El trabajo en una ganadería, una profesión de riesgo

Desgraciadamente no hay año que pase sin que nos enteremos de algún grave accidente en ganadería, ya sea un problema con un tractor, con algún semental o simplemente alguna enfermedad "pillada" en la granja. No pretendo hacer un manual de salud laboral, pero sí recordar algunos factores que pueden hacer peligrar de forma innecesaria, nuestra salud a todos los que trabajamos en explotaciones ganaderas.

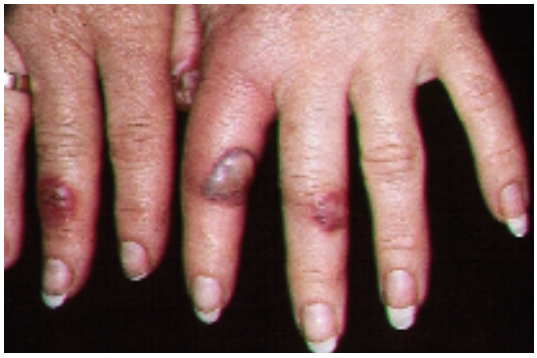
El uso de guantes

En una época donde se nos ha enseñado que había que lavarse bien las manos después de tocar al perro o al gato o antes de sentarse a comer, todavía vemos ordeñadores que no usan guantes. La excusa es siempre la misma: es que no me apaño con ellos, es que hace demasiado frío/calor… Estamos hablando de estar tocando estiércol y bacterias durante varias horas al día, todos los días del año!!! Ya no solo hablamos de la posibilidad de ser transmisores de enfermedades al tocar una vaca y luego otra y con ello pasar ciertas bacterias de una vaca a otra, sino que además podemos enfermar por ello. ¿Qué opinaríamos si un cirujano no utilizara guantes durante sus intervenciones? Primero que sería responsable de transmitir enfermedades de un enfermo a otro y segundo, que él acabaría también enfermo, seguro.

Sin embargo, en una ganadería –ya de por sí cargada de bacterias de forma natural– nos creemos inmunizados porque llevamos muchos años y nunca ha pasado nada. Hasta que pasa.

Además normalmente en las ganaderías, se realizan de forma simultánea diversas tareas. El ganadero puede estar ordeñando, salir y dar la leche a los terneros y después ir a ayudar en un parto. Pensemos en la cantidad de bacterias que se pueden trasladar con él por toda la ganadería. Si aplicamos medidas de bioseguridad para no dejar "entrar" bacterias a nuestra explotación, ¿no sería lógico no ayudar a propagarlas dentro de ella?

Existen además ciertas infecciones que podemos recibir de las vacas. Una de ellas es el llamado nódulo del ordeñador. Es una enfermedad cutánea benigna que suele afectar a las manos de los ordeñadores. Fue descrito en 1896 por Kaempfer y viene producido por una zoonosis (enfermedad de los animales que pasa a los humanos) y relacionado con un poxvirus. El periodo de incubación suele rondar los 4 a 7 días aunque puede llegar a las 2 semanas. Comienza con una mácula eritematosa y sigue hasta alcanzar el estadio de una vesícula con una zona central enrojecida rodeada por un anillo blanco y un halo rojo. Posteriormente la lesión se convierte en exudativa con un nódulo con costra. Finalmente, la lesión se desprende, no dejando generalmente ninguna cicatriz. La mejor forma de prevenir su aparición es la utilización de guantes especialmente durante el ordeño y mejor en todas las tareas en las que podamos estar en contacto con bacterias (tratamientos, partos, etc).



Nódulo del ordeñador. (udl.es)

No solo hablamos de bacterias

Normalmente cuando llego a una ganadería, el tema primero que se aborda es el precio de la leche. Y el segundo, las lesiones y dolores ya sean de espalda, de hombros o de rodillas. Aunque no solo: también hay patadas o pisotones de los animales, accidentes manipulando productos de limpieza, desinfectantes o productos para el campo; problemas en la piel producidos por frío, quemaduras o simplemente por alguna picadura sobre todo en verano. No hablemos de los dolores de espalda por haber cargado o descargado algo de peso o simplemente las lesiones que se producen por trabajos repetitivos como puede ser el ordeño.

En un estudio realizado en más de 1.100 ordeñadores en Brasil, se describe que el 85% de ellos dice sentir dolor o molestia en alguna parte del cuerpo por el desarrollo de su trabajo y el 33% dice sentirlo en 3 o más partes del cuerpo. Existen diferencias entre hombres y mujeres. Mientras ellos se ven más afectados en muñecas, manos, caderas y columna, a ellas es más en codo, mano, columna, cadera, rodilla, tobillos y pies. En el caso de ellas, estas lesiones están agravadas por el doble trabajo ganadería + casa que deben desarrollar.

Se podría pensar que como en este estudio, un

María Martín Richard. ASPROLAC
maria@asprolac.com

número elevado de los trabajadores ordeñaban a mano, las cifras podían ser disparatadas.

Sin embargo, los datos son similares en diferentes puntos del planeta. En otro estudio realizado sobre 620 ordeñadores vieron que las partes más afectadas eran la muñeca (20%), el antebrazo (15.1%), la mano (12.3%) y el cuello (11.8%). En otro estudio en Suecia sobre 3.000 ordeñadores, las zonas más afectadas fueron los hombros en el 35% de los casos tanto en hombres como en mujeres, seguido de muñecas y manos que afectaban al 18% de los hombres y al 35% de las mujeres.

Las alteraciones a nivel músculo esquelético producido por el trabajo no son enfermedades modernas. Llevan descritas desde el siglo XVII y vienen producidas por movimientos repetitivos en el trabajo y durante muchas horas al día. En principio, se describieron estos problemas en personal de la industria aunque también en trabajadores de la mina y de la construcción. Pero posteriormente se ha visto que se produce de igual manera en trabajadores de la agricultura y la ganadería.

En otro de los estudios realizados sobre lesiones y enfermedades en ganadería, se observa que estos dolores tienden a la cronicidad: el 48% de los ganaderos encuestados habían padecido dolores o molestias en los últimos 7 días. Esto es debido en parte porque no se piensa (o no se puede) en cambiar los movimientos que pueden ocasionar lesiones y en parte porque no se pone remedio a ello. Se asocia a que es normal y generalmente no se trata porque no se puede tomar el descanso necesario para su resolución y no se acude a centros de rehabilitación tipo fisioterapeutas u osteópatas. En este estudio se demostró que existía también correlación con la edad y los años de actividad (a mayor edad y mayor número de año trabajando, mayores dolores) pero también con la masa corporal (a mayor masa corporal, mayor dolor).

En otro estudio, el 89% de las mujeres presentaban dolor o molestias a nivel musculoesqueleto en el último año frente al 82.2% de los hombres. No se considera que esta "enfermedad" afecte más a las mujeres que a los hombres pero si a las horas de trabajo: si sumaban las horas de trabajo en tareas domésticas, las mujeres trabajaban una media de 75.2 horas semanales frente a 66.4 de los hombres.

En general se considera que los elementos necesarios para que se desencadene una lesión son la sobrecarga de los tendones y de los músculos asociados a una mala postura en el trabajo, contracciones musculares estáticas y a rápidos movimientos y/o repetitivos.

En este estudio se consideró que uno de los factores de riesgo que predisponía a tener más lesiones era el precio de la leche! Muchas horas de trabajo con una situación de estrés por los bajos resultados económicos suponían uno de los factores predisponentes a tener en cuenta. También se apreciaba más problemas en aquellos que no practicaban otra actividad física como hobby.

Las condiciones ambientales en el trabajo deben reducir la posibilidad de lesiones. Existen factores de difícil modificación como la altura de las vacas en la sala de ordeño. He visto trabajar al mismo tiempo en una sala de ordeño a 3 generaciones diferentes: la abuela, que era la que estaba en todos los ordeños, se subía en una caja de plástico para poder alcanzar y poner las pezoneras; la hija, por suerte, alcanzaba correctamente y el nieto, un veinteañero larguiducho, tenía que doblar rodillas y espalda para agacharse y poner las pezoneras. Este caso tenía difícil solución. Pero también vemos ganaderías donde solo ordeña una sola persona y donde la altura de la sala de ordeño no es la correcta. Se calculó mal a la hora de la construcción y el ganadero considera normal llevar 20 años haciendo malabarismos durante 5 horas al día, 365 días al año.

Otros de los aspectos a considerar en una sala de ordeño son el suelo (se puede usar suelo de goma para amortiguar y evitar lesiones de rodillas y espalda), el ruido (en ocasiones para evitar que el regulador moleste por su ruido en la sala de ordeño, se le coloca fuera lo que no es correcto), la luz (que debe ser la adecuada) o la temperatura ambiente (demasiado frío en invierno y calor en verano).

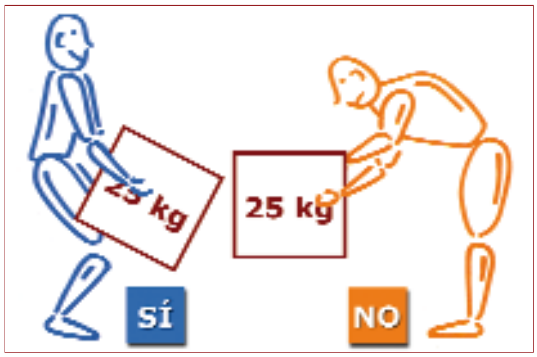
El suelo de goma en la sala de ordeño puede servir para amortiguar lesiones

Todo ello se estudia en la ergonomía que es la ciencia que se ocupa de la relación de los hombres trabajando, buscando entender la relación del hombre con la maquinaria y los métodos de trabajo. En definitiva trata de adaptar el trabajo al trabajador y no al contrario.

El objetivo de la ergonomía es diseñar las instalaciones, equipamientos y los procesos del trabajo para que sean compatibles con las capacidades humanas y sus limitaciones. No solo se busca reducir las lesiones y enfermedades sino también mejorar con ello la productividad de los trabajadores.

Uno de los puntos además de establecer un ambiente propicio para el trabajo (pensemos por ejemplo en la altura en la sala de ordeño) es mirar el equipamiento de protección, ejemplo guantes, muñequeras o riñoneras que pueden favorecer la no aparición de lesiones.

Otro de los puntos es modificar hábitos también con el fin de reducir bajas laborales como puede ser el realizar una buena postura a la hora de cargar o descargar peso (esquema 1).



Esquema 1. Cómo levantar peso correctamente

Enfermedades infecciosas

De las enfermedades que más fácilmente se adquieren en las ganaderías, la tuberculosis es una de las más serias. Actualmente, el nivel de ganaderías afectadas es bajo y no representa un problema grave. Sin embargo, en las ganaderías donde se detecta algún animal enfermo, se recomienda la realización de la prueba a todo el personal de la ganadería. El médico de cabecera podrá realizar la misma prueba en piel que en las vacas. A las 48 horas se realiza la lectura. En caso de que aparezca alguna alteración (enrojecimiento, hinchazón), no significa que se tenga la enfermedad aunque sí que se ha tenido contacto con ella.

Hay que recordar que en ciertas zonas de España se ha vacunado de tuberculosis e incluso se sigue sobre todo en lo que se denomina población de riesgo y por lo que estas personas darán positivo a la prueba. En otros países como Marruecos también se ha realizado la vacunación por lo que es fácil que trabajadores provenientes de este país puedan dar positivo sin estar enfermos.

En cualquier caso, en ganaderías con problemas de tuberculosis se recomienda insistir en las medidas de prevención y en asegurarse que todos los que consumen leche primero la hierven (hemos comprobado recientemente que no todo el mundo lo hace).

Reacción positiva en un ganadero a la prueba de tuberculosis. Julio 2015.

En el caso de la brucelosis, las medidas preventivas son parecidas a la tuberculosis debiendo extremarse las precauciones en la manipulación de abortos o en los partos: uso de guantes, delantales, monos que deberán ser limpiados cuidadosamente y desinfectados o mejor sería utilizar material desechable.

Otra de las enfermedades que pueden afectar a todo aquel que trabaja en una ganadería es la fiebre Q. Está producida por la bacteria Coxiella burnetii que afecta a vacas, ovejas y cabras produciendo abortos y muertes prenatales. Se puede transmitir a través de leche, orina, heces y sobre todo a través del líquido amniótico y placenta. También se puede contagiar a través de garrapatas. Los síntomas en el humano son al inicio como de una fuerte gripe con fiebre alta, dolor de cabeza y de músculos, vómitos, diarrea y tos.

Existen otras muchas enfermedades que actúan como zoonosis, es decir que se transmiten de los animales a los humanos: leptospirosis, salmonelosis, tiñas, etc.

Otros problemas a evitar.

Problemas a los que desgraciadamente hemos tenido que enfrentarnos, desde los ya citados como accidentes de tractores (atención a los niños!), manejo de los toros, problemas eléctricos, caidas desde andamios y tejados, problemas en la manipulación de productos como desinfectantes o producto de limpieza (cuidado con los que los van pasando de garrafas a botellas de plástico sin identificar). Hemos tenido 2 casos de graves quemaduras por ingestión de desinfectantes guardados en botellas de agua. Otros problemas pueden ser ocasionados por la falta de protección por ejemplo en los ojos a la hora de soldar, falta de guantes, etc. No debemos olvidar los problemas con los silos y su manipulación (con muerte en uno de los casos); problemas con suelos resbaladizos. Y por supuesto un largo etcétera imposible de enumerar y que debería hacernos reflexionar sobre el trabajo peligroso que se realiza en las ganaderías.