

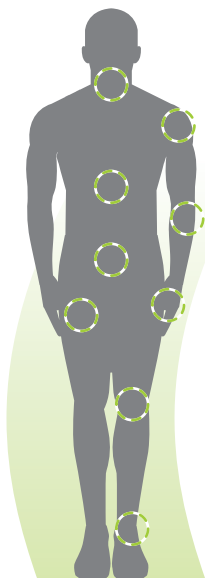


*Poremećaji mišićno-koštanog sustava jedan su od glavnih uzroka odlaska na bolovanje i prijevremenog umirovljenja u Europi.*

## Što su poremećaji mišićno-koštanog sustava?

Poremećaji mišićno-koštanog sustava povezani s radom jesu oštećenja tjelesnih struktura kao što su mišići, zglobovi, živci i kosti koje uzrokuje ili pogoršava prvenstveno rad. Uglavnom zahvaćaju leđa, vrat, ramena i gornje udove, ali mogu zahvatiti i donje udove.

Većina poremećaja mišićno-koštanog sustava povezanih s radom jesu kumulativni poremećaji koji su nastali, primjerice, zbog opetovanog izlaganja opterećenjima visokog intenziteta tijekom duljeg razdoblja. Međutim, poremećaji mišićno-koštanog sustava povezani s radom mogu se odnositi i na akutne traume poput prijeloma do kojih može doći prilikom određenih nesreća.



**Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu (EU-OSHA)** ulaže napore da bi Europa bila sigurnije, zdravije i produktivnije mjesto za rad. Agenciju, čije je sjedište u Bilbao, u Španjolskoj, utemeljila je Europska unija 1994. Agencija istražuje, razvija i širi pouzdane, uravnotežene i nepristrane informacije o sigurnosti i zaštiti zdravlja te izgrađuje veze s organizacijama diljem Europe da bi poboljšala radne uvjete.

Uz podršku institucija EU-a i europskih socijalnih partnera EU-OSHA vodi i kampanje za zdrava mjesta rada koje na nacionalnoj razini koordinira mreža nacionalnih središnjica Agencije. Cilj kampanje za razdoblje 2020.–2022. pod nazivom **Zdrava mjesta rada smanjuju opterećenja** jest podizanje razine svijesti o poremećajima mišićno-koštanog sustava povezanim s radom i potrebi za njihovim upravljanjem te promicanjem kulture sprečavanja rizika.

**Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu**  
C/Santiago de Compostela 12  
48003 Bilbao, ŠPANJOLSKA  
E-pošta: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)

[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)

© Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu, 2020.  
Umnožavanje je dopušteno pod uvjetom da se navede izvor.  
Dopuštenje za umnožavanje ili upotrebu bilo kakvih fotografija koje nisu vlasništvo EU-OSHA-e potrebno je tražiti izravno od nositelja autorskih prava.  
Na fotografijama koje su upotrijebljene u ovom izvješću prikazuje se niz radnih aktivnosti. Ne prikazuju se nužno dobra praksa ili usklađenost sa zakonskim propisima.

Print: ISBN: 978-92-9479-207-5, doi:10.2802/627341, TE-03-20-107-HR-C + PDF: ISBN 978-92-9479-174-0, doi:10.2802/98983, TE-03-20-107-HR-N

Zaštita na radu važna je svima.  
Dobra je za vas. Dobra je za posao.

## Zdrava mjesta rada **SMANJUJU OPTEREĆENJA**



[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)



# Kampanja

## Upravljanje poremećajima mišićno-koštanog sustava povezanim s radom

Poremećaji mišićno-koštanog sustava povezani s radom umanjuju kvalitetu života ljudi i jedan su od glavnih uzroka odlaska na bolovanje i prijevremenog umirovljenja te imaju negativan učinak na poduzeća i gospodarstva. Unatoč znatnim naporima koji se ulažu u njihovo sprečavanje, poremećaji mišićno-koštanog sustava povezani s radom i dalje su najčešći zdravstveni problem povezan s radom u Europi.

Poremećaji mišićno-koštanog sustava povezani s radom mogu se spriječiti ispravnim pristupom. Rješavanjem problema poremećaja mišićno-koštanog sustava štite se pojedini radnici, ali i poboljšava konkurentnost poduzeća zahvaljujući smanjenom izostajanju s posla zbog bolesti i povećanoj produktivnosti, a smanjuje se i opterećenje nacionalnih zdravstvenih sustava.

Ciljevi kampanje su:

1. podići razinu svijesti o poremećajima mišićno-koštanog sustava povezanim s radom;
2. promicati procjenu rizika i upravljanje poremećajima mišićno-koštanog sustava;
3. pokazati da se problemi povezani s poremećajima mišićno-koštanog sustava događaju svima na svim mjestima rada i u svim sektorima;
4. proširiti znanje o novim rizicima i rizicima u nastajanju u vezi s poremećajima mišićno-koštanog sustava;
5. naglasiti potrebu za reintegracijom i zadržavanjem radnika s kroničnim poremećajima mišićno-koštanog sustava i načine na koje se to može postići;
6. poticati razmjenu informacija i dobrih praksi među relevantnim dionicima.



©iStockphoto / simonkr

# Tko može sudjelovati?

Na sudjelovanje u kampanji potiču se svi zainteresirani pojedinci ili organizacije, i na europskoj i na nacionalnoj razini, neovisno o veličini i sektoru iz kojeg dolaze, a to se posebice odnosi na:

- poslodavce, rukovoditelje, radnike i osobe odgovorne za sigurnost i zdravlje na radu u javnom i privatnom sektoru
- nacionalne središnjice i socijalne partnere EU-OSHA-e i njihove mreže
- odbore za sektorski socijalni dijalog
- kreatore politika
- ustanove za istraživanje sigurnosti i zaštite zdravlja na radu
- inspektorate rada i njihova udruženja
- ustanove javnog zdravstva
- obrazovni sektor (primarna, sekundarna i tercijarna razina te strukovno osposobljavanje)
- dizajnere proizvoda i industrijske dizajnere
- medije.



# Kako se možete uključiti?

- podizanjem razine svijesti šireći materijale za kampanju
- organiziranjem radionica i drugih aktivnosti
- promicanjem alata i resursa za upravljanje poremećajima mišićno-koštanog sustava povezanim s radom
- razmjenom dobrih praksi za sprečavanje
- sudjelovanjem u natječaju za dodjelu nagrada za dobru praksu u stvaranju zdravih mjesta rada
- sudjelovanjem u europskim tjednima u listopadu 2021. i 2022.
- kao službeni partner kampanje ili medijski partner.

# Dodatne informacije i resursi

Na internetskoj stranici [www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu) možete pronaći više informacija i različite resurse koji će vam pomoći u promicanju i podupiranju kampanje, a to su primjerice:

- vodič kroz kampanju
- izvješća, informativni listovi i članici na internetskoj stranici OSHwiki
- komplet alata za kampanju i drugi promotivni materijali
- alati, infografike, audiovizualni materijali i smjernice dobre prakse
- videozapisi i materijali za osposobljavanje s junakom Napom.

Pratite nas na društvenim mrežama (**Facebook**, **Twitter** i **LinkedIn**) i dijelite naše objave.

Najnovije vijesti o kampanji pratite na našoj internetskoj stranici posvećenoj kampanji: (<https://healthy-workplaces.eu>).

*Integriranim pristupom i promicanjem kulture prevencije u koju su uključeni i radnici i poslodavci mnogi bi se slučajevi poremećaja mišićno-koštanog sustava lako mogli spriječiti te bi se njima lako mogli upravljati.*

## Najvažniji datumi

### Pokretanje kampanje

listopad 2020.

### Europski tjedni za sigurnost i zaštitu zdravlja na radu

listopad 2020, 2021. i 2022.

### Razmjena dobrih praksi za zdrava mjesta rada

listopad 2021.

### Rezultati natječaja za dodjelu nagrada za dobru praksu u stvaranju zdravih mjesta rada

travanj 2022.

### Sastanak na vrhu za zdrava mjesta rada

studeni 2022.