

Ključna spoznanja iz poročila o rezultatih ergonomskih ocen za frizerje

Frizerska dejavnost je ena izmed poklicev, pri katerih se zaposleni vsakodnevno srečujejo s kombinacijo ergonomskih, fizikalnih, kemičnih, organizacijskih in psihosocialnih obremenitev. Delo poteka pretežno v stoječem položaju ter vključuje dolgotrajno izvajanje ponavljajočih se gibov rok, zapestij in ramen, pogosto v prisilnih telesnih držah. Ob tem so frizerji redno izpostavljeni uporabi vročih pripomočkov, različnih kozmetičnih izdelkov, barv, aerosolov in čistilnih sredstev, ki lahko vplivajo na zdravje dihal, kože in mišično-kostnega sistema. Zaradi velikega števila strank, časovnih pritiskov in potrebe po stalni komunikaciji delo pogosto spremljajo tudi pomembne psihosocialne obremenitve.

V okviru projekta **ERGOWELL** smo izvedli ergonomsko oceno delovnih mest v frizerski dejavnosti z namenom prepoznati najpomembnejša tveganja ter pripraviti priporočila za izboljšanje varnosti in zdravja pri delu. Rezultati kažejo, da največja tveganja predstavljajo dolgotrajno stanje brez možnosti razbremenitve, ponavljajoči se gibi, statične in prisilne telesne drže, intenzivno delo z rokami nad višino ramen ter izpostavljenost kemikalijam in vročim pripomočkom. Raziskava potrjuje, da je za učinkovito zmanjšanje poklicnih tveganj potreben celovit pristop, ki združuje ergonomske izboljšave delovnega okolja, ustrezno organizacijo dela, redno usposabljanje zaposlenih in krepitev varnostne kulture.

Ključne ugotovitve

Rezultati raziskave kažejo, da je delo v frizerski dejavnosti izrazito repetitivno, statično in kumulativno obremenjujoče. Striženje, sušenje las in oblikovanje ter barvanje predstavljajo jedro delovnega dne, pri čemer zaposleni večino časa izvajajo ponavljajoče se gibe zgornjih okončin in vzdržujejo prisilne telesne drže. Poleg ergonomskih obremenitev pomembno tveganje predstavljajo tudi izpostavljenost aerosolom, hlapom, vročim pripomočkom in neugodnim mikroklimatskim razmeram. Analiza je pokazala tudi, da organizacija dela, časovni pritiski ter nedosledna uporaba osebne varovalne opreme pomembno prispevajo k povečanju skupne obremenitve zaposlenih. Raziskava hkrati potrjuje, da so ustrezna ergonomija delovnih mest, kakovostno prezračevanje, redni odmori, praktično usmerjena usposabljanja ter dosledno izvajanje varnostnih postopkov ključni dejavniki za zmanjšanje poklicnih tveganj.

Najpomembnejša tveganja

Raziskava potrjuje, da največjih tveganj v frizerski dejavnosti ne predstavlja posamezen dejavnik, temveč njihovo sočasno in kumulativno delovanje. Med najpomembnejša sodijo ergonomska tveganja zaradi dolgotrajnega stanja, prisilnih telesnih drž, ponavljajočih se gibov ter dela z dvignjenimi rokami. Pomembna so tudi kemična tveganja zaradi izpostavljenosti barvam za lase, oksidantom, aerosolom in drugim kozmetičnim izdelkom ter fizikalna tveganja zaradi uporabe vročih pripomočkov, hrupa in neustreznih mikroklimatskih razmer. Dodatno tveganje predstavljajo zdrsi, padci, opekline in ureznine ter organizacijske in psihosocialne obremenitve, povezane z visokim delovnim tempom, časovnimi

pritiske in intenzivnim delom s strankami. Posebno pomembna ugotovitev raziskave je, da se tveganja med seboj dopolnjujejo in ustvarjajo sinergijske učinke, ki pomembno povečujejo verjetnost poškodb ter dolgoročnih zdravstvenih težav.

Priporočila za zaposlene

Za zmanjšanje poklicnih tveganj je pomembno, da zaposleni med delom uporabljajo ergonomsko ustrezne delovne položaje, redno menjajo telesne drže ter izkoriščajo kratke aktivne odmore za razbremenitev mišic, sklepov in hrbtenice. Posebno pozornost je treba nameniti pravilni uporabi osebne varovalne opreme, predvsem zaščitnih rokavic in zaščite dihal pri delu z aerosoli in kemikalijami, ter varni uporabi vročih pripomočkov. Pomembni ukrepi vključujejo tudi skrb za urejenost delovnega mesta, dosledno izvajanje higienskih postopkov, pravilno prezračevanje prostora ter pravočasno poročanje o nevarnostih, poškodbah opreme ali drugih okoliščinah, ki bi lahko vplivale na varnost pri delu.

Priporočila za delodajalce

Delodajalci lahko pomembno zmanjšajo poklicna tveganja z ergonomskim načrtovanjem delovnih mest, uporabo nastavljive opreme ter zagotavljanjem kakovostnega prezračevanja in ustreznih mikroklimatskih pogojev. Ključnega pomena so tudi organizacija dela, ki omogoča redne odmore in ustrezno razporeditev delovnih obremenitev, ter redna praktična usposabljanja s področja ergonomije, varnega ravnanja s kemikalijami in uporabe osebne varovalne opreme. Posebno pozornost je treba nameniti krepitvi varnostne kulture, doslednemu spoštovanju varnostnih pravil ter spremljanju njihovega izvajanja v vsakodnevni praksi, saj razpoložljivost zaščitne opreme sama po sebi še ne zagotavlja njene učinkovite uporabe.

Ključno sporočilo

Rezultati projekta **ERGOWELL** potrjujejo, da sta varnost in zdravje pri delu v frizerski dejavnosti odvisna od usklajenega delovanja ergonomskih rešitev, učinkovite organizacije dela, ustreznega delovnega okolja in odgovornega ravnanja vseh zaposlenih. Ker se ergonomska, kemična, fizikalna in organizacijska tveganja med seboj prepletajo ter kumulativno povečujejo obremenitve zaposlenih, je mogoče dolgoročno zmanjšati poklicna tveganja le s celostnim pristopom, ki povezuje tehnične, organizacijske in vedenjske ukrepe. Takšen pristop prispeva k manjšemu številu poškodb in bolniških odsotnosti, boljšemu zdravju zaposlenih, višji kakovosti storitev ter dolgoročni uspešnosti frizerskih salonov.