



International
Labour
Organization

BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENA PRACY

Zapewnienie bezpieczeństwa i zdrowia w pracy podczas pandemii



► CHRONI I RATUJE ŻYCIE

► Epidemie i pandemie w XXI wieku

Pochodzenie

Powtarzające się, znane wcześniej choroby epidemiczne (np. Ebola, cholera, żółta febra, HIV itp.)

Nowo pojawiające się choroby zakaźne (np. SARS, grypa H1N1, MERS, Covid-19)

Dynamika rozwoju

1. Pojawienie się w społeczności
2. Wybuch zakażeń z lokalną transmisją
3. Wywołanie epidemii lub pandemii
4. Zmniejszanie się transmisji

Rozprzestrzenianie się na świecie

Bezprecedensowo wysoka prędkość transmisji na całym świecie

- Globalna integracja
- Podróże
- Urbanizacja

► Pandemia Covid-19

Styczeń 2020 r.:
pojawienie się zakażeń nowym
koronawirusem w Wuhan –
prowincji Hubei (Chiny)

11 marca 2020 r.:
ogłoszenie przez WHO pandemii
Covid-19

► Wpływ na świat pracy

- Wzrost bezrobocia i niepełnego zatrudnienia
- Pogorszenie bezpieczeństwa, higieny i warunków pracy
- Zmniejszony dostęp do ochrony socjalnej
- Szczególnie negatywny wpływ na niektóre grupy pracowników bardziej podatnych na niekorzystną sytuację na rynku pracy

► Dlaczego tak ważne jest bezpieczeństwo i higiena pracy?

- Identyfikacja pracowników/zawodów/sektorów o **podwyższonym ryzyku zarażenia**
- Wdrożenie **środków kontroli i zapobiegania** opartych na ocenie ryzyka
- **Rozpowszechnianie informacji** o środkach zapobiegawczych i ochronnych w celu ograniczenia rozprzestrzeniania się chorób zakaźnych we współpracy z organami zdrowia publicznego



▶ Prawa i obowiązki bhp zgodnie ze standardami MOP

▶ Role i obowiązki pracodawców

- ▶ Zapewnienie, o ile jest to praktycznie możliwe, aby miejsca pracy, maszyny, urządzenia i procesy będące pod kontrolą pracodawców były bezpieczne i nie stanowiły ryzyka dla zdrowia
- ▶ Zapewnienie, o ile jest to praktycznie możliwe, aby chemiczne, fizyczne i biologiczne substancje i czynniki będące pod kontrolą pracodawców nie stanowiły zagrożenia dla zdrowia, jeżeli zostaną podjęte odpowiednie środki ochrony
- ▶ W razie potrzeby zapewnienie odpowiedniej odzieży ochronnej i wyposażenia ochronnego (bez obciążania kosztami pracowników) oraz wdrożenie odpowiedniego postępowania w razie sytuacji kryzysowych i wypadków, a także odpowiednich rozwiązań w zakresie pierwszej pomocy
- ▶ Zapewnienie pracownikom i ich przedstawicielom dostępu do konsultacji, informacji i szkoleń w zakresie bhp

Konwencja dotycząca bezpieczeństwa i higieny pracy (nr 155) oraz Zalecenie (nr 164)

▶ Prawa i obowiązki pracowników

- ▶ Prawo do opuszczenia pracy bez negatywnych konsekwencji w sytuacji, co do której pracownicy mają uzasadnione przekonanie, że stanowi bezpośrednie i poważne zagrożenie dla ich życia lub zdrowia
- ▶ Prawo do otrzymania odpowiednich informacji i szkoleń w zakresie bhp
- ▶ Prawo do dociekania (i do zasięgnięcia opinii) dotyczących wszystkich aspektów bhp związanych z ich pracą
- ▶ Obowiązek współpracy z pracodawcą w zakresie bhp (np. przestrzegania instrukcji i procedur bhp; odpowiedniego stosowania środków ochrony indywidualnej; zgłaszania przełożonemu niebezpiecznych sytuacji itp.)

Konwencja dotycząca bezpieczeństwa i higieny pracy (nr 155) oraz Zalecenie (nr 164)

▶ Ochrona pracowników przed ryzykiem zakażenia podczas epidemii

► Ocena ryzyka zarażenia w miejscu pracy

- **Prawdopodobieństwo** narażenia na zarażenie, biorąc pod uwagę charakterystykę choroby zakaźnej (tj. wzorce przenoszenia) oraz możliwość styczności z osobami zakażonymi lub skażone środowisko albo materiały (np. próbki laboratoryjne, odpady) w trakcie wykonywania obowiązków.
- **Dotkliwość** wynikających z tego skutków zdrowotnych, biorąc pod uwagę czynniki indywidualne (w tym wiek, choroby podstawowe i stan zdrowia pracownika), a także dostępne środki służące ograniczeniu wpływu infekcji.

▶ Pracownicy pierwszej linii reagowania kryzysowego

- ▶ Pracownicy służby zdrowia
- ▶ Personel laboratoryjny
- ▶ Pracownicy zatrudnieni przy pochówku
- ▶ Pracownicy transportu ratunkowego
- ▶ Pracownicy sprzątający i zajmujący się gospodarką odpadami w zakładach opieki zdrowotnej i pogotowiu
- ▶ Inni (policjanci, personel ochrony cywilnej, personel wojskowy i strażacy)



▶ Pracownicy pierwszej linii reagowania kryzysowego **Ryzyko zarażenia**

- ▶ Kontakt z zakażonymi pacjentami i współpracownikami
- ▶ Kontakt z zakażoną krwią, tkankami i płynami ustrojowymi
- ▶ Kontakt z ciałami osób, które zmarły z powodu wysoce zakaźnych chorób
- ▶ Kontakt z zanieczyszczonymi materiałami, powierzchniami i środowiskiem
- ▶ Niewłaściwie używane, czyszczone lub dezynfekowane środki ochrony indywidualnej (ŚOI) i sprzęt medyczny



▶ Pracownicy pierwszej linii reagowania kryzysowego Przykłady środków zapobiegających zarażeniu

- ▶ **Kontrole środowiskowe i inżynierskie**, mające na celu ograniczanie rozprzestrzeniania się patogenów oraz zanieczyszczenia powierzchni i przedmiotów (fizyczna odległość między pacjentami i pracownikami służby zdrowia, wentylowanie pomieszczeń izolacyjnych, itd.)
- ▶ **Środki administracyjne** mające na celu zapobieganie ryzykownym zachowaniom (zapobieganie i kontrola infekcji, szkolenia bhp, monitorowanie i nadzór nad zdrowiem pracowników, itd.)
- ▶ **Odpowiednie ŚOI** i przeszkolenie w zakresie ich zakładania, zdejmowania i utylizacji



▶ Pracownicy bardziej narażeni z uwagi na charakter wykonywanej pracy

- ▶ Pracownicy, którzy **wchodzą w interakcje z osobami potencjalnie zakażonymi** (np. pracownicy sklepów i supermarketów, banków, szkół, usług dostawczych, restauracji, obiektów sportowych i turystycznych itp.)
- ▶ Osoby pracujące **w warunkach dużego zagęszczenia**, z uwagi na bliskość innych pracowników w częściowo zamkniętych przestrzeniach (np. fabryki, kopalnie, centra obsługi telefonicznej, biura typu open space itp.)



▶ Przykłady środków zapobiegających zarażeniu

- ▶ Dystans fizyczny (np. praca w trybie zmianowym, wykorzystanie połączeń telefonicznych i spotkań wirtualnych, itd.)
- ▶ Higiena (np. zapewnianie środków dezynfekcji rąk, promowanie higieny oddechowej w miejscu pracy, itd.)
- ▶ Mycie (np. regularne czyszczenie i dezynfekcja powierzchni biurk, stanowisk pracy i przedmiotów roboczych, regularna dezynfekcja obszarów wspólnych, itd.)
- ▶ Szkolenie i komunikacja (np. nt. przyjętych środków zapobiegających ryzyku zakażenia, informowanie o prawie pracowników do opuszczenia pracy w sytuacji, która stwarza bezpośrednie i poważne zagrożenie dla ich życia lub zdrowia, itd.)
- ▶ Środki ochrony indywidualnej (ŚOI).
- ▶ Reakcja (np. organizowanie izolacji każdej osoby, u której wystąpią objawy Covid-19 w miejscu pracy; odpowiednia dezynfekcja miejsca pracy; zapewnianie kontroli stanu zdrowia osób, które miały bliski kontakt z zarażonym pracownikiem)

▶ Pracownicy w niestandardowych formach zatrudnienia

- ▶ Mogą mieć potrzebę kontynuowania pracy pomimo ograniczeń dotyczących poruszania się i interakcji społecznych
- ▶ Mogą nie być w stanie przestrzegać odpowiednich zasad bhp i zastosować odpowiednich środków ostrożności
- ▶ Nie mają wystarczającej ochrony (np. ochrony socjalnej, dostępu do zasiłku chorobowego, zasiłku dla bezrobotnych)



► Zwalczanie stresu, zagrożeń psychospołecznych oraz przemocy i nękania

► Stres i czynniki psychospołeczne podczas pandemii

Najczęstsze czynniki psychospołeczne

- Obawa o dobro własne lub członków rodziny i współpracowników, którzy mogą zarazić się chorobą
- Brak środków ochrony indywidualnej
- Izolacja
- Brak wsparcia społecznego
- Napięcie między ustanowionymi protokołami bezpieczeństwa a chęcią opieki nad osobami potrzebującymi lub ich wspierania
- Trudności w dbaniu o własne zdrowie (ćwiczenia, dobre nawyki żywieniowe i odpoczynek)

Najczęstsze reakcje

- Stres
- Pogorszenie nastroju
- Niska motywacja
- Stany lękowe lub myśli depresyjne

▶ Niepewność stałości pracy

- ▶ Dotyczy dużej części pracowników, przedsiębiorców i osób prowadzących własną działalność
- ▶ Wynika z narzuconej konieczności tymczasowego zamknięcia działalności gospodarczej
- ▶ Jest związana ze zmianami w procesach i organizacji pracy



Niepewność dotycząca obecnej i przyszłej sytuacji w pracy może powodować

- ▶ Zwiększony stres
- ▶ Lęk, depresję i wypalenie zawodowe
- ▶ Zmniejszoną motywację
- ▶ Niski poziom przestrzegania zasad bezpieczeństwa (większą liczbą wypadków przy pracy)

▶ Pracownicy pierwszej linii reagowania kryzysowego i osoby pracujący w niezbędnych usługach - **Najczęstsze czynniki psychospołeczne**

- ▶ Lęk przed zarażeniem się w pracy, a następnie przekazaniem choroby rodzinie
- ▶ Brak dostępu do ŚOI i wsparcia
- ▶ Praca w środowisku uniemożliwiającym zastosowanie optymalnych środków BHP
- ▶ Zwiększone obciążenie pracą (redukcja personelu, dłuższe godziny pracy i praca zmianowa)
- ▶ Skrócone okresy odpoczynku
- ▶ Zwiększona przemoc i nękanie (zarówno fizyczne, jak i psychiczne)
- ▶ Zwiększone piętno społeczne i dyskryminacja (z powodu postrzeganego związku z chorobą)

Większe zmęczenie i stres

- ▶ Negatywny wpływ na zdrowie psychiczne i samopoczucie
- ▶ Zwiększone ryzyko obrażeń i wypadków przy pracy

▶ **Pracownicy pierwszej linii reagowania kryzysowego i osoby pracujący w niezbędnych usługach - Przykłady środków bhp mających na celu zapobieganie i ograniczanie stresu w pracy**

- ▶ Dobra komunikacja i aktualne informacje
- ▶ Sesje multidyscyplinarne mające na celu identyfikację problemów i wspólną pracę nad strategiami ich rozwiązywania
- ▶ Lista kontrolna do oceny osobistych atutów i ograniczeń oraz rozpoznawania oznak stresu i wypalenia
- ▶ System koleżeński zapewniający wsparcie psychologiczne oraz monitorujący stres i wypalenie
- ▶ Regulowane i wystarczająco długie przerwy na odpoczynek w ciągu dnia pracy
- ▶ Możliwość promowania zdrowia fizycznego (np. ćwiczeń fizycznych i zdrowych nawyków żywieniowych)
- ▶ Wsparcie psychologiczne dla pracowników w celu poufnego dzielenia się obawami i zmartwieniami
- ▶ Modelowanie ról (przełożeni swoim zachowaniem dają przykład, jak łagodzić stres)
- ▶ Kampanie mające na celu zmniejszenie stygmatyzowania
- ▶ Techniki partycypacyjne, które promują dialog, innowacyjne rozwiązania i pozytywne zmiany nastawienia

► Osoby pracujące z domu Najczęstsze czynniki psychospołeczne

- Brak dostatecznych informacji
- Poczucie odosobnienia
- Dłuższe godziny pracy
- Zatarcie granic między pracą a życiem rodzinnym
- Natłok obowiązków (zadania służbowe i domowe, opieka nad członkami rodziny, nauczanie dzieci w domu, itd.)
- Frustracja i znudzenie
- Przemoc domowa



▶ **Osoby pracujące z domu**

Środki bhp aby zapobiegać i redukować stres

- ▶ Zaangażowanie, wsparcie i kontakt z kierownictwem oraz kolegami z pracy
- ▶ Jasne oczekiwania (co do rezultatów, zadań, itd.)
- ▶ Elastyczność
- ▶ Możliwość zakończenia pracy w określonych porach zarezerwowanych na odpoczynek i życie osobiste
- ▶ Odpowiedni sprzęt (np. laptopy, aplikacje do telepracy, odpowiednie wsparcie IT) i dedykowane miejsce do pracy
- ▶ Szkolenia
- ▶ Dobry system komunikacji
- ▶ Wsparcie i programy pomocy dla pracowników

► Zarządzanie innymi zagrożeniami bhp

▶ Problemy związane z ergonomią

- ▶ Ręczne przenoszenie ciężarów
- ▶ Niewygodna postawa

... połączone z dłuższym czasem pracy,
większym obciążeniem i presją

- ▶ Urazy mięśniowo-szkieletowe
- ▶ Zmniejszona zdolność do pracy
- ▶ Ograniczona możliwość przestrzegania ścisłych procedur stosowanych w pracy
- ▶ Zwiększona absencja
- ▶ Wyższe ryzyko wypadków w miejscu pracy

▶ Ryzyko wynikające ze stosowania ciężkich ŚOI

Pracownicy służby zdrowia mogą być narażeni na ryzyko wynikające z długotrwałego stosowania specjalnych środków ochrony indywidualnej. Mogą one powodować:

- ▶ Stres termiczny i odwodnienie
- ▶ Zawroty głowy
- ▶ Widoczne ślady na twarzy



► Czynniki chemiczne

Czyszczenie i dezynfekcja chemikaliami stają się kluczowymi elementami zapobiegającymi zarażeniu we wszystkich miejscach pracy.

Czwartorzędowa sól amonowa i podchloryn sodu (często stosowanych do dezynfekcji przeciwko Covid-19) mogą:

- zwiększać ryzyko przewlekłej obturacyjnej choroby płuc POChP
- Zmniejszać płodność
- wywoływać objawy astmy

Wszyscy pracownicy muszą być odpowiednio przeszkoleni w zakresie prawidłowego i bezpiecznego stosowania chemikaliów oraz poinformowani o ryzyku i poziomie narażenia

Osoby pracujące z domu

Warunki domowe często nie spełniają tych samych standardów bhp, co oficjalne miejsca pracy. Dotyczy to:

- ▶ wyposażenia i sprzętu
- ▶ środowiska fizycznego (ciepło, zimno, oświetlenie, bezpieczeństwo elektryczne, poziom higieny itp.)

Pracownicy powinni otrzymywać odpowiednie informacje na temat:

- ▶ umieszczenia ekranu, aby uniknąć olśnienia
- ▶ rozmieszczenia sprzętu, aby zminimalizować skręcanie lub konieczność dalekiego sięgania
- ▶ urozmaicania podejmowanych zadań roboczych w celu zmiany pozycji
- ▶ robienia regularnych przerw oraz wstawania i poruszania się **przez jedną minutę co godzinę**

▶ **Wspólne wysiłki w celu ochrony
bezpieczeństwa i zdrowia
wszystkich**

▶ Kluczowe filary MOP w odpowiedzi na kryzys Covid-19

- ▶ **Stymulowanie gospodarki i zatrudnienia** poprzez aktywną politykę fiskalną, akomodacyjną politykę pieniężną, udzielanie pożyczek i wsparcie finansowe dla określonych sektorów, w tym dla sektora opieki zdrowotnej
- ▶ **Ochrona zatrudnienia i dochodów przedsiębiorstw i pracowników** poprzez rozszerzenie ochrony socjalnej na wszystkich; wdrażanie programów utrzymania zatrudnienia, oferowanie przedsiębiorstwom środków finansowych/ulg podatkowych lub innego wsparcia
- ▶ **Ochrona pracowników w miejscu pracy** poprzez wzmocnienie działań i środków w zakresie bhp, wspieranie elastycznych form pracy (telepraca), zapobieganie dyskryminacji i wykluczeniu, zapewnienie dostępu do opieki zdrowotnej dla wszystkich, rozszerzenie dostępu do płatnego zwolnienia chorobowego
- ▶ **Oparcie się na dialogu społecznym w zakresie rozwiązań** poprzez wzmocnianie zdolności i odporności organizacji pracodawców i pracowników, wzmocnianie zdolności rządów, wzmocnianie dialogu społecznego, układów zbiorowych oraz instytucji i procesów dotyczących stosunków pracy.

▶ Włączenie bhp do rządowych działań antykryzysowych

- ▶ Promowanie bezpiecznych i godnych warunków pracy, w tym zapewnienie środków ochrony indywidualnej i pomocy medycznej dla wszystkich pracowników, w tym dla osób zaangażowanych w działania ratownicze i rehabilitacyjne
- ▶ Przegląd, ustanowienie, przywrócenie lub wzmocnienie przepisów prawa pracy, w razie potrzeby, w tym przepisów dotyczących ochrony pracy oraz bezpieczeństwa i zdrowia w pracy

Rekomendacja MOP dotyczące zatrudnienia i godnej pracy na rzecz pokoju i odporności, 2017 r. (nr 205)

▶ Dialog społeczny na temat bhp w czasie pandemii

Pracodawcy i ich organizacje powinni:

- ▶ współpracować z rządem w celu kształtowania polityki sprzyjającej odporności biznesowej i zrównoważonemu rozwojowi
- ▶ stosować się do porad udzielonych przez władze krajowe i lokalne
- ▶ przekazywać pracownikom najważniejsze informacje
- ▶ dokonywać aktualizacji lub sporządzić plan ciągłości działania
- ▶ identyfikować i łagodzić zagrożenia dla pracowników
- ▶ promować higienę pracy

Pracownicy i ich organizacje powinni:

- ▶ Brać udział w podejmowaniu decyzji i reagowaniu na epidemię
- ▶ aktywnie współdziałać z pracodawcami w zakresie wdrażania środków zapobiegawczych i ochronnych
- ▶ ściśle przestrzegać zasad higieny w miejscu pracy i przyjmować odpowiedzialne postawy.

► Szczególna rola praktyków bhp

- Ułatwianie dostępu do wiarygodnych informacji
- Promowanie wiedzy o chorobie i jej objawach
- Wspieranie pracodawców w procesie oceny i zarządzania ryzykiem (tj. identyfikacja zagrożeń zakaźnych i niezakaźnych oraz ocena związanych z nimi zagrożeń; wdrażanie środków zapobiegawczych i kontrolnych; monitorowanie i przegląd)
- Pomoc w opracowywaniu lub aktualizacji planów zapobiegania, ograniczania rozprzestrzeniania, łagodzenia skutków i odbudowy działalności biznesowej

► **Komunikaty i wytyczne CIOP-PIB w związku z COVID-19**

- Bezpieczeństwo i ochrona zdrowia osób pracujących w czasie epidemii COVID-19. Ogólne wytyczne i lista kontrolna
- Zasady postępowania z instalacjami wentylacyjnymi w pomieszczeniach podczas zagrożenia koronawirusem
- Zmniejszenie zagrożenia COVID-19 przez zastosowanie promieniowania ultrafioletowego
- Ozonowanie jako metoda przeciwdziałająca skażeniu wirusem SARS-CoV-2

▶ Instrukcje CIOP-PIB dotyczące ŚOI

- ▶ Zasady prawidłowego dopasowania półmasek filtrujących
- ▶ Zasady prawidłowego dopasowania rękawic ochronnych
- ▶ Zasady zakładania i zdejmowania kombinezonu ochronnego
- ▶ Wytyczne CIOP-PIB dla masek niemedycznych przeznaczonych do użytku prywatnego
- ▶ Komunikat w sprawie badania i oceny zgodności środków ochrony dróg oddechowych, odzieży ochronnej oraz środków ochrony oczu i twarzy



International
Labour
Organization

BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENA PRACY

Dziękuję

www.ilo.org/safeday

www.ciop.pl/28kwietnia



▶ CHRONI I RATUJE ŻYCIE