

Particularitățile sănătății și securității în muncă în sectorul serviciilor de coafură



Pentru a promova aspecte ale mediului de lucru legate de sănătate și securitate în acest sector, se recomandă organizarea rotației sarcinilor, astfel încât, în măsura posibilului, să se evite repetiția aceluiași mișcări sau munca extenuantă pe parcursul unei perioade de timp prelungite.

De asemenea, este important să se ia în considerare progresul tehnic în materie de ergonomie în momentul în care se achiziționează echipamente și instrumente noi și în cazul unor noi achiziționări de mobilier sau reamenajări.

Locul de muncă

Locul de muncă Cerințe minime de securitate și sănătate pentru locurile de muncă folosite pentru prima dată și pentru locurile de muncă aflate deja în folosință sunt stabilite în anexa I și, respectiv, în anexa II la Directiva 89/654/CEE din 30 noiembrie 1989 privind cerințele minime de securitate și sănătate la locul de muncă [prima directivă specială în sensul articolului 16 alineatul (1) din Directiva 89/391/CEE]. Ambele anexe impun obligații privind parametrii de bază, cum ar fi stabilitatea și rezistența instalațiilor electrice din clădirile care adăpostesc locurile de muncă, căile și ieșirile de urgență, echipamentele de detectare a incendiilor și echipamentele de stingere a incendiilor,

precum și ventilația locurilor de muncă în spații închise pentru a menține o temperatură adecvată a încăperii, iluminatul natural și artificial, podelele, tavanele și acoperișurile, ferestrele, ușile și porțile, dimensiunile încăperii și volumul de aer în încăperi – libertatea de mișcare la postul de lucru, încăperile pentru odihnă și instalațiile sanitare.

În general, pentru a garanta sănătatea și securitatea lucrătorilor în muncă, locul de muncă trebuie să fie bine organizat și ergonomic. Dacă locul de muncă nu îndeplinește aceste criterii, există o mare probabilitate ca lucrătorii să se confrunte cu probleme de sănătate. Este important de subliniat faptul că frizerii/coaforii, ca și alți lucrători, sunt supuși în mod regulat stresului profesional, care poate avea la bază, printre altele, un volum mare de muncă, necesitatea de a lucra după un program de lucru neregulat, imposibilitatea de a face pauze suficiente, cereri excesive la locul de muncă sau lipsa clarității în ceea ce privește sarcinile care trebuie îndeplinite. Trebuie remarcat faptul că, pe lângă problemele de sănătate mintală, lucrătorii care suferă de stres pe perioade îndelungate pot dezvolta probleme grave de sănătate fizică, cum ar fi problemele musculo-scheletice.

Formare și educare

Este important să se reamintească faptul că, de-a lungul carierei lor, coaforii/frizerii trebuie să urmeze – în conformitate cu normele naționale relevante – cursuri (de actualizare a competențelor) pe diverse teme profesionale, cum ar fi tehnicile ergonomice, și sesiuni de formare privind sănătatea și securitatea în muncă. Scopul este ca aceștia să poată face față mediului de lucru în schimbare și să aibă capacitatea să evalueze riscurile legate de utilizarea anumitor tehnici/posturi/echipamente sau de anumite obiceiuri. Conținutul cursului ar trebui să fie prezentat punându-se accent pe aspectele practice din mediul real, pentru a se asigura că frizerii/coaforii pun în aplicare în mod regulat și cu succes ceea ce au învățat. Acest conținut ar putea fi furnizat și prin intermediul instrucțiunilor vizuale, de exemplu pe platforme video, aplicații, platforme de comunicare socială și telefoane inteligente.

Afecțiuni musculo-scheletice

Simptomele cele mai frecvente ale afecțiunilor musculo-scheletice sunt durerea, mâncărimea, sindromul de tunel carpian, iritația, căldura, crampele, rigiditatea, slăbiciunea și pierderea simțului tactil în timpul mișcării. Zonele afectate pot include umerii, coatele, încheieturile/mâinile (membrile superioare), genunchii (membrile inferioare), gâtul și spatele. Afecțiunile musculo-scheletice pot apărea brusc, dar, de obicei, se dezvoltă treptat. De regulă, durerea și oboseala sunt resimțite mai întâi la sfârșitul zilei de lucru, dar dispar după o perioadă de odihnă. Mai târziu, durerea poate persista chiar și după odihnă. În plus, durerea poate cauza tulburări de somn, care afectează performanța muncii. Ulterior, simptomele pot duce la absențe scurte de la locul de muncă. În cele din urmă, este posibil ca durerea să nu mai dispară: mușchii oboseți încetează să funcționeze eficient și apar simptome clinice. Aceste probleme se dezvoltă lent și adesea este dificil să se determine cauza. Pentru a evita ca simptomele să se agraveze și să devină ireversibile, se recomandă coaforilor/frizerilor să le menționeze medicului lor de îndată ce apar.

Cauzele afecțiunilor musculo-scheletice sunt posturile solicitante, tensionarea statică și mișcările repetitive. De obicei, coaforii/frizerii au posturi solicitante, cum ar fi lucrul în aceeași poziție perioade îndelungate sau statul în picioare perioade îndelungate, purtând încălțăminte nepotrivită. Prin natura muncii, de asemenea, aceștia trebuie să efectueze mișcări repetitive, cum ar fi ridicarea repetată a antebrățelor deasupra umerilor, ridicarea brațelor, înclinarea în lateral sau aplecarea spre înainte, îndoirea gâtului în față și întinderea prea mult a brațelor, precum și îndoirea sau răsucirea încheieturilor. Efectuarea acelor mișcări în mod repetat și pe perioade îndelungate crește riscul de afecțiuni musculo-scheletice. Tensionarea statică apare atunci când o parte a corpului este menținută în mare măsură în aceeași poziție o perioadă îndelungată (mai mult de 4 secunde), timp în care mușchii sunt continuu tensionați. Acest lucru poate duce la probleme care afectează umerii și brațele, precum și spatele. Pozițiile de lucru statice pot include petrecerea de perioade îndelungate în poziția așezat, în poziția în picioare sau în poziția aplecat. Tensionarea statică este frecvent întâlnită la locurile de muncă ce implică mișcări frecvente ale brațelor, coatelor, încheieturilor și degetelor, în timp ce zona gâtului și a umerilor rămâne fixă. Printre măsurile preventive și de

protecție adecvate se numără adoptarea unor practici de lucru adecvate: coaforii/frizerii ar trebui să evite adoptarea unor poziții neadecvate pe perioade îndelungate, alternând atât sarcinile (rotația sarcinilor), cât și munca în picioare cu munca în poziție așezat, utilizând un scaun de coafură, rotindu-se în jurul clienților în timpul lucrului, menținând o distanță adecvată (nu prea aproape, nu prea departe, nu prea sus, nu prea jos), solicitând clienților să coopereze (de exemplu, stând în picioare mai mult sau încovoiindu-se ușor), adoptând o postură corespunzătoare și verificând în oglindă dacă postura lor este corectă. Printre alte măsuri, se numără reglarea fotoliilor și/sau a scaunelor de coafură în funcție de înălțimea clientului, ajustarea înălțimii unității de spălare a părului, utilizarea unor tehnici corespunzătoare de tondere (de la palmă la palmă) și utilizarea unor foarfeci bine întreținute și a unor uscătoare ușoare.

Amenajarea locului de muncă și echipamentele adecvate

Măsurile preventive și de protecție se încadrează în mai multe domenii. Caracteristicile unui mediu de lucru bine amenajat sunt următoarele:

- proximitatea funcțională a diferitelor spații și zone (asigurarea fluidității traficului între diferitele zone);
- un spațiu adecvat și bine organizat care să permită libertatea de mișcare la posturile de lucru; • iluminatul corespunzător (lumină suficientă, dar nu prea puternică);
- o pardoseală adecvată (stabilă, uniformă, solidă și antiderapantă, fără obstacole);
- o bună ventilație;
- temperatură constantă și adecvată;
- o încăpere pentru petrecerea pauzelor și un spațiu ușor accesibil de depozitare a produselor. De asemenea, mobilierul de calitate este important și include: scaune reglabile de coafură (cele în care stau clienții);
- chiuvete cu înălțime reglabilă și de sine stătătoare, care au opțiunea de a fi plasate în diagonală; • o combinație ergonomică de scaun/unitate de spălare a părului (distanța dintre suportul pentru gât și spatele unității de spălare fiind de așa manieră încât coaforii/frizerii să nu fie nevoiți să se întindă foarte mult către clienți);
- scaune rotative cu înălțime reglabilă, cu roți și un șezut pivotant care se înclină ușor spre înainte pentru a menține curba naturală a coloanei vertebrale și cărucioare cu înălțime reglabilă, cu roți. Printre echipamentele adecvate, se numără:
- o foarfecă ergonomică cu suport pentru deget, adaptată special pentru utilizatorii dreptaci sau stângaci;
- mașini de tuns ușoare și fără fir, cu mâner în formă ovală;
- perii de păr ușoare cu mâner suficient de lung și antiderapant și uscătoare de păr ergonomice (ușoare și cât mai silențioase posibil și adaptate special pentru utilizatorii dreptaci sau stângaci), cu mâner cilindric sau oval, cu nivel de vibrații cât mai scăzut posibil. Lipsa de întreținere a echipamentelor sau înlocuirea necorespunzătoare a celor deteriorate crește riscul unei leziuni musculo-scheletice din cauza pozițiilor solicitante, a efortului, a repetării mișcărilor etc.

Boli ale pielii

Cele mai frecvente simptome ale eczemei de contact (fie aceasta iritantă sau alergică) sunt piele uscată, pete roșii, mâncărime, piele descumată, piele fisurată/vezicule, durere și piele crăpată. Eczema este o reacție inflamatorie a pielii care are cauze diferite. Eczema nu este contagioasă (și nu este cauzată de bacterii, ciuperci sau virusuri) și nu poate fi transmisă de la o persoană la alta. Cu toate acestea, pielea deteriorată este predispusă la infecție. Există două tipuri de eczemă (dermatită) de contact: iritantă și alergică. Cauzele eczemei de contact includ mediul umed și produsele cosmetice, în special spălarea părului fără a purta mănuși, ceea ce face ca pielea să intre în contact direct cu produsele cosmetice (șampon, vopsele pentru păr, tratamente pentru păr etc.),

și utilizarea regulată a foarfecilor și a aparatelor de ras. Inflamația mâinilor este, de obicei, rezultatul pielii iritate cauzate de contactul pe termen scurt cu produse cosmetice puternice, cum ar fi decolorantul sau vopselele pentru păr, contactul (în principal) repetat cu substanțe iritante și lucrul frecvent cu produse umede sau cu produse cosmetice blânde, cum ar fi șamponul și săpunul. Contactul repetat cu apa este una dintre cele mai importante cauze ale eczemei. Coaforii/frizerii prezintă un risc mai mare de probleme de piele dacă mâinile lor sunt expuse la apă mai mult de două ore pe zi, dacă se udă pe mâini de mai multe ori pe zi sau dacă aplică de peste 10 ori pe zi șampon pe părul clienților.

Măsuri preventive și de protecție

Protecția adecvată a pielii



Metoda fundamentală de protecție a pielii constă în utilizarea de produse cosmetice care asigură cel mai înalt nivel de protecție a sănătății și a securității lucrătorilor sau, în cazul în care înlocuirea nu este posibilă, utilizarea de produse care implică cel mai scăzut nivel de expunere, precum și alternarea sarcinilor. Se recomandă să existe un echilibru între munca în mediu umed și cea în mediu uscat, dacă este posibil, pentru a evita contactul repetat pe perioade îndelungate cu apa și cu substanțe iritante pentru piele. În principiu, este recomandabil ca frizerii/coaforii să utilizeze un tip blând de săpun și cremă de mâini (fără coloranți și parfumuri), echipamente fără nichel și mănuși fără pudră (un tip adecvat de mănuși de unică folosință sau reutilizabile), să își scoată bijuteriile de pe mâini și degete la lucru și să tundă părul înainte de vopsire.

Pe lângă alternarea muncii în mediu umed cu cea în mediu uscat într-un salon de coafură, coaforii/frizerii își pot proteja mâinile și în viața privată, purtând mănuși călduroase afară pe timpul iernii, utilizând mănuși de protecție când desfășoară activități în mediu umed acasă și tratându-și rănilor imediat și igienic.

Creme pentru piele

Se recomandă utilizarea cremelor pentru piele neutre, hidratante. Cremele nu trebuie să conțină coloranți sau parfumuri, deoarece acestea pot cauza alergii. Toți lucrătorii ar trebui să aibă propria

cremă sau crema trebuie să fie pusă la dispoziție într-un distribuitor pentru a preveni contaminarea încrucișată între diferiți lucrători.

Mănuși (de unică folosință sau reutilizabile – adaptate în funcție de activitatea desfășurată)

Numai tipul adecvat de mănuși oferă protecție. Pentru unele activități de coafură, este oportun să se utilizeze mănuși de unică folosință, care sunt foarte subțiri și, în general, mai confortabile, în timp ce alte activități de coafură sunt mai bine desfășurate cu mănuși reutilizabile, care sunt mai groase. Toate mănușile trebuie să nu conțină latex.

Mănuși de unică folosință

Deoarece purtarea mănușilor este cea mai importantă măsură de reducere la minimum a problemelor de piele, ar trebui întotdeauna purtate mănuși de unică folosință atunci când se amestecă, se aplică și se clătesc vopselele de păr și șampoanele nuanțatoare, când se amestecă, se aplică și se clătesc agenții de decolorare, când se pregătesc, se aplică, se neutralizează și se clătesc soluțiile pentru permanent, precum și în timpul altor tipuri de spălare și clătire a părului.

Nu se recomandă lucrul cu mâinile în apă timp de mai mult de 30 de minute pe oră. Iar dacă mai mult de jumătate din ziua de lucru este petrecută spălând sau clătind, este foarte probabil ca pielea să se usuce. Din acest motiv, se recomandă ca, atunci când se efectuează aceste sarcini, coaforii/frizerii să poarte mănuși de unică folosință (fără latex) lungi care acoperă încheietura mâinii și partea de jos a antebrațului (în mod ideal cu o lungime de aproximativ 30 cm de la manșetă la vârful degetelor), astfel încât să nu poată intra lichid în ele. Aceste mănuși trebuie să fie netede și fără pudră. Este de dorit ca, pe sub mănușile impermeabile, coaforii/frizerii să poarte mănuși subțiri de bumbac pentru a absorbi transpirația.

Mănuși reutilizabile

Pentru a preveni eczemele, coaforii/frizerii ar trebui să folosească, de asemenea, mănuși mai groase, reutilizabile pentru curățarea și dezinfectarea echipamentelor, chiuvelor, podelelor etc. Mănușile sunt personale și nu trebuie niciodată utilizate la comun. Mănușile trebuie scoase în mod corect. Interiorul mănușilor reutilizabile trebuie să fie uscat înainte de a fi folosite din nou.

Sfaturi privind utilizarea mănușilor:

- Cumpărați mănuși de formă și dimensiuni corecte (mică/medie/mare)
- Asigurați-vă că aveți mâinile curate și uscate înainte de a vă pune mănușile
- Scoateți-vă bijuteriile
- Aplicați cremă după ce scoateți mănușile
- Nu reutilizați niciodată mănușile de unică folosință
- Atunci când se lucrează în mediu umed, manșetele mănușilor pe care la poartă coaforii/frizerii trebuie răsucite.

Echipamente non-alergenice

Unele persoane sunt alergice la nichel și au o reacție alergică atunci când pielea lor intră în contact cu obiecte precum bijuterii sau echipamente care conțin nichel.

Coaforii/frizerii pot fi alergici la nichel de dinainte de a intra în profesie sau pot dezvolta o astfel de alergie mai târziu (persoanele alergice la o substanță sunt predispuse să dezvolte alergii și la alte substanțe). În saloanele de coafură, se găsește nichel în ustensilele din oțel inoxidabil, cum ar fi foarfecile și agrafele, coaforii/frizerii alergici fiind expuși la riscul de iritație sau de reacții alergice. Se recomandă ca frizerii/coaforii să își scoată bijuteriile de pe mâini și degete și să nu le pună la loc în timpul zilei de lucru, deoarece purtarea bijuteriilor îi împiedică să își spele și să își usuce corect mâinile, ceea ce trebuie să facă frecvent atunci când execută activități în mediu umed. În plus, umezeala și produsele cosmetice se pot aduna sub bijuterii și pot cauza probleme de piele. Informații suplimentare privind bolile de piele sunt disponibile în alte documente.

Probleme respiratorii

Coaforii/frizerii pot avea probleme respiratorii ca urmare a expunerii la substanțele prezente în produsele cosmetice, cum ar fi coloranți, decoloranți, produse pentru îndreptarea părului, spray-uri de păr sau parfumuri. O astfel de expunere poate provoca o reacție alergică la nivelul căilor respiratorii, determinând simptome printre care se numără tuse, respirație șuierătoare și dificultăți de respirație, strănut, congestie și astm.

Trebuie remarcat faptul că bolile respiratorii apar numai după o expunere repetată pe o perioadă îndelungată la niveluri scăzute de astfel de substanțe.

Simptomele pot apărea după utilizarea substanței respective și sunt exacerbate de lipsa ventilației (corespunzătoare). În timp, odată ce o persoană a devenit sensibilă la o anumită substanță, o singură situație în care intră în contact chiar și cu cantități foarte mici din substanța respectivă poate declanșa simptomele, la niveluri mult mai mici decât cele care au cauzat inițial starea de hipersensibilitate. Starea de sănătate a persoanei afectate se îmbunătățește adesea în afara locului de muncă. Măsurile preventive și de protecție includ evaluarea riscurilor, utilizarea principiului substituției și un sistem de ventilație adecvat.

Angajatorii ar trebui să evalueze riscurile pentru a identifica substanțele susceptibile de a cauza probleme respiratorii care sunt utilizate sau care sunt generate în cadrul sarcinilor îndeplinite și pentru a decide cine și cum ar putea fi afectat.

Ulterior, aceștia ar trebui să utilizeze produse care asigură cel mai înalt nivel de protecție a sănătății și a securității lucrătorilor sau produse care implică cel mai scăzut nivel de expunere, în conformitate cu principiul substituției.

Angajatorii trebuie să identifice metode de prevenire a expunerii în cazul în care înlocuirea nu este posibilă și de reducere la minimum a concentrației, a duratei și a frecvenței expunerii, precum și a numărului de lucrători expuși.

Prin urmare, evaluarea riscurilor ar trebui să includă metode de gestionare a emisiilor la sursă prin modificarea procesului de lucru (evitarea producerii de aerosoli și vapori, instalarea unui sistem de ventilație adecvat pentru a controla emisiile și alte măsuri luate la locul de muncă, cum ar fi amenajarea unor spații separate pentru amestecarea substanțelor).

Se recomandă insistent ca frizerii/coaforii să utilizeze decoloranți fără vaporizare și pulverizatoare cu pompă (fără gaz) și să dilueze corespunzător produsele concentrate (de exemplu, șampoane, coloranți). Este recomandabil ca expunerea și problemele de sănătate să fie monitorizate și reevaluate periodic.

În caz de simptome respiratorii care ar putea fi de natură profesională, ar trebui implementate controale medicale. Este recomandabil ca rezultatele să fie înregistrate, iar lucrătorii și/sau reprezentanții acestora să fie consultați, în special atunci când se evaluează riscurile, expunerile și problemele respiratorii care apar la locul de muncă, atunci când se înlocuiesc anumite substanțe, cu privire la alegerea echipamentului individual de protecție și la rezultatele monitorizării, inclusiv ale monitorizării sănătății. Trebuie remarcat faptul că, pentru unii lucrători, expunerea la latex poate avea ca rezultat nu numai erupții cutanate, urticarii, mâncărimi și simptome la nivelul nasului, ochilor sau sinusurilor, ci și astm sau alergii la latex.

Tinitus, leziuni auditive și epuizare cauzate de zgomot la locul de muncă

Expunerea la un nivel ridicat de zgomot la locul de muncă o perioadă îndelungată poate cauza tinitus (țârâit, șuier, țuit sau bâzâit în urechi) sau deficiențe de auz, care reprezintă o afecțiune dureroasă și poate duce la tulburări de somn.

Deficiențele de auz pot fi o deteriorare permanentă a auzului și pot fi cauzate și de un sunet brusc foarte puternic. De asemenea, un nivel ridicat de zgomot la locul de muncă, în cazul saloanelor de coafură provenit de la echipamente zgomotoase (de exemplu, uscătoare de păr) și de la muzica pusă pe fundal, poate îngreuna auzirea avertismentelor.

În plus, oamenii sunt mai puțin conștienți de ceea ce se întâmplă în jurul lor, ceea ce poate duce la riscuri de siguranță, implicând risc de rănire. De asemenea, zgomotul face mai solicitantă comunicarea, ceea ce sporește senzația de epuizare.

Reducerea volumului zgomotului de fond, de exemplu prin reducerea volumului muzicii, facilitează vorbirea cu alte persoane și auzirea acestora, conversațiile putând fi urmărite mai bine. Este necesar să se adreseze întrebarea „Există o problemă din cauza zgomotului și pot avea o conversație normală cu colegii mei care se află la o distanță de 2 metri?” Dacă nu este posibil să se reducă zgomotul echipamentelor, ar trebui ca acestea să fie înlocuite, în mod ideal, cu echipamente mai silențioase sau cu un proces diferit mai silențios și ca timpul pe care lucrătorii îl petrec într-un spațiu zgomotos să fie limitat.

Pentru a preveni accidentele în saloanele de coafură și pentru a asigura un mediu sigur de lucru, se recomandă ca produsele cosmetice să fie depozitate în condiții corespunzătoare (de la temperaturi scăzute până la temperatura camerei), sticlele și recipientele să fie depozitate sigilate în ambalajul original, iar produsele care prezintă pericol de incendiu să fie păstrate departe de materialele inflamabile. În plus, se recomandă să se ia măsuri de protecție colectivă și individual.

Sursa

*COMISIA EUROPEANĂ Direcția Generală Ocuparea Forței de Muncă, Afaceri Sociale și Incluziune
Direcția pentru condiții de muncă și dialog social Unitatea pentru securitate și sănătate în muncă
Agenția Europeană pentru Securitate și Sănătate în Muncă Comisia Europeană B-1049 Bruxelles E-mail: EMPL-C2-UNIT@ec.europa.e*