feines adequades per al teletreball, importància econòmica, torns de feina, etc.), però no tota la població hauria de reincorporar-se al seu lloc de treball alhora, i s'hauria de posar especial atenció, en un primer moment, als grups i sectors menys amenaçats i als grups essencials per desenvolupar l'activitat econòmica (per exemple, el transport). Atès que el distanciament social haurà de seguir aplicant-se en gran mesura, **s'haurà de seguir fomentant el teletreball**. Al lloc de treball hauran d'observar-se les normes en matèria de salut i seguretat imposades a causa de la pandèmia”.

El present document aborda l'**adaptació de l'entorn laboral**. Es basa en documents interns d'ISGlobal i en documents procedents d'altres organismes (que es detallen en la bibliografia final). Haurà de revisar-se a mesura que es recullin noves dades ●

\* Manolis Kogevinas és director científic del Programa Severo Ochoa i Research Professor d'ISGlobal. Kurt Straif és Associated Researcher d'ISGlobal i Visiting Professor de Boston College (EE. UU.)

# 1. Efectes de la COVID-19 sobre la salut en el lloc de treball

“Epidèmies anteriors com la SARS han demostrat clarament que determinats llocs de treball, com ara el del personal d’infermeria, comporten moltíssim estrès i síndrome del desgast professional; de vegades fins i tot comporten estigma social, ja que aquests professionals es consideren portadors de la infecció.”

El principal problema de salut és la **infecció per SARS-CoV-2** i el desenvolupament d’una malaltia potencialment mortal. No totes les professions comporten el mateix risc. Epidèmies anteriors com la SARS (síndrome respiratòria aguda greu de 2003) han demostrat clarament que determinats llocs de treball, com ara el del personal d’infermeria, comporten moltíssim **estrès i síndrome del desgast professional**; de vegades fins i tot comporten **estigma social**, ja que aquests professionals es consideren portadors de la infecció.

Segons estudis duts a terme a Taiwan durant l’epidèmia de la SARS, una quarta part del personal d’infermeria es va plantejar deixar la feina com a conseqüència de la càrrega excessiva de treball, l’estrès, l’estigma social i el risc d’infecció.

L’estrès i l’ansietat també poden ser símptomes freqüents en altres professions que *a priori* no comporten un risc tan elevat però en les quals hi ha una sensació de risc o de falta de mesures –tant reals com a percebudes– per contenir la infecció entre el personal.

El teletreball també té efectes indirectes, com ara la reducció dels desplaçaments actius i la **disminució de l’activitat física**. L’**absentisme laboral**, alhora, pot augmentar, perquè els i les treballadores poden caure malalts, estar infectats (en quarantena), tenir a càrrec familiars o menors malalts, o simplement preferir no anar a treballar per por a una possible infecció ●

## Requadre 1. Efectes sobre la salut relacionats directa o indirectament amb l’epidèmia de COVID-19 i amb les mesures de control de l’epidèmia:

- Risc principal: infecció per SARS-CoV-2
- Estrès
- Síndrome del desgast professional
- Estigma (com a possible portador de la infecció)
- Absentisme laboral
- Molts efectes indirectes derivats del teletreball i de la menor activitat física (per la reducció de desplaçaments actius i el confinament en general)

# 2. Feines amb un risc alt, mitjà o baix d'infecció per SARS-CoV-2

“El risc laboral de contraure el SARS-CoV-2 depèn de diversos factors, com ara el sector en què es treballa, la professió que s'exerceix i l'existència o no de contacte proper (a menys de dos metres) freqüent o prolongat amb persones infectades.”

El **risc laboral de contraure el SARS-CoV-2** depèn de diversos factors, com ara el sector en què es treballa, la professió que s'exerceix i l'existència o no de contacte proper (a menys de dos metres) freqüent o prolongat amb persones infectades. Per a la majoria de treballadores i treballadors, el risc d'exposició serà baix. En aquest document hem classificat el risc en **tres nivells**:

## 1) Feines que presenten un risc alt d'exposició

Les feines que comporten un risc d'exposició alt són aquelles que impliquen un **gran potencial d'exposició a casos sospitosos o confirmats** de COVID-19. S'inclouen en aquest primer grup els **professionals sanitaris**, com ara el personal mèdic i d'infermeria, i també dentistes i professions amb contacte freqüent i proper amb la població general (guàrdies de seguretat o conductors de taxis) en períodes d'alta freqüència de COVID-19.

Els grups de més risc són els que duen a terme **procediments mèdics generadors d'aerosols** a casos sospitosos o pacients amb COVID-19 (intubació, procediments d'inducció de la tos, alguns procediments odontològics de recollida de mostres invasives), així com també el personal que recull o manipula mostres de pacients amb COVID-19. Hi ha d'altres professionals sanitaris que també corren risc, com els conductors d'ambulàncies o el personal hospitalari que trasllada pacients amb COVID-19, però aquest risc sol ser menor que el corren els professionals esmentats anteriorment.

## 2) Risc mitjà d'exposició

L'OSHA (l'Administració de Seguretat i Salut Ocupacional dels EE. UU.) defineix les feines que comporten un risc d'exposició mitjà com a aquelles que requereixen un contacte freqüent o proper amb persones que poden estar infectades amb SARS-CoV-2, però que no són casos sospitosos ni pacients confirmats amb COVID-19. Això resulta especialment

preocupant en les zones on l'epidèmia continua activa i implica transmissió comunitària, com ara mateix (primavera de 2020) a Espanya.

El número de treballadors en aquesta situació de risc mitjà és bastant major, atès que inclou tots aquells que poden tenir **contacte amb el públic en general**, per exemple, a escoles i entorns de treball amb molta densitat de persones o, encara més, en espais amb gran volum comercial, com ara **bancs, botigues o supermercats**.

## 3) Risc d'exposició baix

Les feines amb un risc d'exposició baix són aquelles que **no impliquen contacte amb casos sospitosos o confirmats** de SARS-CoV-2 ni contacte proper i freqüent amb el públic en general o amb d'altres companys de feina.

## 4) Riscos d'exposició mixtos i augment de la vulnerabilitat

Molts entorns laborals impliquen una **barreja de grups de risc** d'exposició mitjà i baix i de personal que és més o menys vulnerable a la malaltia. Quan els riscos d'exposició són mixtos, el risc pot augmentar per a tots els treballadors si no es prenen les mesures de prevenció adequades. Per exemple, en una sucursal bancària pot haver-hi persones en primera línia que estiguin en contacte continu amb el públic i d'altres menys exposades.

**Alguns col·lectius poden ser més vulnerables**, com ara les persones grans i el personal amb malalties preexistents (hipertensió, cardiopaties, etc.). La vulnerabilitat també pot dependre de les coexposicions, per exemple, als contaminants atmosfèrics, però encara no se n'ha recollit suficient evidència científica ●

# 3. Preparació del lloc de treball

“És essencial que les empreses desenvolupin un pla de preparació i resposta davant malalties infeccioses que vagi en paral·lel a la planificació de la pandèmia per part del govern i que pugui ajudar a orientar les accions de protecció contra la COVID-19 en el lloc de treball.”

La preparació del lloc de treball ha de tenir en compte el risc tant en el pic de l'epidèmia com durant les fases de desconfinament i s'ha d'aplicar a tots els llocs de treball. Aquesta adaptació de l'entorn de treball a la crisi de la COVID-19 depèn de **la forma de transmissió, la prevalença de la malaltia i el grau d'immunitat** de la població.

Quan una persona infectada amb SARS-CoV-2 tus, esternuda o exhala aire, allibera gotes petites i aerosols de líquid infectat. Les persones situades a una distància d'entre un i dos metres poden contraure el virus. Aquesta és la principal via de contagi. El contagi també pot produir-se en tocar superfícies o objectes contaminats (taules, telèfons, eines) i després tocar-se el nas, la boca o els ulls.

Mentre no hi hagi vacunes o fàrmacs contra el virus, les mesures de prevenció passen per impedir aquestes dues vies de contagi: la inhalació de gotícules respiratòries i el contacte amb superfícies contaminades. Les pautes de transmissió de virus depenen en gran mesura de fins a quin punt es respectin les **recomanacions d'higiene**.

## 3.1. Pla de preparació i resposta a malalties infeccioses

És essencial que les empreses desenvolupin un **pla de preparació i resposta davant malalties infeccioses** que vagi en paral·lel a la planificació de la pandèmia per part del govern i que pugui ajudar a orientar les accions de protecció contra la COVID-19 en el lloc de treball. Poden sorgir certes desavinences si els plans de govern no es perceben com adequats –per exemple, si es limiten les proves de detecció de la malaltia, com a Espanya, o si en les fases de desconfinament la comunicació és menys coherent i augmenten les discrepàncies (científiques o polítiques).

La planificació hauria de considerar i abordar el **nivell de risc associat a cada lloc de treball** i a les tasques que desenvolupa el personal. Cal tenir en compte diferents factors, com ara si les i els empleats estan en contacte amb el públic en general, clients i companys de treball i com ho fan; si hi ha persones amb un risc particularment alt d'infecció (per exemple, si viatgen per feina o són personal sanitari); si hi ha factors de risc no laborals en el domicili o en entorns comunitaris (per exemple, si una població presenta prevalença de referència); si hi ha factors de risc individuals (per exemple, edat avançada); si hi ha presència d'afeccions mèdiques cròniques (per exemple, immunodeficiència); o si hi ha casos d'embaràs.

La planificació també hauria de tenir en compte la possibilitat que s'hagi **d'interrompre l'activitat**, per exemple, a causa d'un nou brot; un augment en les taxes d'absentisme laboral; opcions per ocupar operacions essencials en un laboratori o altres unitats, i també la interrupció en les cadenes de subministrament o retards en els lliuraments.

És essencial que s'estableixin **mesures preventives** en els llocs de treball, incloent **el distanciament físic, la higiene de mans i la higiene respiratòria**.

També és essencial que el personal pugui pensar, en tant que és una comunitat, que estigui informat i compromès i que participi en la transició.

Els múltiples factors psicològics, socials i culturals en continu canvi augmenten la complexitat de la planificació de la transició de resposta a la COVID-19. Les percepcions de risc influeixen en l'opinió i l'avaluació que fan les persones de les amenaces, i poden afectar negativament el compliment per part de les i els treballadors i la resposta a la informació comunicada per les autoritats.

“Les empreses han de promoure el rentat de mans freqüent i exhaustiu, i proporcionar instal·lacions per a tal fi, a més de fomentar la higiene respiratòria (és a dir, tapar-se el nas i la boca en tossir o esternudar).”

La pandèmia i les seves restriccions poden haver afectat el **benestar mental i físic**, la cohesió social i l'estabilitat econòmica, així com a la capacitat de resiliència i la confiança individual i comunitària. En aquest

context complex, tenir en compte les i els treballadors, com a persones i com a comunitat, és un recurs valuós per a la planificació de la transició.

### Requadre 2. Aspectes essencials de la tornada a la feina

- S'han d'establir **mesures preventives** en els llocs de treball, incloent el distanciament físic, la higiene de mans i la higiene respiratòria.
- Les i els treballadors han de **poder opinar** com a comunitat de treballadors, han d'estar informats i compromesos, i participar en la transició.
- S'ha de prioritzar la **flexibilitat** en la forma en què es prepara, regula i mobilitza la força laboral.

No es recomanen mesures, com el cribratge massiu amb PCR o proves d'anticossos, encara que **aquests tests haurien d'estar àmpliament disponibles** per dur a terme proves d'una manera fàcil i ràpida al personal amb possibles símptomes o que pot haver estat en contacte amb una persona infectada. L'ús de proves massives ha estat utilitzat per diverses grans empreses, però això s'hauria de percebre més com un mitjà psicològic d'augmentar la confiança que com una manera eficient de prevenir malalties futures. Es tracta d'una mesura clarament insuficient si les condicions de treball no són les adequades per prevenir la infecció, ja que caldria fer proves regularment per reduir el risc d'infecció de les persones asimptomàtiques.

### 3.2. Implementació de mesures de control en el lloc de treball

Entre les mesures de control en el lloc de treball es troben:

**a) Controls tècnics** que redueixin l'exposició del personal als riscos laborals, com augmentar els nivells de ventilació en l'entorn de treball o instal·lar-hi barreres físiques.

**b) Controls administratius** que canviïn les polítiques laborals, com ara minimitzar el contacte entre treballadors i amb els clients o usuaris, mitjançant la substitució de les reunions presencials per reunions virtuals, o la implementació de torns de treball rotatius en els equips o llocs de

treball. Entre els controls administratius també es troba el fet de promoure pràctiques laborals segures, com prendre mesures per a la promoció de la higiene de mans i similars.

L'aplicació de **mesures** bàsiques de **prevenció d'infeccions** és un element essencial de la planificació i preparació per pandèmies. Les empreses han de promoure el rentat de mans freqüent i exhaustiu, i proporcionar instal·lacions per a tal fi, a més de fomentar la higiene respiratòria (és a dir, tapar-se el nas i la boca al tossir o esternudar).

Depenent del tipus de treball i de contactes, cal proporcionar **mascaretes facials** a les i els empleats i clients, i s'ha de dur a terme una formació periòdica sobre com utilitzar els equips de protecció individual (EPI). S'han d'establir polítiques i pràctiques per augmentar la distància física entre les i els empleats, com la flexibilització dels espais de treball (per exemple, mitjançant el teletreball) o la flexibilització de la jornada laboral.

Cal recomanar a les i els treballadors que, en la mesura que sigui possible, no utilitzin telèfons, taules de treball, despatxos o altres equips o eines de treball d'altres companys.

Cal mantenir unes **pràctiques de neteja i manteniment regulars**, que incloguin la neteja i desinfecció periòdiques de les superfícies, els equips i altres elements de l'entorn de treball.

“La ràpida identificació i aïllament de persones potencialment infeccioses és un pas determinant per protegir el personal, clients, visitants i altres usuaris del lloc de treball.”

### Ús dels equips de protecció individual (EPI)

Si bé l'ús d'EPI està àmpliament considerat com un mitjà preventiu eficaç, en la majoria dels llocs de treball ha de tenir prioritat la implementació dels controls tècnics i administratius. No obstant això, és possible que calgui usar EPI **com guants, ulleres, protectors facials o mascaretes facials** per evitar certes exposicions. Si bé l'ús correcte del EPI pot ajudar a prevenir algunes exposicions, **no ha de substituir altres estratègies de prevenció.**

### Flexibilitat i informació en el lloc de treball

S'han d'implementar **polítiques de flexibilitat laboral** que permetin a les i els empleats quedar-se a casa per tenir cura d'un familiar dependent o de nenes i nens confinats. Les empreses han de ser conscients de les preocupacions del personal sobre el salari, els permisos, la seguretat, la salut i altres problemes que puguin sorgir durant els brots de la malaltia infecciosa. S'ha de proporcionar una formació i educació adequades, així com material informatiu, ja que el personal informat que se sent segur a la feina té més probabilitats de complir les recomanacions.

### 3.3. Facilitar polítiques i procediments per a la ràpida identificació i aïllament de persones malaltes

La ràpida identificació i aïllament de persones potencialment infeccioses és **un pas determinant** per protegir el personal, clients, visitants i altres usuaris del lloc de treball. La identificació i les proves són, en principi, responsabilitat del sistema sanitari, inclosa l'atenció primària i els serveis de salut laboral de cada empresa.

S'ha d'encoratjar el personal a observar-se per detectar signes i símptomes de COVID-19 si sospita d'una possible exposició, així com si ha tingut contacte amb persones positives a la SARS-CoV-2.

S'ha d'animar activament a les i els empleats malalts a quedar-se a casa. Les polítiques de baixes per malaltia han de ser flexibles i coherents amb les directrius de les autoritats de salut pública.

### 3.4. Altres mesures

Cal considerar la prevenció del risc de **transmissió a persones que no són empleats en certs llocs de treball** (residències de gent gran, presons amb recluses i reclusos més vulnerables per l'edat, aglomeracions, etc.). Això pot requerir dur a terme proves periòdiques a tot el personal.

**Les exposicions a la llar, fora de l'entorn laboral**, no formen part de la preparació del lloc de treball, però cal tenir en compte específicament que pot haver-hi risc d'infecció del treballador o treballadora a altres membres de la llar (entre els quals es poden trobar persones vulnerables) ●

## BIBLIOGRAFIA

- Entre les directrius més completes: “Guidance on Preparing Workplaces for COVID-19.” U.S. Department of Labor, Occupational Safety and Health Administration, OSHA 3990-03 2020
- Mesures / estudis publicats per l’Oficina Regional per Europa de l’OMS
- Una declaració exhaustiva del Collegium Ramazzini: Prevention Of Work-Related Infection in the COVID-19 Pandemic
- Full de ruta europeu per a l’aixecament de les mesures de contenció de la COVID-19

## PER SABER-NE MÉS

- COVID-19: Com s’hauria de desenvolupar la volta a l’escola? (ISGlobal. Sèrie “COVID-19 i estratègia de resposta”, núm. 7)
- Mobilitat i COVID-19: Com hem de redissenyar el transport per a un nou futur? (ISGlobal. Sèrie “COVID-19 i estratègia de resposta”, n° 6)

---

**ISGlobal** Institut de  
Salut Global  
Barcelona

Una iniciativa de:

 **Fundació "la Caixa"**

**CLÍNIC**  
BARCELONA  
Hospital Universitari

 **UNIVERSITAT DE**  
**BARCELONA**

 **Generalitat**  
**de Catalunya**

 **GOBIERNO**  
**DE ESPAÑA**

 **Parc**  
**de Salut**  
**MAR**

 **upf.** **Universitat**  
**Pompeu Fabra**  
**Barcelona**

 **Ajuntament de**  
**Barcelona**