

# LA CEFALEA COMO SÍNTOMA Y COMO PATOLOGÍAS EN MEDICINA DEL TRABAJO



## Parte I

### LA CEFALEA COMO SÍNTOMA INCLUIDO EN LOS DISTINTOS PROTOCOLOS.

Referencia: Manual de cefalea para el médico : minusvalía, incapacidad y accidente de trabajo: análisis de las sentencias más relevantes [Monografía] (2009). Editorial/es: Lettera Publicaciones, S.L. ISBN 13: 978-84-936410-4-7.

En los cuadros clínicos secundarios a la exposición a determinados riesgos laborales, la cefalea es un síntoma que se repite, ya sea como patología aislada o, como es más frecuente, englobada dentro de un cuadro clínico más amplio y acompañada de otra sintomatología inespecífica

#### Revisión de los diferentes protocolos:

#### PVD ( PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS)

En este tipo de tareas, el riesgo es fundamentalmente ergonómico y/o visual con dolor de cabeza secundario a problemas de visión o mantenimiento de posturas inadecuadas en el ordenador. Por otro lado, habrá que tener en cuenta la carga mental a la que está sometido el individuo, que puede ser origen de **cefaleas** tensionales, sobre todo en aquellos trabajos con pocas posibilidades de adaptación de los ritmos de trabajo o que conllevan mantener un nivel de exigencia alto para la tarea.

Aspectos preventivos: aconsejarle sobre las modificaciones posturales u organizativas

## **TRABAJOS CON POSTURAS FORZADAS, MOVIMIENTOS REPETITIVOS DE MIEMBROS SUPERIORES Y/O MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.**

El principal factor de riesgo en este caso, son las posturas mantenidas de flexión cervical, asociadas a manipulación manual de cargas, y la realización repetida de movimientos con mano-brazo con los brazos elevados por encima de la línea de los hombros.

Tras realizar una anamnesis dirigida, el médico debe realizar una exploración detenida de la región cervical buscando, por un lado, contracturas musculares y puntos dolorosos y, por otro realizando una exploración neurológica básica de las raíces cervicales.

### **DERMATOSIS LABORALES**

Dentro de los síntomas extracutáneos que acompañan a estas patologías, se encuentran, entre otros los Neurológicos: Narcosis, mareos, **cefaleas**, alucinaciones, polimiotopías, neuropatía periférica...

Ante un trabajador expuesto a pinturas, barnices y lacas, que refiere aparición reciente de **dolor de cabeza o cambios en un cuadro de cefalea preexistente**, realizaremos una detallada exploración de toda la superficie cutánea y mucosas. Si encontramos lesiones, detallarlas.

### **CLORURO DE VINILO MONÓMERO**

**Se debe diferenciar aquí:**

- *Intoxicación aguda:* cuando la sustancia actúa como tóxico para el SNC de forma aguda. Existe relación dosis-respuesta con síntomas como obnubilación, náuseas y vómitos, **cefalea**, parestesias y fatiga.
- *Toxicidad crónica:* la exposición en este caso prolongada en el tiempo-crónica da lugar a la llamada «enfermedad por cloruro de vinilo». Los síntomas neurotóxicos son **precoces**, se presentan en forma de excitación psíquica seguida de astenia, pesadez de miembros inferiores, mareos, **cefalea** y somnolencia.

### **ANESTÉSICOS INHALATORIOS**

El contacto reiterado y mal controlado con anestésicos inhalados, en especial en personal sanitario, provoca síntomas neurológicos (Parestesias, trastornos de la marcha o equilibrio, **cefaleas**, vértigos o aturdimiento)

## **PLOMO.**

El plomo es una sustancia neurotóxica con acción periférica y central.

Entre los primeros efectos del plomo se encuentran modificaciones del humor, pérdida de memoria y, de la capacidad de atención, **cefaleas**, dolores musculares y articulares e insomnio.

En los trabajadores expuestos a plomo, es preceptivo realizar análisis específicos que sirvan para vigilar la exposición o el grado de afectación.

### **Actitudes preventivas:**

Criterios de cambio preventivo de puesto de trabajo (alejamiento de la exposición):

- Mujeres embarazadas ó en periodo de lactancia.
- En el caso de que se superen cualquiera de los valores biológicos o ambientales calificados como exposición de riesgo
- En el caso de que **aparezcan síntomas** susceptibles de ser causados por el plomo, más aun, si se acompañan de alteraciones de alguno de los tests específicos, incluso si éstos no alcanzan el valor límite.

**El criterio clínico debe prevalecer** como indicador para el alejamiento del puesto de trabajo.

## **CITOSTÁTICOS.**

Los trabajadores que manipulan citostáticos, generalmente del ámbito sanitario o personal de laboratorio, fundamentalmente cuando se trabaja en áreas mal ventiladas, pueden presentar síntomas tales como mareo, vértigo, náuseas, **cefalea** y reacciones alérgicas.

## **NEUROPATÍAS POR PRESIÓN**

Las patologías por atrapamiento de nervios periféricos son muchas, variando su sintomatología en función del nervio afectado y del grado de alteración.

Destaca la sintomatología en los pacientes con **plexopatía alta** (C5–C6–C7) el dolor o las manifestaciones neurológicas sensitivas, se suelen localizar en la parte anterior del cuello (p. ej., suele señalarse el esternocleidomastoideo), irradiándose hasta mandíbula, cara y ocasionalmente oreja. No suelen ser infrecuentes las **cefaleas occipitales** o los pinchazos o punzadas sobre la calota craneal (p. ej. punzadas en la `coronilla' al peinarse).

Dentro de los síndromes neurológicos que pueden originar cefalea, mención especial merece el SDR DE BARRE-LIEOU.

<b>SÍNTOMAS QUE CARACTERIZAN AL SÍNDROME DE BARRÉ-LIEOU</b>		
<b>Cefalea (dolor de cabeza)</b>	<b>Dolor facial</b>	<b>Dolor de oído</b>
<b>Vértigo</b>	<b>Tinnitus</b>	<b>Pérdida de la voz</b>
<b>Ronquera</b>	<b>Dolor de cuello</b>	<b>Fatiga severa</b>
<b>Congestión nasal</b>	<b>Dolor de pecho</b>	<b>Sensación de protusión ocular</b>

Existe hipertonía del Sistema Simpático Cervical por irritación del simpático entre C5-D1.

### **PLAGUICIDAS.**

El manejo incorrecto de los plaguicidas por los trabajadores en contacto con estas sustancias y en especial con trabajadores de invernaderos, produce con frecuencia intoxicaciones agudas. También, en la vigilancia de la salud de los trabajadores expuestos a plaguicidas cobran especial importancia los efectos que éstos pueden tener en los trabajadores expuestos durante un tiempo prolongado a dosis mínimas, es decir, crónicamente. La pérdida de horas de trabajo y la presencia de secuelas invalidantes de por vida en algunos intoxicados ocasiona, además, importantes problemas socioeconómicos en nuestro medio.

Tanto en los cuadros agudos, de corta exposición, pero dosis elevadas, como en los crónicos podemos encontrar **cefaleas**, dentro de un cuadro neurológico más o menos florido y con otros síntomas neurológicos, o no acompañantes.

## **OXIDO DE ETILENO**

Esta sustancia presenta toxicidad descrita para el hombre, especialmente en las intoxicaciones agudas o subagudas.

### **Aguda y subaguda.**

Ocasiona sintomatología fuertemente irritante a nivel local, con un periodo de latencia de unas horas, y en especial para los ojos y la piel. En los ojos, las lesiones pueden ser irreversibles y en grandes concentraciones puede producir cataratas.

Cuando la exposición es por inhalación, puede provocar:

- Irritación de vías respiratorias: disnea, cianosis, incluso edema pulmonar.
- Trastornos en el aparato digestivo: náuseas, vómitos y diarreas.
- Trastornos neurológicos: **cefaleas**, somnolencia, incoordinación.

## **VIBRACIONES**

- Las vibraciones de baja frecuencia entre 2 y 20 Hz suelen afectar a las personas que manejan máquinas en movimiento, y pueden causar (dependiendo siempre del tiempo de exposición) dolor abdominal y/o lumbar, alteraciones digestivas, **dolor de cabeza**, problemas de sueño, etc. (típico de los camioneros o recolectores en jornada intensiva).

## **CONSIDERACIONES DE APTITUD Y SENSIBILIDAD DEL TRABAJADOR CON CEFALEA CRÓNICA**

- El ataque de migraña produce generalmente una incapacidad temporal (IT)
- En la Migraña con aura, aparecen diversos síntomas neurológicos reversibles
- En la cefalea en racimos (Cluster headache) y en las migrañas los síntomas pueden incluir cambios en la visión, cambios en el movimiento o en la sensibilidad, convulsiones, cambios en la agudeza mental, náuseas o vómitos y tras las crisis una mayor somnolencia.
- En el caso de cefaleas tensionales, la duración del dolor, que puede ir de 30 minutos a horas, o bien hacerse constante, es lo que más incide en la aptitud del trabajador, pues, durante las fases de cefalea se ha demostrado una disminución de la capacidad de concentración y de respuesta a los estímulos.

- En las **cefaleas secundarias** Tras la fase aguda, incluso en ausencia de secuelas importantes, parece lógico establecer un **periodo de observación** (Apto en observación)
- En las cefaleas debidas a la exposición a una sustancia o a la privación de ésta, el dolor de cabeza nos sirve de síntoma alerta, pero prestaremos especial atención a la aparición de alteraciones de coordinación, pérdida o distorsión de capacidad visual, vértigo u otros síntomas neurológicos acompañantes.
- Debemos valorar también la posibilidad de que el paciente migrañoso presente **trastornos permanentes**: hipersensibilidad a la estimulación visual, alteración de la memoria lógica o trastornos de la función olfatoria (hiposmia, anosmia) por el riesgo asociado a su actividad.
- **Asociación de la cefalea, cualquiera que sea su tipo con diversas patologías (Comorbilidades asociadas) : síndrome de las piernas inquietas, síntomas de depresión, ansiedad, estrés o insomnio, mareo. mayor riesgo de formación de coágulos en las venas de las piernas, trombosis venosa profunda, accidente cerebrovascular, trastorno de estrés postraumático etc. a valorar en cuanto a su aptitud.**

**RIESGO POR LOS FARMACOS, EN ESPECIAL LIGADOS A PUESTOS CON CONDUCCIÓN DE VEHÍCULOS O AL USO DE MAQUINARIAS PELIGROSAS. (Más desarrollo en el grupo 3)**

El **Reglamento General de Circulación** prohíbe conducir tras haber ingerido medicamentos que “alteren el estado físico o mental”. Así se especifica en su **artículo 27** que:

*"No podrá circular por las vías objeto de la legislación sobre tráfico, circulación de vehículos a motor y seguridad vial, el conductor que haya ingerido o incorporado a su organismo drogas tóxicas o estupefacientes, o se encuentre bajo los efectos de medicamentos u otras sustancias que alteren el estado físico o mental apropiado para hacerlo sin peligro"*

**Actuaciones preventivas:**

1. Valorar los efectos adversos de los fármacos utilizados en el tratamiento de la cefalea
2. Evaluar y valorar los factores de riesgo tanto por la enfermedad, como por los fármacos, para su prevención:

- a) Dificultad para la concentración
- b) Alteraciones de la visión
- c) Fatiga
- d) Lentitud de respuesta y falta de coordinación motora
- e) Reducción de la alerta / atención
- f) Desprecio de la percepción del riesgo
- g) Trastornos del ánimo
- h) Trastornos de sueño

### **PUESTOS DE TRABAJO CON ESPECIAL RIESGO DE ACCIDENTABILIDAD POR CEFALEA: (Más desarrollo en el grupo 3)**

- **Trabajos en alturas-Trabajos verticales:** albañiles, encofradores, arquitectos, ingenieros, técnicos en prevención de riesgos laborales, mantenimiento, electricistas. Riesgo asumible si el trabajador está debidamente protegido.
- **Conductores** de automóviles, por la posibilidad de accidentes “in itinere” o en misión, que se contempla, en general, como una de las causas más frecuentes de accidentabilidad laboral.
- **Conductores de vehículos de pasajeros:** autobuses, metro, tranvía, trenes.
- **Controladores aéreos, pilotos.**
- **Conductores de vehículos con mercancías peligrosas.**
- **Conductores de maquinaria industrial:** gruistas, conductores de retroexcavadoras, camiones, remolques,...
- **Trabajos de precisión:** cirujanos, joyeros, trabajos con determinadas maquinarias que requieran una correcta coordinación psicomotriz, etc.
- **Trabajos con maquinas** cuyo mal uso, por un factor humano, pueda conllevar un riesgo para la integridad del trabajador: cizalladoras, prensas.
- **Trabajadores a turnos** (sanitarios, fuerzas de orden publico, cadenas de producción).

protocolo VS	riesgos asociados	puestos de trabajo de mayor riesgo	síntomas que acompañan a la cefalea	medidas preventivas a adoptar
<b>MMC</b>	<p>endógenos</p> <p>peso y volumen de la carga zona del cuerpo donde se coloca</p> <p>condiciones medioambientales del lugar de trabajo</p> <p>Otros riesgos asociados (vibraciones...)</p> <p>ritmo de trabajo</p>	<p>Carga/descarga</p> <p>Cuidado de enfermos/niños</p> <p>Fábrica de muebles</p> <p>Metalurgia</p>	<p>dolores osteo-articulares</p> <p>neuropatías</p> <p>síntomas vasomotoras</p> <p>Síntomas neurológicos/psicológicos asociados (insomnio...)</p>	<p>Vigilancia específica de salud</p> <p>Formación e información de los trabajadores</p> <p>EPIs: lumbostatos</p> <p>Cambio de puesto si hay contraindicación de manipular cargas</p> <p>Ayudas mecánicas</p>
<b>PVD</b>	<p>fatiga visual: descansos insuficientes, iluminación, distancia a la pantalla</p> <p>posturas inadecuadas de columna cervical</p> <p>estrés</p>	<p>administrativos, teleoperadoras, venta de billetes (tren, avión)</p>	<p>Alt. visuales, Fatiga muscular; fatiga mental</p> <p>Alt. den embarazo</p>	<p>Formación e información de los trabajadores</p> <p>Reconocimiento médico específico</p> <p>Modificaciones posturales y organizativas</p>
<b>CLORURO DE VINILO</b>	<p>Tóxico</p> <p>Carcinógeno</p>	<p>fabricación, recuperación y transporte de CV</p> <p>fabricación de PVC</p>	<p>TOXICIDAD AGUDA: irritante para piel, ojos y mucosa respiratoria y tóxico para el SNC de forma aguda. efecto narcótico:obnubilación,nauseas y vómitos, cefalea, parestesias y fatiga</p> <p>Toxicidad cronica: síntomas neurotóxicos de excitación psíquica, Alt. microcirculación, Alt. hígado y bazo, cáncer de hígado ( hemangiosarcoma), acrosteolisis, esclerodermia</p>	<p>Control ambiental</p> <p>Formación e información de los trabajadores</p> <p>Reconocimiento médico específico</p> <p>Cambio de puesto temporal o definitivo ante síntomas persistentes</p>
<b>PLOMO</b>	<p>Alteración glóbulos rojos</p>	<p>Metalurgia de plomo, soldadura, aleaciones</p>	<p>Anemia</p>	<p>Reconocimiento médico específico</p>

	<p>Neurotóxico periférico y central</p> <p>Daño renal</p> <p>Efectos sobre la reproducción Sistema cardiovascular</p> <p>Carcinógeno</p>	<p>Chatarra</p> <p>Baterías</p> <p>Fabricación tuberías Explosivos, Insecticidas</p> <p>Pinturas y barnices. Plásticos</p>	<p>Nefritis</p> <p>Hipoespermia, Abortos, daño fetal. HTA y aumento de riesgo coronario (estómago, pulmón y vejiga)</p>	<p>Monitorización biológica: plumbemia, ZPP</p> <p>Formación e información de los trabajadores</p> <p>Cambio de puesto temporal o definitivo ante alteraciones de estado de salud</p>
<b>CITOSTÁTICOS</b>	<p>Irritante de piel y mucosas, sobre todo de tracto respiratorio</p> <p>Alergénico: hipersensibilidad inmediata y anafilaxia sistémica</p> <p>Toxicidad cutánea y mucosa</p> <p>Teratógeno.</p> <p>Carcinógena:</p> <p>Mutágena. Alteración corneal.</p> <p>Cardiotóxico, hepatotóxico, nefrotóxico</p> <p>Hemorrágico</p> <p>Neurotóxicos</p>	<p>Municiones, Imprenta</p> <p>fabricación, preparación, distribución o transporte interno, administración, tratamiento de derrames o contaminaciones, o eliminación de residuos y excretas</p>	<p>INTOXICACION AGUDA (rara): cólico, encefalopatía, daño renal y hepático</p> <p>Tos, disnea</p> <p>abortos espontáneos y malformaciones, alteraciones en la menstruación e infertilidad</p> <p>vejiga, nasofaríngeo y leucemia</p> <p>mareo, vértigo, nauseas, cefalea</p>	<p>Control ambiental</p> <p>Monitorización biológica</p> <p>Formación e información de los trabajadores</p> <p>Reconocimiento médico específico</p> <p>Cambio de puesto temporal o definitivo ante síntomas persistentes</p>
<b>PLAGUICIDAS</b>	<p>Intoxicación aguda</p>	<p>Uso en agricultura: tractoristas, fumigadores</p> <p>Personal de desinsectación de locales</p>	<p>I. AGUDA</p> <p>Neurológicos: mareo, cefalea, temblor, depresión y pérdida de consciencia, nerviosismo, convulsiones, síncope, fasciculaciones, parálisis, parestias</p>	<p>EPIs</p> <p>Información y formación</p> <p>Sustitución de productos más peligrosos</p>

	Intoxicación crónica	Usuarios de locales desinsectados	Dermatológicos, digestivos, cardiovasculares, oculares, cardiorespiratorios I.CRÓNICA: astenia, anorexia, cefalea, temblor, parestias, Alt. libido. Algunos, mutagénicos, cancerígenos	Ventilación adecuada Vigilancia específica de salud: colinesterasas
<b>AGENTES BIOLÓGICOS</b>	Dermatitis irritativa o alérgica  Enfermedades respiratorias(asma ocupacional) y AAE Zoonosis por contagio directo o indirecto  Intoxicaciones alimentarias  Abortos o alteraciones fetales	Producción o manipulación de alimentos  Minería, agricultura, excavaciones  Ganadería  Sector sanitario, laboratorios Prisiones, Fuerzas armadas, bomberos, funerarias Docencia, guardería, asilo Industria textil, algodón Fabricación de aceites y lubricantes	Los síntomas varían en función del agente.  Dermatitis por sensibilización, sin cuadro general Enfermedad infecciosa: cefalea dentro de cuadro de afectación generalizada  Intox. alimentaria: cefalea y fiebre son indicativos de gravedad y probable origen bacteriano  Brucelosis: cefalea es precoz	Reducir la exposición Medidas higiénicas: lavado de manos, uso de guantes, mascarilla, etc.  Vacunación Detección de personal especialmente sensible: catéteres, inmunocomprometidos, embarazo, lactancia...  Información y formación
<b>POSTURAS FORZADAS</b>	Sobrecargas musculares, articulares o de tejidos blandos	Trabajos en bipedestación prolongada: dependientes, vigilantes, militares  Trabajos en sedestación prolongada: conductores, controladores, PVD Talleres de precisión  Taller mecánico Cadenas de montaje	Sobrecargas de región cervical. Según gravedad del cuadro puede haber: dolor, rigidez, cefalea occipital, braquialgias, vértigo, hipoestesia MMSS	Vigilancia sanitaria específica con Exploración detallada de ap. locomotor para DETECCIÓN PRECOZ de los síntomas  Información y formación Mejora de condiciones de trabajo Medidas organizativas: rotación, pausas

<p><b>MOVIMIENTOS REPETITIVOS</b></p>	<p>Efecto biomecánico:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Movimientos de pronosupinación en antebrazo y/o muñeca, especialmente realizados contra-resistencia</li> <li>– Repetidas extensiones y flexiones de muñeca.</li> <li>– Desviaciones radiales o cubitales repetidas.</li> <li>– Existencia de movimientos repetidos contra resistencia.</li> <li>• Factores predisponentes: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Mujeres en época menstrual y embarazo.</li> <li>– Anomalías anatómicas: semilunar más grande, etc.</li> <li>– Anomalías en la calidad del líquido sinovial.</li> </ul> </li> <li>• Factores desencadenantes: organizacionales.</li> </ul> <p>Traumatológicos</p>	<p>Delineantes, dibujante</p> <p>Cadenas de montaje, Industria textil, Tejedoras</p> <p>Curtidores, industria caucho, pintor, escayolista</p> <p>Cajeras, peluqueras, conservera, músicos, carnicero, pescadero</p>	<p>tendinitis, tenosinovitis, mialgias y atrapamientos de nervios distales</p> <p>Puede existir cefalea irradiada o neuralgias</p>	<p>Vigilancia sanitaria específica con Exploración detallada de ap. locomotor para DETECCIÓN PRECOZ de los síntomas</p> <p>Información y formación</p> <p>Mejora de condiciones de trabajo</p> <p>Medidas organizativas: rotación, pausas</p>
<p><b>DERMATOSIS</b></p>	<p>FACTORES MECÁNICOS: Traumatismos, fricción, presión, polvo</p> <p>FACTORES FISICOS: radiación , humedad, calor , frío</p> <p>FACTORES QUIMICOS: detergentes, colorantes, disolventes, aceites, amianto, asbesto</p> <p>FACTORES BIOLÓGICOS</p> <p>COFACTORES: Eccema,</p>	<p>Sanitarios</p> <p>Artes gráficas, fotografía</p> <p>Construcción, metalurgia, pintores, fabricación pintura, disolventes o aceites</p> <p>Peluquería</p> <p>Panaderos, cocineros</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Daño hepático y renal,</li> <li>• Efectos hematológicos</li> <li>• Alteraciones oculares: conjuntivitis, iritis, queratitis.</li> <li>• Respiratorios: asma, disnea, rinorrea</li> <li>• Neurológicos: Narcosis, mareos,</li> </ul>	<p>Vigilancia sanitaria específica.</p> <p>EPIs</p> <p>Sustitución de productos más peligrosos</p> <p>Información y formación</p> <p>Ventilación adecuada</p>

	psoriasis, acné, xerodermia		cefaleas, alucinaciones, polimiotopías, neuropatía periférica • Fiebre, malestar general, inflamación ganglionar, eritema multiforme	
<b>ASMA</b>	Fact. de riesgo ambientales: concentración de alérgeno, tipo exposición, ventilación y aireación Fact. de susceptibilidad individual: atopia, hipereactividad bronquial, tabaquismo	Panadería, silos, molinos, café, champiñón, conserva  Apicultura, ganadería, cuidado aves  Flores, fertilizantes, latex Indust. farmacéutica, sanitarios, laboratorio Peluquería Calderas, metalurgia Carpintería, textil, pinturas, construcción Insecticidas	<b>Clínica dependiente de la hipoxemia</b>  Neurológica :incoordinación motora, somnolencia, convulsiones Cardiovascular: taquicardia, HTA, arritmia, shock  Cutánea: palidez, cianosis Respiratoria: disnea, tiraje <b>Clínica dependiente de hipercapnia</b> Neurológica: somnolencia, confusión, cefalea Cardiovascular: HTA, taquicardia Cutánea: vasodilatación  <b>INSUFICIENCIA RESP AGUDA:</b> Cianosis Uso de la musculatura respiratoria auxiliar Obnubilación, cefalea Taquicardia > 130 Lat. /min. Inestabilidad hemodinámica Taquipnea >40	La aparición de síntomas neurológicos es un SINTOMA DE ALERTA, y requiere derivar a neumólogo  Control de factores de riesgo  Detección de personal sensible  Vigilancia sanitaria específica Ventilación adecuada Abandono del tabaco  URGENCIA VITAL
<b>OXIDO DE ETILENO</b>	Irritante piel y mucosas  Toxicidad	Personal sanitario, o de esterilización Fabricación, envasado, transporte, manipulación	<b>Toxicidad aguda y subaguda:</b>  Irritación piel y ojos	personal susceptible de un no apto temporal: embarazo, lactancia, con intención de gestación No apto: dermatitis o asma por OE, tumores

	Cancerígeno y mutágeno		Irritación vías respiratorias( disnea, edema pulmonar) y digestivas (nauseas, vómitos) Alt. neurológica: cefalea, somnolencia Dermatosis Polineuritis sensitivo-motora Leucemia linfoide y los linfomas no Hodcking Abortos, infertilidad, malform. fetal	Límites de exposición Vigilancia específica de salud Información y formación
<b>ANESTESICOS INHALATORIOS</b>	Toxicidad	Personal de quirófano, odontólogos, veterinarios Usuarios de locales donde se usen  Fabricación	Síntomas neurológicos (Parestesias, trastornos de la marcha o equilibrio, cefaleas, vértigos o aturdimiento  Trastornos en la visión Síntomas de enfermedad hepática o renal Infertilidad o esterilidad. Alt. de hematopoyesis	Vigilancia específica de salud  Información y formación No apto temporal: déficit de vitamina B12 o de ácido fólico
<b>RUIDO</b>	Daño auditivo Daño coclear Daños extra-auditivos	Construcción, metalurgia, Fábricas Obras publicas	Hipoacusia Vértigos Bajo peso al nacer Alt. de SNC y SNA HTA, aumento de cortisol	Respetar límites de exposición-Tipo EPIs Vigilancia específica de salud Información y formación
<b>NEUROPATIAS</b>	Manipulación de cargas Puntos mantenidos de presión Movimientos forzados repetidos Uso de herramientas	Talleres de precisión Construcción, Trabajadores manuales	plexopatía alta (C5-C6-C7) plexopatía baja (C8-T1). SÍNDROME DE BARRE-LIEOU.	Descansos adecuados Información y formación Vigilancia específica de salud
<b>SILICOSIS-NEUMOCONIOSIS</b>	Concentración ambiental de polvo inorgánico Tiempo de exposición	Minas, fundición, vidrio, cerámica	Silicosis Cáncer de pulmón TBC	Limitar exposición EPIs Vigilancia específica de salud Información y formación
<b>VIBRACIONES</b>	<b>Cuerpo entero</b>	Tractores, camiones, trituradoras móviles	Hernias de disco	Información y formación

<p>Lesión de columna</p> <p>Lesión oído interno</p> <p>Alt. SN</p> <p><b>Mano-brazo</b>  Sdr. dedo blanco  Alt. articulares, musculares  Daño nervioso sensorial</p>	<p>Montacargas</p> <p>Ferrocarriles y trenes suburbanos, autobuses, taxis, botes hovercraft, helicópteros y aeronaves</p> <p>Maquinaria pesada (prensas y forjas).</p> <p>Manejo de herramientas manuales que vibran</p>	<p>Abortos</p> <p>Alt. de la concentración</p> <p>Alt. vestibular</p> <p>Dolor punzante, cambio color cutáneo  Disminución de fuerza  Hormigueo</p>	<p>Mejora de condiciones de trabajo</p> <p>Medidas organizativas: rotación, pausas</p> <p>Vigilancia específica de salud  EPIs</p>
--	--	---	--

**Esquema: Revisión de Protocolos, factores de riesgo y Aspectos preventivos en relación a cefalea entre los síntomas incluidos.**

**Parte II**

**CONCEPTO DE ESPECIAL SENSIBILIDAD Y CEFALEA COMO  
PATOLOGÍA.  
RELACION CON PUESTOS DE TRABAJO Y RIESGOS  
LABORALES**

**Referencia:** Manual de cefalea para el médico: minusvalía, incapacidad y accidente de trabajo: análisis de las sentencias más relevantes [Monografía] (2009). Editorial/es: Lettera Publicaciones, S.L. ISBN 13: 978-84-936410-4-7.

**Concepto de Especial sensibilidad**

Se refiere a aquellos trabajadores que por sus características personales, estado biológico o por su discapacidad física, psíquica o sensorial, debidamente reconocidas, tengan una susceptibilidad superior al resto de los trabajadores, frente a un determinado riesgo.

Este concepto viene regulado en la LPRL 31/95. Art. 25 de Protección de trabajadores especialmente sensibles a determinados riesgos. Lleva aparejadas dos consideraciones:

- A. Evaluación de riesgos con especial valoración adaptada a la sensibilidad
- B. Medidas preventivas o de protección a adoptar con los siguientes objetivos:
  1. Proteger a los grupos especialmente sensibles contra los riesgos que les afectan de manera específica.
  2. Acondicionar los lugares de trabajo.
  3. Poner a disposición de los trabajadores equipos de trabajo adecuados para el trabajo, de manera que se garantice su seguridad y salud.
  4. La legislación en materia de lucha contra la discriminación también puede exigir adaptaciones en el trabajo y en los recursos del lugar de trabajo.

**Esquema básico de actuación:**



## Consideraciones de Aptitud y Sensibilidad en el trabajador con **cefalea crónica o Migraña.**

- El ataque de migraña produce generalmente una incapacidad transitoria
- En la Migraña con aura (migraña clásica) aparecen diversos síntomas neurológicos reversibles
- En la cefalea en racimos y en las migrañas los síntomas pueden incluir cambios en la visión, cambios en el movimiento o en la sensibilidad, convulsiones, cambios en la agudeza mental, náuseas o vómitos y tras las crisis una mayor somnolencia.
- En el caso de cefaleas tensionales, la duración del dolor, que puede ir de 30 minutos a horas, o bien hacerse constante, es lo que más incide en la aptitud del trabajador, pues, durante las fases de cefalea se ha demostrado una disminución de la capacidad de concentración y de respuesta a los estímulos.
- En las cefaleas secundarias Tras la fase aguda, incluso en ausencia de secuelas importantes, parece lógico establecer un *periodo de observación*

- En las cefaleas debidas a la exposición a una sustancia o a la privación de ésta, el dolor de cabeza nos sirve de síntoma alerta, pero prestaremos especial atención a la aparición de alteraciones de coordinación, pérdida o distorsión de capacidad visual, vértigo u otros síntomas neurológicos acompañantes.
- Debemos valorar también la posibilidad de que el paciente migrañoso presente trastornos permanentes: hipersensibilidad a la estimulación visual, alteración de la memoria lógica o trastornos de la función olfatoria (hiposmia, anosmia)
- *Asociación más frecuente con diversas patologías (Co-morbilidades asociadas) : síndrome de las piernas inquietas* síntomas de depresión, ansiedad, estrés o insomnio, mareo. mayor riesgo de formación de coágulos en las venas de las piernas, trombosis venosa profunda, accidente cerebrovascular, trastorno de estrés posttraumático etc. a valorar en cuanto a su aptitud.

puesto de trabajo	riesgos asociados a la cefalea	riesgos asociados al puesto	aspectos preventivos
<b>Trabajos en alturas/verticales</b>	alteraciones de la visión en aura somnolencia por fármacos perdida de concentración Alt. de coordinación	caídas	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Conductor, piloto</b>	escotoma visual , fotofobia Rinorrea, lagrimeo y síndrome de Horner somnolencia por fármacos	accidentes	a valorar de forma individual según características de la cefalea  a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Sanitarios (cirugía, médico, DUE)</b>	Alt. motoras y sensitivas escotoma visual , fotofobia Alt. de coordinación perdida de concentración	cortes contagio por contacto con fluidos	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Controlador aéreo/ferroviario</b>	escotoma visual , fotofobia sonofobia perdida de concentración somnolencia por fármacos	accidentes	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa

<b>Laboratorio</b>	Alt. motoras escotoma visual , fotofobia Alt. de coordinación	contagios quemaduras Intoxicaciones	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Recogida de muestras biológicas( DUES, veterinarios, auxiliares)</b>	Alt. motoras y sensitivas  escotoma visual , fotofobia Alt. de coordinación perdida de concentración	Pinchazos Contagio por incumplimiento de normas	a valorar de forma individual según características de la cefalea  a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>operario maquina industrial</b>	escotoma visual , fotofobia Alt. de coordinación somnolencia por fármacos	Atropamientos Cortes Proyección de partículas	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Dosificación de sust. tóxicas o peligrosas</b>	Alt. visuales Alt. de coordinación	Quemaduras Intoxicación Errores de dosis	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Despiece de alimentos (carnicería, pescadería...)</b>	Alt. motoras y sensitivas	Pinchazos	a valorar de forma individual según características de la cefalea

	Alt. de coordinación	Cortes	a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>trabajadores construcción y obras públicas</b>	Alt. motoras y sensitivas Alt. de coordinación escotoma visual , fotofobia sonofobia	caídas a mismo nivel ruido cortes por objetos o herramientas Proyección de partículas golpes	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Artesanos: carpintero, ebanista...</b>	Alt. motoras y sensitivas Alt. de coordinación escotoma visual , fotofobia	cortes por objetos o herramientas Proyección de partículas golpes	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa
<b>Electricista</b>	Alt. motoras y sensitivas Alt. de coordinación escotoma visual , fotofobia somnia por fármacos	Trabajo en alturas Trabajo subterráneo Trabajos de especial peligrosidad Exposición al ruido Exposición a sustancias sensibilizantes Manejo de equipos eléctricos Manejo de maquinaria que origina vibraciones  Manejo de equipos o herramientas con elementos cortantes, punzantes o perforantes	a valorar de forma individual según características de la cefalea a valorar de forma individual según condiciones del puesto a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa

<p><b>Mineros, canteros</b></p>	<p>Alt. motoras y sensitivas</p> <p>Alt. de coordinación</p> <p>escotoma visual , fotofobia somnolencia por fármacos sonofobia</p>	<p>Manejo de maquinaria que origina vibraciones</p> <p>Manejo de equipos o herramientas con elementos cortantes, punzantes o perforantes</p> <p>Manejo de materiales o sustancias inflamables</p> <p>Manejo de materiales explosivos</p> <p>Manejo de equipos eléctricos</p> <p>Trabajo en alturas</p> <p>Trabajo subterráneo</p> <p>Trabajos de especial peligrosidad</p> <p>Inhalación de polvo, humos, gases o vapores</p> <p>Exposición al ruido</p>	<p>a valorar de forma individual según características de la cefalea</p> <p>a valorar de forma individual según condiciones del puesto</p> <p>a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa</p>
<p><b>Metalurgia: soldador</b></p>	<p>Alt. motoras y sensitivas</p> <p>Alt. de coordinación</p> <p>escotoma visual , fotofobia somnolencia por fármacos sonofobia</p>	<p>Exposición a temperaturas extremas</p> <p>Exposición a sustancias sensibilizantes</p> <p>Exposición a sustancias carcinógenas</p> <p>Trabajos en intemperie</p> <p>Manejo de equipos o herramientas con elementos cortantes, punzantes o perforantes</p> <p>Manejo de materiales o sustancias inflamables</p> <p>Manejo de materiales explosivos</p>	<p>a valorar de forma individual según características de la cefalea</p> <p>a valorar de forma individual según condiciones del puesto</p> <p>a valorar en relación a la evaluación de riesgos de la empresa</p>

		Manejo de equipos eléctricos lesiones oculares por proyección de partículas Inhalación de polvo, humos, gases o vapores Exposición al ruido Exposición a temperaturas extremas Exposición a sustancias carcinógenas	
--	--	--	--

**Esquema: Revisión de Puestos de trabajo, factores de riesgo y Aspectos preventivos en relación al trabajador con cefalea.**