

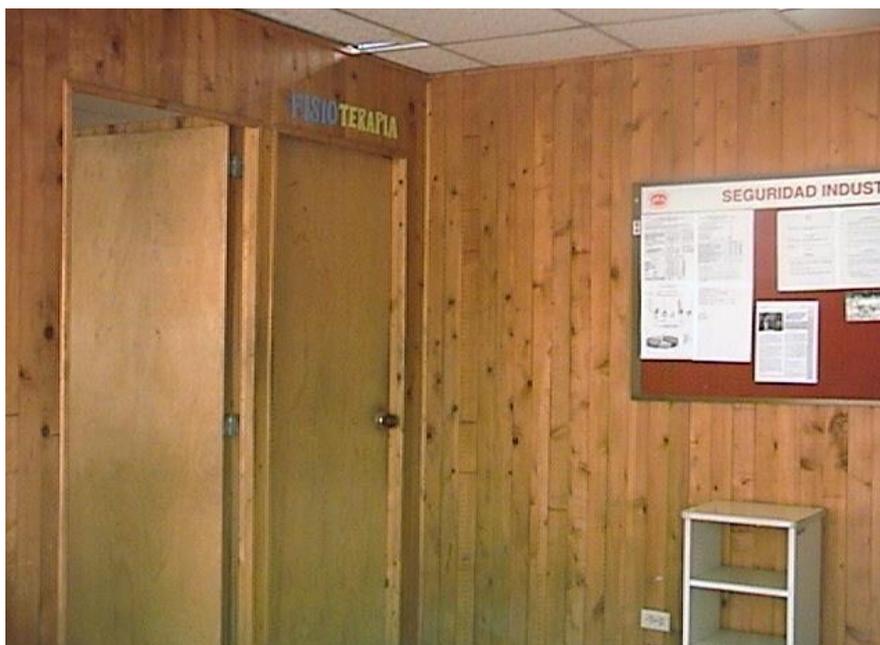
SERVICIO DE FISIOTERAPIA, UN MEDIO PARA BRINDAR ATENCIÓN INTEGRAL A LOS TRABAJADORES DE LA FÁBRICA DE LICORES Y ALCOHOLES DE ANTIOQUIA (FLA)

**Elizabeth Henao Londoño
Dulay Yohanna Gómez Gallego
Victoria Eugenia Montoya Pérez**

**Estudiantes del Diplomado de Salud Ocupacional
Fundación Universitaria Maria Cano
Facultad de Ciencias de la Salud**

La forma en que se encuentran organizadas actualmente las empresas favorece la prevalencia de alteraciones principalmente osteomusculares en los empleados, esto generalmente ocurre debido a que no se tienen en cuenta las medidas necesarias para recibir un puesto de trabajo y adaptarse a este. Es por este motivo que para todas las industrias sean de mayor o menor productividad, se haga necesario un servicio de fisioterapia dentro de sus instalaciones que le proporcione programas y actividades encaminadas a disminuir las alteraciones osteomusculares mediante la prevención de la enfermedad y los accidentes de trabajo a la vez que aumente las capacidades y habilidades del trabajador mediante la promoción de la salud.

El servicio Fisioterapia, busca complementar la atención integral de los trabajadores, profundizando en aspectos físicos, de la disposición del cuerpo y la destreza.



The form in which they are organized the companies at the moment favors the prevalence of alterations mainly osteomusculares in the employees, this happens generally because the measures necessary do not consider to receive a job and to adapt to this. It is for this reason that for all the industries they are of greater or smaller productivity, is in a service of physiotherapy within his facilities necessary that provides programs and directed activities to him to diminish the alterations osteomusculares by means of the prevention of the disease and the industrial accidents simultaneously that increase to the capacities and abilities of the worker by means of the promotion of the health.

The physiotherapy service looks for to complement the integral attention of the workers, deepening in physical aspects, of the disposition of the body and the skill.



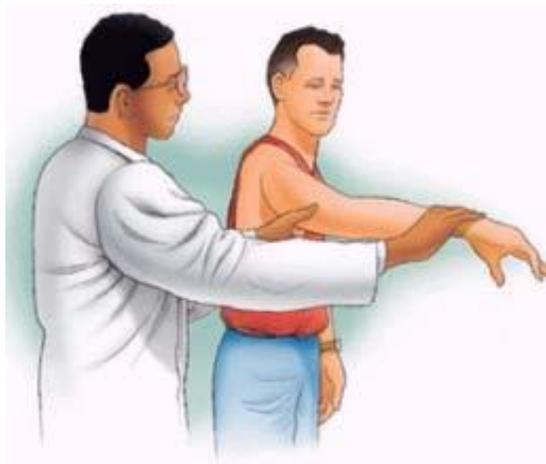
INTRODUCCIÓN

Este trabajo consta de un breve repaso sobre lo que es la fisioterapia, la salud ocupacional y todas sus conceptualizaciones, además contiene las diferentes actividades que se realizan para el bienestar del empleado; de igual manera algunas de las patologías más comunes que encontramos en la Fabrica con su definición, tipos, causas, síntomas, diagnóstico, pronóstico y tratamiento. Estos son algunos aspectos más importantes consignados dentro del marco teórico:

FISIOTERAPIA: Es una profesión liberal del área de la salud, con formación universitaria, cuyos sujetos de atención son el individuo, la familia y la comunidad en el ambiente donde se desenvuelve. Su objetivo es el estudio, comprensión y manejo del movimiento corporal humano, como elemento esencial de la salud y el bienestar del hombre. Orienta sus acciones al mantenimiento, optimización o potencialización del movimiento, así como a la recuperación de sus alteraciones y a la habilitación y rehabilitación integral de las personas.

Actividades que puede desempeñar el fisioterapeuta, en cada una de las áreas de la Salud Ocupacional.

- **Medicina preventiva y del trabajo.** Se dedica a la promoción, prevención, corrección, control, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación tanto para las enfermedades comunes, como para los riesgos ocupacionales del trabajador. El fisioterapeuta brindará rehabilitación física al trabajador que padezca enfermedades ocupacionales o accidentes de trabajo susceptibles de intervención terapéutica, con el fin de recuperar o permitir la rehabilitación integral del trabajador.



- **Higiene ocupacional.** Es una rama de la ingeniería sanitaria, encargada de identificar, evaluar y controlar los factores de riesgo ambientales que pueden

ocasionar enfermedades profesionales en la población trabajadora. El fisioterapeuta se encarga de realizar los estudios y establecer los estándares o límites permisibles. También identifica, mide, cuantifica y analiza los factores de riesgo ambiental, otra de sus funciones es supervisar y verificar la aplicación de sistemas de control.

- **Seguridad ocupacional o industrial.** Es un conjunto de actividades enmarcadas a identificar, evaluar y controlar los factores de riesgo que pueden generar accidentes de trabajo en la población trabajadora, en materiales e instalaciones de la empresa. El fisioterapeuta gracias a sus conocimientos de la biomecánica corporal, elasticidad, fuerzas y cargas físicas puede realizar de manera completa y detallada los análisis del caso y establecer las condiciones del empleado y su adaptación al puesto de trabajo.

SALUD OCUPACIONAL. Es la planeación, organización, ejecución y evaluación de una serie de actividades de Medicina Preventiva, Medicina del Trabajo, Higiene y Seguridad Industrial, tendientes a preservar mantener y mejorar la salud individual y colectiva de los trabajadores en sus ocupaciones y que deben ser desarrolladas en sus sitios de trabajo en forma integral e interdisciplinaria, con el fin de prevenir los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.

HIGIENE INDUSTRIAL. Comprende el conjunto de acciones dirigidas al ambiente de trabajo. A través de su desarrollo pueden evitarse las enfermedades profesionales.

SEGURIDAD INDUSTRIAL. Identifica los factores y condiciones de riesgo causantes de los accidentes de trabajo. Así mismo investiga los accidentes de trabajo, determina las causas y aplica las medidas correctivas para evitar que vuelvan a ocurrir.



Patologías más comunes presentes en Fábrica de Licores y Alcoholes de Antioquia.

- **CERVICALGIA:** Es un dolor producido en el cuello, en su cara posterior y caras laterales. Se originan normalmente como consecuencia de una patología ósea, articular, muscular, o bien por la combinación de varias de ellas., También debido a traumatismos. Los síntomas más comunes son dolor generalizado en el área cervical, rigidez en los músculos del cuello, el dolor puede irradiarse hacia abajo, hacia los hombros o entre las escápulas (omóplatos), hacia un brazo, la mano, o hacia arriba, hacia la cabeza hasta causar una cefalea unilateral o bilateral.
- **LUMBALGIA:** Dolor localizado en la parte baja de la espalda (región lumbar), generalmente se presenta en forma brusca luego de realizar un esfuerzo, por levantar objetos pesados o al realizar movimientos bruscos. Los síntomas son: dolor, exacerbación nocturna, intensidad marcada sobre estructuras óseas (apófisis espinosas, sacroiliacas). Puede aparecer dolor en la región lateral de la espalda o glúteos, incluso dolor y parestesias (sensación de hormigueo) en miembros inferiores, sin clara distribución; empeora con los movimientos y cede en reposo. Se relaciona con las posturas: habitualmente aumenta tras permanecer largo tiempo sentado o a pie firme, y puede mejorar al caminar; es frecuente cierta rigidez matutina que mejora al poco tiempo de levantarse de la cama.



- **TENDINITIS:** Es la inflamación e irritación de un tendón, la estructura fibrosa que une el músculo con el hueso. En muchos casos, también se presenta tendinosis (degeneración del tendón); las causas mas frecuentes son: como consecuencia de una lesión, sobre uso, la edad a medida que el tendón pierde su elasticidad, también se puede observar en enfermedades sistémicas, como la artritis reumatoidea o la diabetes, puede ocurrir en cualquier tendón, pero los lugares más afectados son el hombro, la muñeca, el talón; los síntomas más frecuentes son: dolor y sensibilidad articular a lo largo de un tendón, generalmente cerca a una articulación, empeora con el movimiento o la actividad.

- **BURSITIS:** Es la inflamación de la bursa, está es una bolsa cerrada y llena de líquido que funciona como superficie de amortiguación y deslizamiento para reducir la fricción entre los tejidos del cuerpo. Las bursas más importantes están localizadas al lado de los tendones, cerca de las grandes articulaciones como los hombros, los codos, las caderas y las rodillas. Las causas más son las lesiones o el sobre uso, Infecciones, también está asociada con otras enfermedades, como la artritis, la enfermedad tiroidea y la diabetes; los síntomas son: dolor, aumento de la sensibilidad localizada y limitaciones en el movimiento, inflamación y enrojecimiento.
- **ESGUINCE:** Es una lesión de los ligamentos que se encuentran alrededor de una articulación. Estos son fibras fuertes y flexibles que sostienen los huesos y cuando éstos se estiran demasiado o presentan ruptura, la articulación duele y se inflama. Son causados cuando una articulación es forzada a moverse en una posición no natural. Por ejemplo, la "torcedura" de un tobillo ocasiona esguince en los ligamentos que se encuentran alrededor de éste. Los síntomas mas importantes son: dolor en la articulación o dolor muscular, inflamación, decoloración de la piel, especialmente equimosis, rigidez articular.
- **LUXACIÓN:** Se produce al aplicar una fuerza extrema sobre una articulación, y se separan los extremos de dos huesos conectados. Las causas más frecuentes son traumatismos que actúan directamente separando los fragmentos, o indirectamente sobre el hueso, el cual a su vez actúa como una palanca sobre la articulación, separándola o Por tracción muscular. Surge como consecuencia de movimientos inadecuados o bruscos, violentos e involuntarios. Los síntomas más frecuentes son: dolor en la zona lesionada, inflamación, dificultad para utilizar o mover normalmente la zona lesionada, deformidad de la zona luxada, calor, moretones o enrojecimiento en la zona lesionada.



- **DESGARRO:** Son roturas del tejido muscular, más o menos extensas (la gravedad depende del área afectada). Las causas pueden ser directas contracciones violentas del músculo, o estirones súbitos y bruscos. También se puede producir cuando se somete al músculo a una carga excesiva cuando está fatigado o no se ha calentado lo suficiente. Las causas indirectas, la

sudoración origina pérdida de líquidos y sales en el organismo lo que hace que Los músculos pierdan elasticidad al perder hidratación, por lo que tras un ejercicio prolongado aumentan las probabilidades de sufrir un tirón. Los Síntomas más frecuentes son: dolor repentino, agudo e intenso, en los casos leves hay roturas pequeñas, el dolor es la única señal, en casos más graves hay desgarro de todo el músculo, se produce también un hematoma, debido a la hemorragia interna.

- **SÍNDROME DEL TUNEL DEL CARPO:** Es un síndrome doloroso de la muñeca y la mano. El túnel del carpo es un espacio o canal situado en la muñeca formado por huesos y otros tejidos de la muñeca, limitado por el ligamento anular del carpo y los huesos de la muñeca, este túnel protege el nervio mediano y es por esto que este síndrome se produce por la compresión del nervio mediano a su paso por el túnel. El nervio mediano da sensación a los dedos pulgar, índice, medio y anular. Las causas son: trabajos que requieren de agarrar o pinchar con la muñeca doblada, Por uso excesivo del computador u otras herramientas de trabajo. Los síntomas son: dolor en la zona que se puede irradiar al antebrazo, sensación de entorpecimiento e inflamación de la mano, hormigueo y entumecimiento, afecta a los dedos pulgar, índice, medio y parte del anular, los síntomas aumentan durante la noche o al despertar.



Copyright © 2002 McKesson Health Solutions LLC. All rights reserved.

- **SÍNDROME MIOFASCIAL:** Es una forma común de fatiga y dolor muscular generalizado. La palabra fibromialgia significa dolor en los músculos y en los tejidos que conectan los huesos, ligamentos y tendones, es una forma de reumatismo de los tejidos blandos. Las Causas no se conocen pero los investigadores especulan que hay muchos factores diversos que, por sí solos o en combinación con otros, pueden causar fibromialgia. Por ejemplo, factores tales como una enfermedad infecciosa, trauma físico o emocional, o cambios hormonales, pueden contribuir al dolor generalizado, fatiga y trastornos del sueño que caracterizan a esta dolencia. Los Síntomas son: dolor muscular

generalizado, aunque en ocasiones comienza en el cuello u hombros y se va extendiendo, fatiga y alteraciones en el sueño, tristeza y decaimiento, ansiedad, dificultad para la concentración o para realizar tareas mentales sencillas, cambios de humor, dolores de cabeza de cabeza y migrañas, dolores abdominales y cambios entre estreñimiento y diarrea.



- **HERNIA DISCAL:** es una rotura del fibrocartílago que rodea un disco intervertebral con salida del núcleo pulposo que sirve de amortiguador entre las vértebras superior e inferior. Las raíces nerviosas pueden resultar comprimidas, ocasionando síntomas neurológicos tales como cambios motores o sensitivos. Los síntomas son: lumbago severo, dolor que se irradia a los glúteos, las piernas y los pies, dolor que empeora al toser, hacer esfuerzos o reír, hormigueo o entumecimiento en las piernas o los pies.

El mejoramiento y el mantenimiento constante dentro del campo laboral permiten conservar las capacidades, las habilidades y la eficiencia de todas las personas que lo constituyen, para favorecer la salud del trabajador evitar accidentes de trabajo así como enfermedades profesionales y ganar productividad es necesario prevenir, controlar, recuperar a los trabajadores para protegerlos de riesgos de su ocupación y ubicarlos en un ambiente de trabajo acorde con sus condiciones fisiológicas y psicológicas.

PROPUESTA METODOLÓGICA

Este trabajo se fundamentó en una investigación de tipo descriptivo, con un enfoque metodológico cualitativo - cuantitativo y un diseño no experimental.

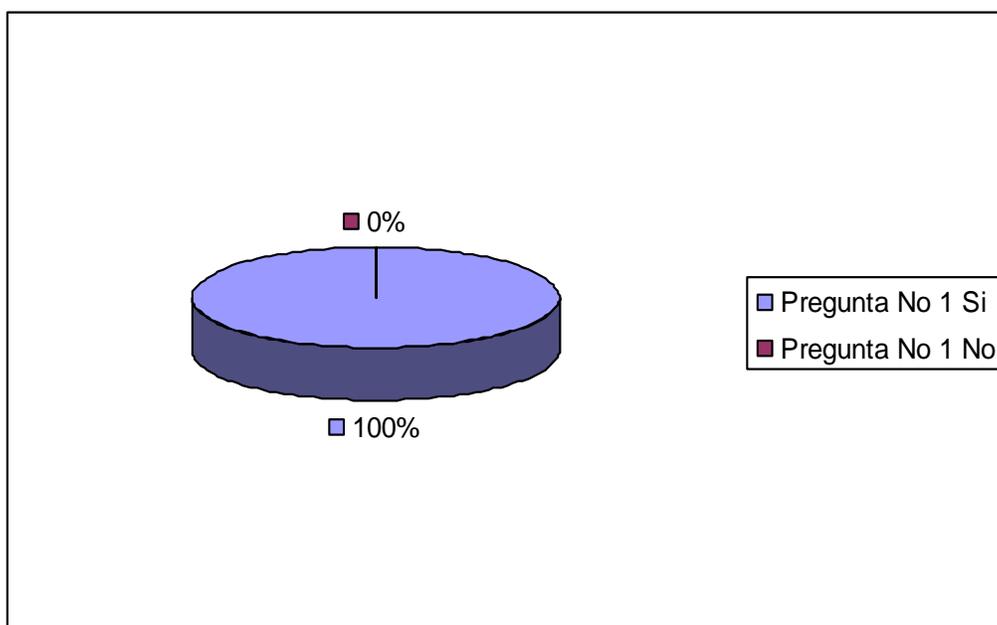
DISCUSIÓN

Es de notar la importancia tan grande que le dan los empleados de esta fábrica a la idea de reabrir nuevamente el servicio de fisioterapia dentro de sus instalaciones, muchos de ellos pedían este servicio para el alivio de dolencias, otros para relajarse durante las pausas activas y aumentar su productividad, otros para informarse o mantenerse actualizados y otros simplemente porque sienten que la terapia hace parte de ellos.

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada, se puede decir que la mayoría de la población de la Fábrica de Licores y Alcoholes de Antioquia ha presentado buenas condiciones de salud, pues gran parte de ella no asistió a una terapia individual porque el dolor no era muy intenso, o no era incapacitante, pero resaltan que si participaron de otros programas como las pausas activas y las capacitaciones. Todos afirmaron que las capacitaciones y las pasusas activas eran fundamentales no solo para promover la salud y para prevenir la enfermedad, sino también para dar armonía al cuerpo, y para mejorar las relaciones interpersonales, lo que se daba mediante la interacción con otras personas con quienes no entablaban mucho diálogo. Quizá los movimientos repetitivos y las malas posturas que a diario realizan los empleados de la fábrica de Licores es uno de los principales agentes causales que hace que la lumbalgia este siendo la dominante dentro de este lugar, así lo demostraron los resultados obtenidos. Aunque no se puede pasar por desapercibido los resultados arrojados por otras patologías, pues la aparición de estas influyen igualmente en el desempeño de una persona dentro del ambiente laboral. El hecho de que mucha parte de la población no mostró mejoría en cuanto a la salud, radica en la falta de tiempo para la asistencia a todas las sesiones descritas en un principio, con respecto a lo anterior, consideramos como futuras profesionales en el área de la salud, que cada persona se debe dedicar por lo menos una hora a querer su cuerpo y preocuparse por su salud, pues el exceso de trabajo puede generar estrés y ansiedad que en un futuro puede deteriorar no solamente la parte física, sino también la parte mental.

RESULTADOS

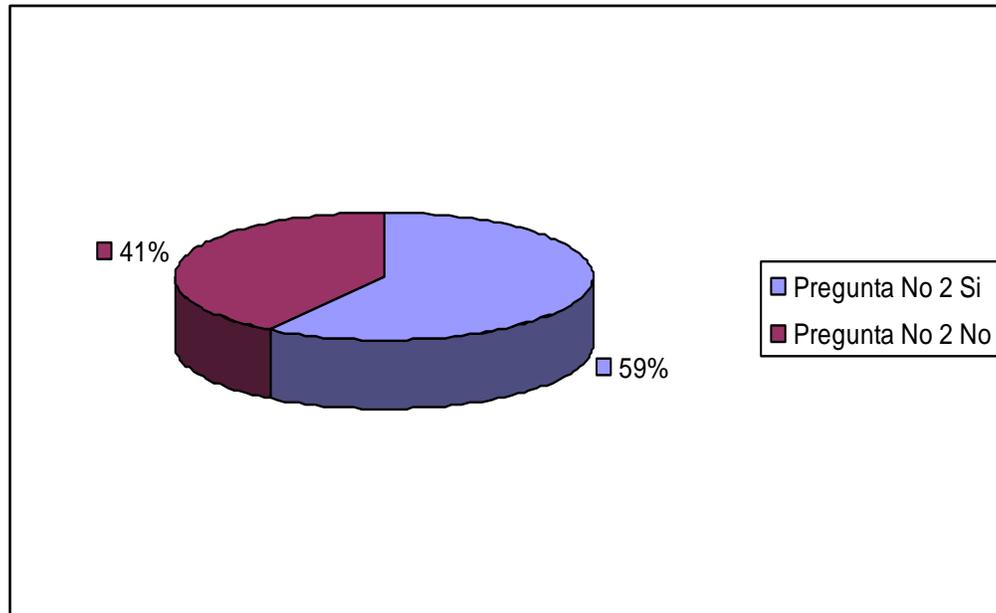
1. ¿Considera que es necesario que se abra nuevamente el servicio de fisioterapia en la Fábrica de Licores y Alcoholes de Antioquia?



Fuente: Investigadoras del trabajo

El 100% de la población encuestada que equivale a 108 personas, considera necesaria la idea de abrir nuevamente el servicio de fisioterapia dentro de las instalaciones de la Fábrica de Licores y Alcoholes de Antioquia, aunque algunos de ellos nunca recibieron tratamiento ni asistieron al servicio como tal por ser empleados nuevos o por no presentar alteraciones funcionales incapacitantes.

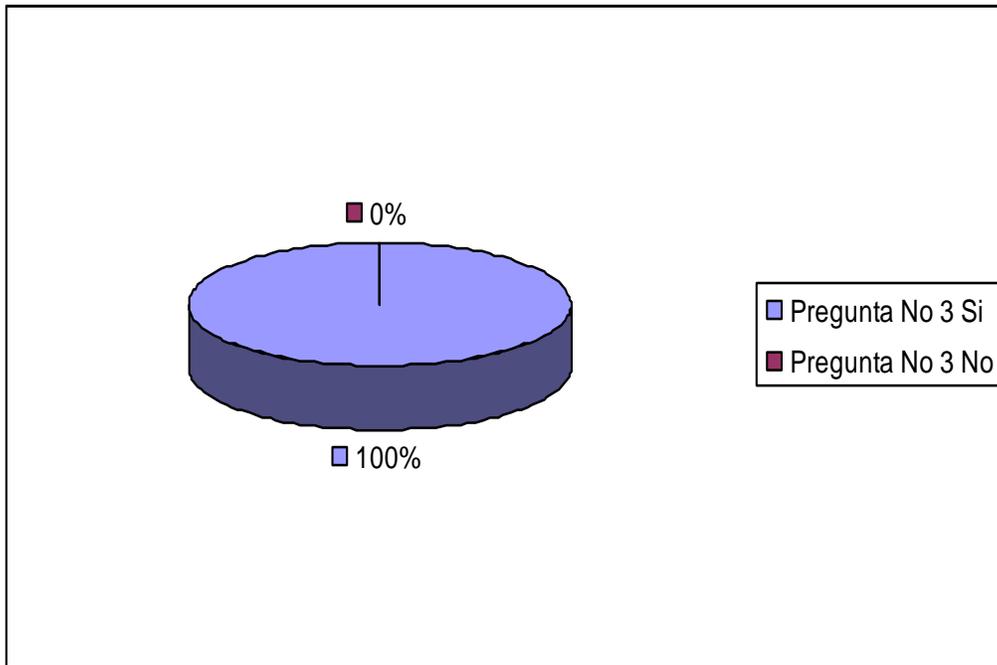
2. ¿Alguna vez hizo uso del servicio de fisioterapia?.



Fuente: Investigadoras del trabajo

El 41% que equivale a 44 de los empleados asistió al servicio de fisioterapia para recibir atención y tratamiento durante el tiempo que éste se prestó, mientras que el otro 50% que equivale a 64 personas no lo utilizó por la razón de no presentar alteraciones funcionales que perjudicaran su desempeño laboral.

3. ¿Considera que Las pausas activas y las capacitaciones son necesarias para promover la salud y prevenir la enfermedad?

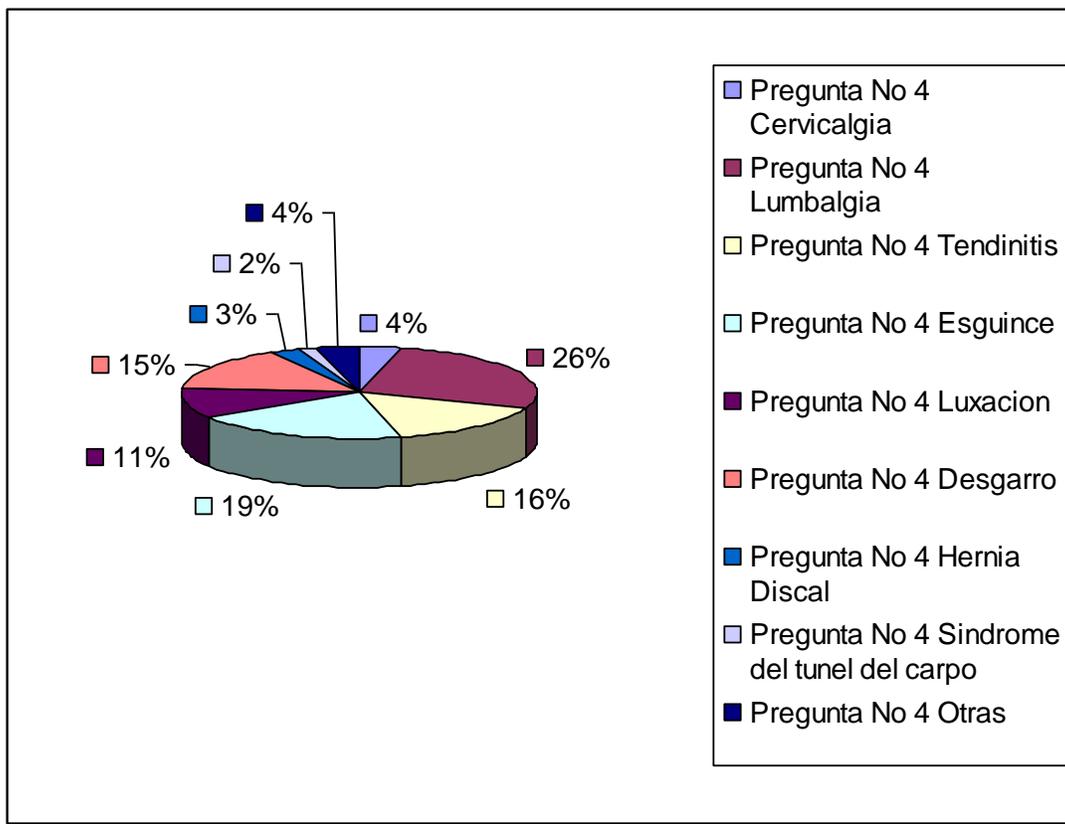


Fuente: Investigadoras del trabajo

El 100% de la población que equivale a 108 personas considera que las actividades como pausas activas y las capacitaciones promueven la salud y previenen la enfermedad; de manera que aprenden y complementan la forma de cuidar el cuerpo con respecto a la labor que se desempeñe.

4. Ha sufrido alguna de las siguientes alteraciones:

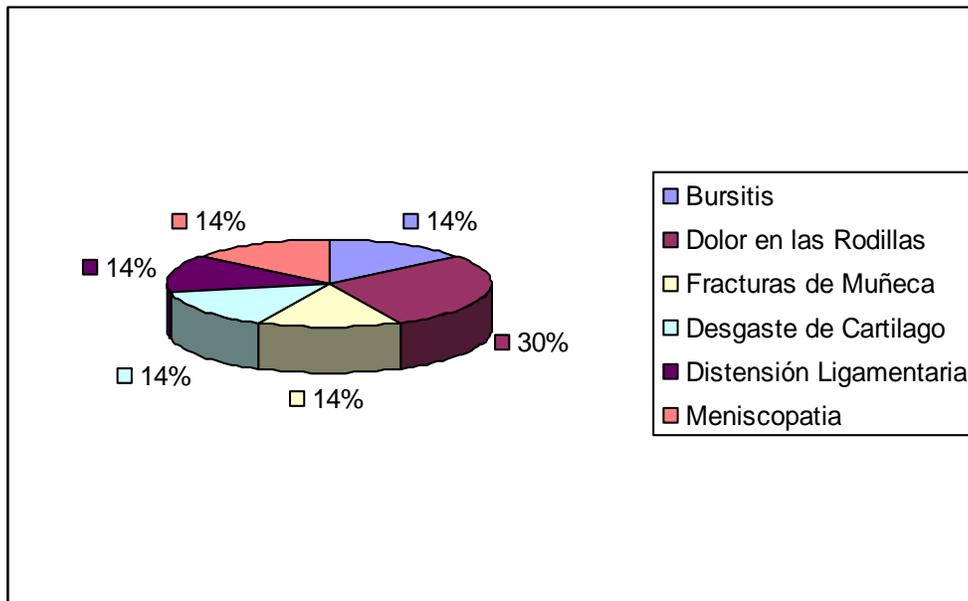
Cervicalgia, Lumbalgia, Tendinitis, Esguince, Luxación, Desgarro, Hernia Discal, Síndrome del túnel del carpo, otras cuales.



Fuente: Investigadoras del trabajo

Dentro de las alteraciones osteomusculares más frecuentes que presentan los empleados de la Fábrica de Licores y Alcoholes de Antioquia se encontró que el 26% que equivale a 48 personas son Lumbalgia, el 19% que equivale a 36 personas esguince, el 16% que equivale a 28 personas Tendinitis, el 15% que equivale a 27 personas desgarro, el 11% que equivale a 19 personas Luxación, el 4% que equivale a 7 personas cervicalgia y otras, el 3% que equivale a 5 personas hernia discal, el 2% que equivale a 3 personas Síndrome del túnel del carpo; es común en las respuestas de la mayoría de los empleados que cada uno tenga hasta tres alteraciones, todos manifiestan presentarlas o haberlas presentado.

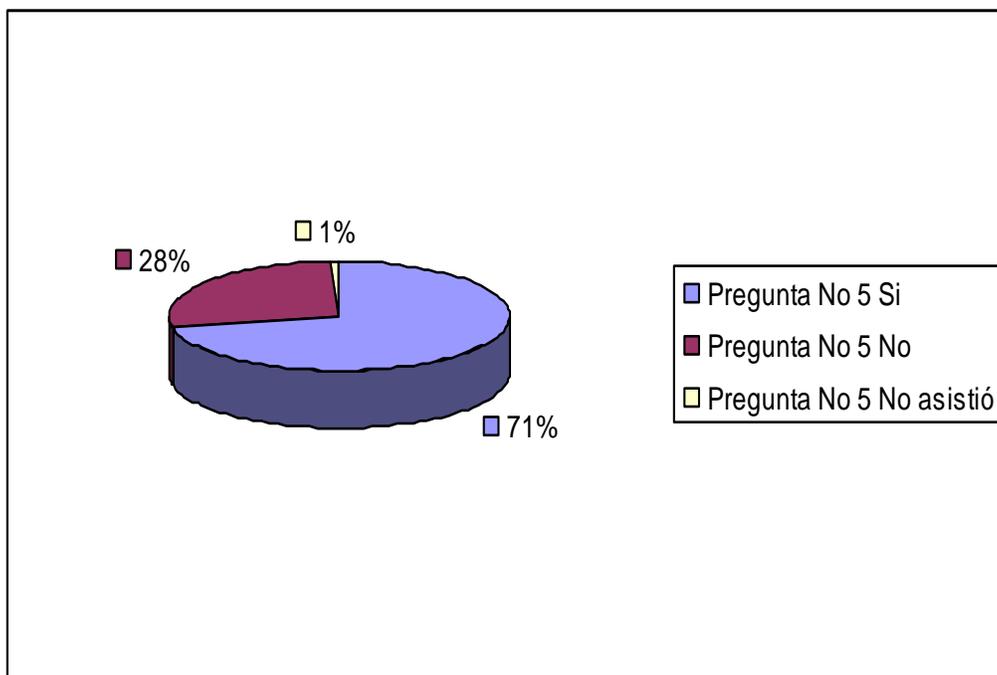
Otras de las alteraciones presentes en los empleados.



Fuente: Investigadoras del trabajo

Algunos de los empleados conocían e identificaban los tipos de alteraciones que presentaban, mientras que otros no; el 14% que equivale a 1 persona Bursitis, Fractura de Muñeca, Desgaste articular, Distensión Ligamentaria, y el 30% que equivale a 2 personas presentan Dolor de Rodillas.

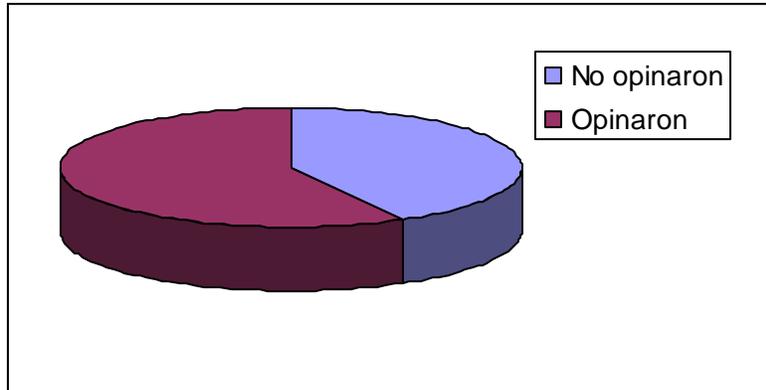
5. ¿Considera que la fisioterapia le ayudo a disminuir alguna dolencia?



Fuente: Investigadoras del trabajo

El 71% de la población que equivale a 77 personas sintió mucha mejoría mientras estuvo en tratamiento en el servicio de fisioterapia anterior; el 28% que equivale a 30 personas no presentaron mejorías debido a que tenían poco tiempo para las sesiones de tratamiento requeridas, solo un 1% no asistió por que perdió la cita programada y no la solicitó nuevamente.

6. Opiniones



Fuente: Investigadoras del trabajo

Al final de la encuesta se hizo un punto de opinión en donde el 58% que equivale a 63 personas dieron sus opiniones sobre la importancia que tenía para cada uno el hecho de reabrir nuevamente el servicio de fisioterapia dentro de las instalaciones de la Fabrica de Licores, mientras que el 42% que equivale a 45 personas no opinaron.

CONCLUSIONES

Es importante que todas las fábricas de hoy en día ya sean de mayor o menor productividad cuente con un adecuado servicio de fisioterapia integral con el fin de preservar el bienestar y la salud del trabajador. La fisioterapia desempeña actividades dentro de las distintas organizaciones que contribuyen al mejoramiento de la productividad y la calidad del ambiente de trabajo así como las condiciones agradables y saludables en los trabajadores; pues el objetivo es promover el mejoramiento y mantenimiento de un medio laboral sano y seguro mediante acciones administrativas, promocionales, preventivas, correctivas, de control, asistenciales, y de rehabilitación funcional involucrados dentro de los procesos de salud, calidad y productividad de las empresas.

RECOMENDACIONES

- Es necesario que dentro de la Fábrica de Licores y Alcoholes de Antioquia se estudie la posibilidad de abrir nuevamente el servicio de fisioterapia para disminuir el número de alteraciones presentes y de esta manera mejorar la capacidad funcional y el control motor del empleado. Aumentar el número de elementos de trabajo terapéuticos para que la atención sea más integral, eficiente y efectiva. Implementar además de la atención individual todos aquellos programas que hacen el servicio mas completo y dinámico como: las capacitaciones, las pausas activas, escuela de espalda y todas aquellas actividades que involucren de salud.
- Se le recomienda a los empleados de la Fábrica de Licores y Alcoholes de Antioquia que durante la jornada laboral adopten posturas sugeridas para disminuir el número de alteraciones de espalda como la lumbalgia, debido a que esta patología arrojó el porcentaje más alto dentro de las encuestas realizadas.

BIBLIOGRAFIA

ARVELÁEZ RESTREPO, Ricardo, AGUDELO LUGO, Luz Elena. Rehabilitación en salud, una mirada médica necesaria, primera edición Editorial: Universidad de Antioquia, abril de 1965. p. 134

CD ROOM Fundación Universitaria Maria Cano, Portafolio de servicios, 2002, Medellín, Colombia.

COLOMBIA, CONGRESO. Ley 528 de 1999, Septiembre 14, por medio de la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de fisioterapia y se dictan normas en materia de ética y otros aspectos. Asociación Colombiana de Fisioterapia 1999.

Constitución Política de Colombia proclamada el 4 de julio de 1991, Reforma Política Constitucional, Acto Legislativo 01 y 02 julio 22 de 2005, Acto Legislativo 02 diciembre 27 de 2004, Reelección presidencial Bogotá D.C.: Unión Ltda. 2006.

DOLOR MUSCULO-ESQUELETICO Y SU ASOCIACIÓN CON FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS, EN TRABAJADORES ADMINISTRATIVOS. Universidad del Cauca, Popayán. Colombia. Año 2005. (artículo de Internet). Disponible en: www.scielosp.org/pdf/rsap/v7n3/v7n3a07.pdf

EYSSAUTIER, Maurice de la Mora, Metodología de la Investigación. Desarrollo de la Inteligencia. Cuarta edición. México 2002. 316p.

IDROVO AJ. Estimación de la incidencia de enfermedades ocupacionales en Colombia. 1985-2000. Revista de Salud Pública. 2003.

JARAMILLO, F. Juan Carlos, MEJÍA, M. Santiago, PÉREZ, N. Christian. Fundamentos de cirugía, ortopedia y traumatología, Primera edición, Editorial el CIB, Medellín, Colombia, año 2002.

Microsoft Encarta 2006 biblioteca Premium DVD.

MONREAL, José Luís, MARTÍ, José María, GISPERT, Carlos. Diccionario enciclopédico ilustrado océano uno, edición 1992, Barcelona, España: Grupo Editorial Océano.

OUELLET, Andre. Procesos de la Investigación. Introducción a la Metodología de la Investigación y las competencias pedagógicas. Bogotá: EAN, 2002. 261p.

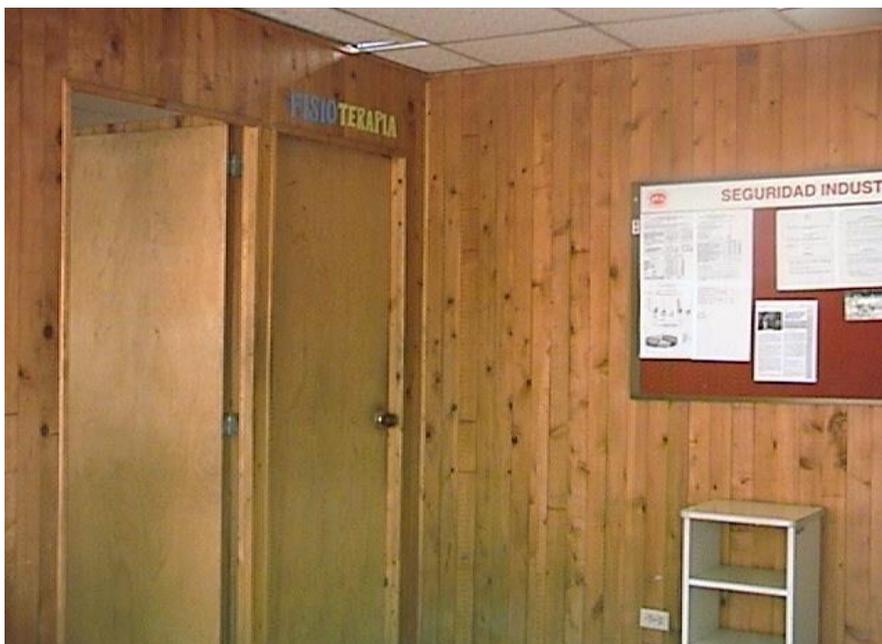
www.monografias.com/trabajos16/glosario-salud-ocupacional/glosario-salud-ocupacional.shtml - 189k

ANEXOS

Oficina de Seguridad Industrial y Salud Ocupacional



Servicio de Fisioterapia



Servicio de Seguridad Industrial



Servicio de Fisioterapia



Historias clínicas

