



Zápis

Výzkum ergonomických aspektů v kontextu moderních přístupů a změn na pracovištích jako rozhodující faktor prevence muskuloskeletálních onemocnění (MSD) – číslo projektu II_VP_101_S4

Workshop 2021

Kutná Hora 23. 6. 2021 od 10:00 hodin

Přítomni:

Bc. Libuše Bělohlávková
Ing. Ivan Dlugoš, Ph.D.
MUDr. Sylvia Gilbertová, CSc.
Ing. Andrea Macháčková
Klára Malme,
RNDr. Stanislav Malý, Ph.D., DBA – vedoucí řešitel projektu
Ing. Petr Mráz – odborný garant projektu
Ing. Vladimíra Lesenská
Ing. Petr Polák, MBA
Ing. Lenka Schreiberová, Ph.D.
doc. Pavel Urban, CSc.
Mgr. Kristýna Vavrečková

Program workshopu:

- 1) Zahájení workshopu přednese RNDr. Stanislav Malý, Ph.D., DBA – vedoucí řešitel projektu
- 2) Aktuální stav řešení projektu a postupy k ukončení projektu v roce 2021 přednese RNDr. Stanislav Malý, Ph.D., DBA
- 3) Prezentace k výsledkům a výstupům – k zdravotní části projektu – Škola zad přednese MUDr. Sylvia Gilbertová, CSc.
- 4) Prezentace k výsledku – Odborná publikace přednese Ing. Ivan Dlugoš, Ph.D.
- 5) Prezentace k výsledku – Metodický postup přednese Ing. Andrea Macháčková
- 6) Vystoupení odborného garanta projektu – k ukončení projektu přednese Ing. Petr Mráz
- 7) Rozprava k výsledkům
- 8) Závěr jednání



1) Zahájení workshopu: Vedoucí řešitel projektu doktor Malý přivítal hosty, zejména garanta projektu Ing. Mráze a ostatní odborníky z oblasti ergonomie a pracovního lékařství. Poděkoval účastníkům, že si v náročné době udělali čas na diskusi k důležitému tématu muskuloskeletálních onemocnění.

2) Aktuální stav řešení projektu a postupy k ukončení projektu v roce 2021: Vedoucí řešitel doktor Malý seznámil účastníky workshopu s cíli projektu. Připomněl důvody aktuálnosti tématu muskuloskeletálních onemocnění (vysoká incidence nemocí, jakož to nemoc z povolání nejen v České republice, ale v celém vyspělém světě). Dále byly diskutovány výstupy projektu za rok 2020 a také výstupy, které budou finalizovány v roce 2021, který je rokem závěrečným. U výstupu s pracovním názvem „publikace MSD“ vedoucí řešitel představil kapitoly publikace a za hlavní cíl textu označil holistický přístup k řešení muskuloskeletálních obtíží, tedy včetně psychosociálních rizik, práce specialistů v podnicích a podpory ergonomických řešení vedením podniku.

3) Prezentace k výsledkům a výstupům – k zdravotní části projektu – Škola zad: Doktorka Gilbertová seznámila účastníky projektu se svým výstupem k zdravotní části projektu. Jedná se o komplexně zpracovaný materiál, který umožní v podnicích praktickou ukázkou nácviku správného a zdravého sezení a držení těla. Konkrétní kapitoly školy zad: nácvik správného sedu, dynamický sed, správná dynamika těla při sezení, vstávání ze židle, kompenzační cvičení, úlevové a odpočinkové polohy, ergonomie sezení, alternativní sezení (balóny, klekačky), ergonomické pomůcky. O podobné programy je značný zájem, praktické ukázky, včetně možnosti prohlídky zaměstnanců fyzioterapeutem – lékařem jsou vítané a vnímané jako vhodný benefit při současném stylu sedavého zaměstnání, práce formou home office, při práci s počítačem apod.

4) Prezentace k výsledku – Odborná publikace: Doktor Dluhoš představil konkrétně připravovanou odbornou publikaci, která by měla obsáhle a holisticky pojmut problematiku muskuloskeletálních onemocnění. Od ergonomicky uspořádaného pracoviště, přes prevenci možných rizik spojených s muskuloskeletálními onemocněními, stresem na pracovišti a psychosociálními aspekty ovlivňujícími pracovníka, kvalitní personální činností, která má vliv na vhodný výběr pracovníka na konkrétní pracovní místo, až po příklady dobré praxe. Publikace bude doplněna o dotazníková šetření ve vybraných podnicích, která se zaměřila nejen na problematiku muskuloskeletálních obtíží, ale také na otázku spokojenosti pracovníků, úroveň ergonomie na pracovišti atd.

5) Prezentace k výsledku – Metodický postup: Inženýrka Macháčková představila text metodologie, která byla v rámci projektu připravena a zpracována pro potřeby široké veřejnosti, a to včetně laiků. Jedná se o velmi obsáhle zpracované zahraniční metodologické analýzy, které jsou cenným základním rozcestníkem v poměrně složitém a rozsáhlém komplexu současného poznání v oblasti ergonomických analýz. Jednotlivé analýzy jsou určené buď na komplexní posouzení pracoviště či na jednotlivé jeho části, části lidského těla (svalstvo), typy činností (např. repetitivně činnosti).

6) Vystoupení odborného garanta projektu – k ukončení projektu: Inženýr Mráz, jakož to garant projektu se vyjádřil k jednotlivým cílům projektu. Jakož to zásadní a potřebné výstupy označil Školu zad, a to zejména s důrazem na její implementaci v podnicích a také publikaci, která novým (holistickým) přístupem pomůže široké odborné veřejnosti, ale i v podnicích a u závodních lékařů či lékařů pracovně lékařských služeb pomoci zorientovat se v důležité problematice, která je v současné době na téměř každém pracovišti řešena ve vysoké míře. Obzvláště v době covidové pandemie, kdy je vysoký důraz kladen na práci z domova a také

Výzkumný ústav bezpečnosti práce, v. v. i.

JERUZALÉMSKÁ 1283/9
110 00 PRAHA 1 – NOVÉ MĚSTO
ČESKÁ REPUBLIKA



otázky správného uspořádání domácího pracoviště může být Škola zad nápomocna při řešení optimálního pracovního místa i v domácích podmínkách. V kombinaci s problematikou onemocnění bederní páteře se jedná o jeden z prioritních úkolů současného pracovního lékařství.

7) Rozprava k výsledkům: Účastníci workshopu ocenili zaměření materiálů, které jsou učené jak pro odbornou, tak i pro laickou veřejnost. Jak již vyplynulo z úvodního workshopu v roce 2019, tak ani pracovníci pracovně lékařských služeb nemají dostatek, informací či pomůcek, pro hodnocení muskuloskeletálních poruch. Přitom muskuloskeletální poruchy se dlouhodobě objevují v řebříčcích nemoci z povolání, mohou způsobovat závažné pracovní úrazy. Tedy je velmi žádoucí nejen tyto otázky diskutovat, ale především komplexně řešit a do budoucna prohlubovat získané poznatky, aby měli zaměstnavatelé a zaměstnanci kvalitní nástroje pomoci při řešení muskuloskeletálních onemocnění.

Jednotlivé prezentace jsou k dispozici na webových stránkách VÚBP