

**PRINCIPALES SÍNTOMAS OSTEOMUSCULARES
DE MIEMBRO SUPERIOR EN COSMETÓLOGAS
DE VERDE OLIVA RELAX CENTER
MEDELLÍN 2019**

**MAIN OSTEOMUSCULAR SYMPTOMS
OF THE SUPERIOR MEMBER IN COSMETOLOGIST
OF VERDE OLIVA RELAX CENTER
MEDELLÍN 2019**

NICOLETH RANKIN PEREZ

Estudiante de pregrado del programa de fisioterapia fundación universitaria maría cano

Nicolethrankinperez@fumc.edu.co

LAURA RESTREPO ARANGO

Estudiante de pregrado del programa de fisioterapia fundación universitaria maría cano

Laurarestrepoarango@fumc.edu.co

Tabla de contenido

Resumen.....	1
Palabras claves	1
Abstract	1
Keywords	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
INTRODUCCIÓN	3
REVISIÓN DE LITERATURA.....	4
METODOLOGÍA	5
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN	6
Hallazgos observados.....	6
Tabla 1.....	6
Tabla 2.....	7
Discusión o Análisis de resultados.....	9
CONCLUSIONES	10
RECOMENDACIÓN.....	10
Bibliografía	10

Resumen

Las diversas condiciones laborales y el entorno en el que se desarrollan las labores diarias son determinantes para el bienestar de los colaboradores, y se han convertido en un tema de total interés en los últimos años. **Objetivo:** Conocer cuáles son los principales síntomas osteomusculares de miembro superior en las cosmetólogas de Verde Oliva Relax Center. **Materiales y métodos:** El estudio fue de tipo descriptivo cuantitativo de corte transversal. Un total de 8 colaboradoras aceptaron bajo carta de consentimiento informado a participar. Considerando como criterio de inclusión: ser cosmetólogas, ser colaboradora del centro estético y no haber presentado lesiones musculo-esqueléticas previas por alguna lesión traumática. El instrumento de recolección fue una encuesta modificada de la Administradora de riesgos laborales Colmena. **Resultados:** En los segmentos evaluados la sintomatología predominante en las colaboradoras es el dolor con mayor porcentaje en hombro del 87,5%, seguido de manos o muñecas y brazos o antebrazos del 75%, cuello, dedos y parte baja de la espalda el 62,5% también existe la presencia de pérdida de fuerza del 12,5 % en hombro, dedos y espalda dándose de manera intermitente, cabe resaltar que la mayoría de las colaboradoras no consulto a su empresa prestadora de servicios de salud.

Palabras claves

Síntomas osteomusculares, miembro superior, cosmetólogas, peligro biomecánico.

Abstract

The various working conditions and the environment in which daily tasks are completed are decisive for the well-being of employees, and have become a topic of total interest in recent years. Objective: to know what are the main osteomuscular symptoms of the upper limb in the cosmetologists of Verde Oliva Relax Center. Materials and methods: the study was descriptive of quantitative cross-sectional type. A total of 8 collaborators accepted by letter of informed consent to participate. Considering the inclusion criteria: to be a cosmetologist, to be a collaborator of the aesthetic center and not to have had previous musculoskeletal injuries due to a traumatic injury. The collection instrument was a modified survey of the Colmena Occupational Risk Administrator. Results: in the evaluated segments the predominant symptomatology in the collaborators is the pain with the highest percentage in the shoulder of 87.5%, followed by hands or wrists and arms or forearms of 75%, neck, fingers and lower back. 62, 5% there is also the presence of 12.5% loss of strength in the shoulder, fingers and back taking place intermittently, it should be noted that most of the collaborators do not consult their company providing health services.

Keywords

Osteomuscular symptoms, superior member, cosmetician biomechanical danger

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Existen diversos elementos que se encuentran presentes en el ambiente laboral que puede desencadenar una afectación en la salud de los colaboradores de una organización. Debido a la carga física laboral, es común que se presenten desórdenes musculo esqueléticos, que son aquellas enfermedades que se relacionan con el trabajo y generan una lesión ya sea a nivel de tendones, músculos, ligamentos, nervios, articulaciones y huesos. En este caso enfocándonos en aquellos que están presentes en los miembros superiores. Los síntomas más comunes que presentan este tipo de desórdenes musculo esqueléticos son dolor, rigidez, hinchazón, adormecimiento y cosquilleo en la zona afectada, produciendo como consecuencia una notoria disminución del rendimiento de los colaboradores, haciendo más tediosa la tarea de cumplir con sus labores y sus actividades de la vida diaria. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el número de accidentes y enfermedades que están relacionadas con el trabajo siguen en aumento, y entre estos se incluye las enfermedades musculo esqueléticas como una de las más comunes, en donde se convierte en un reto cada vez más complejo para las empresas cuidar el bienestar de sus trabajadores. Así mismo, según la Organización Internacional del Trabajo (OIT), “los desórdenes músculo esqueléticos (DME) se encuentran entre los problemas más importantes de salud en el trabajo, tanto en los países desarrollados industrialmente como en los de vías de desarrollo, lo que implica costos elevados e impacto en la calidad de vida” (Social M. d., 2006, p. 181).

Para entender un poco mejor porque se dan estos desórdenes musculo esqueléticos primero se debe conocer las causas que lo producen, en este caso en el campo laboral que es donde nos queremos enfocar, en este se pueden notar principalmente movimientos repetitivos o forzados, posturas inadecuadas y prolongadas. Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, pretendemos indagar más a fondo sobre los principales síntomas osteomusculares enfocados en miembros superiores en cosmetólogas de Verde Oliva Relax Center en la ciudad de Medellín Antioquia.

Por ende, por normatividad vigente; decreto 1072 de 2015, los empresarios deberán identificar todos los peligros y evaluar y valorar los riesgos a los cuales los trabajadores se exponen diariamente, para de esta forma establecer las respectivas medidas de control.

Teniendo en cuenta esto, se logra determinar que constantemente los colaboradores están expuestos a diferentes peligros y riesgos con una alta probabilidad de daño a la salud. Por lo tanto, podría inferirse que la cosmetología no es la excepción. Pues, en el desempeño de sus tareas rutinarias constantemente realizan movimientos repetitivos, adoptan posturas estáticas que conllevan a sobre esfuerzos físicos que pueden afectar su sistema osteomuscular.

En el siguiente caso se observa esta problemática presentada en un centro de cosmetología y que brinda un estudio en torno al tema.

“Según Peña (2014) en su estudio, diseño de controles para la prevención de riesgos ocupacionales y ambientales en el sector de centros estéticos ubicados en la localidad de Engativá, Colombia. Los trabajadores de centros estéticos, presentan una alta probabilidad de presentar desordenes traumáticos acumulativos, debido a la carga física en sus miembros superiores generados por movimientos repetitivos, posturas forzadas y la duración de la actividad que desarrollan. De igual modo, indica que la población objeto de estudio, no cuentan con un conocimiento claro sobre las precauciones que deben tener en cuenta en el desempeño de su labor” (Y., 2014, p.7).

El anterior estudio muestra de que no es algo nuevo encontrar este tipo de problemas osteomusculares en centros relacionados con la estética y la belleza como lo encontramos en el centro Verde Oliva Relax Center. Teniendo en cuenta lo anterior, es importante preguntarse. ¿Cuáles son los principales síntomas osteomusculares en miembro superior de las cosmetólogas de Verde Oliva Relax Center en la ciudad de Medellín?

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se enfoca en cuales son los principales síntomas osteomusculares en miembro superior en las cosmetólogas de verde oliva relax center que se puede definir como un conjunto de lesiones inflamatorias o degenerativas de los músculos, tendones, articulaciones, ligamentos y nervios. La característica principal es que generalmente se localizan en la zona del cuello, espalda, hombros, codos, muñecas y manos. El síntoma predominante es el dolor asociado a inflamación, pérdida de fuerza y disminución o incapacidad funcional de la zona anatómica afectada. Entre sus causas están los tiempos prolongados de trabajo, los movimientos repetitivos y posturas forzadas.

La investigación se realiza por el interés de conocer cuáles son los principales síntomas osteomusculares de miembro superior en las cosmetólogas de verde olivar relax center, esto permitirá conocer las zonas afectadas de miembro superior, si están diagnosticadas como enfermedades temporales o laborales, el tiempo en la empresa y el tiempo que llevan presentando los síntomas.

Las diversas condiciones laborales y el entorno en el que se desarrollan las labores diarias son determinantes para el bienestar de los colaboradores, y se han convertido en un tema de total interés en los últimos años, no solo para las instituciones encargadas de hacer las revisiones y los análisis oficiales a los lugares de trabajo, sino también a cada una de las compañías, teniendo en cuenta que las enfermedades laborales afectan al desempeño en general de las empresas y adicionalmente a la calidad de vida de los empleados. Entre las enfermedades osteomusculares relacionadas con la actividad

laboral se encuentran diferentes diagnósticos correspondientes a alteraciones óseas, articulares, musculares, tendinosas y neurovasculares. Estas alteraciones hacen parte de un grupo de condiciones que la Organización Mundial de la Salud OMS en el 2005 define como: Desórdenes relacionados con el trabajo, ya que estos pueden ser ocasionados por exposiciones ocupacionales o exposiciones no ocupacionales” (Social M. d., 2006, p. 18)

En el área de la cosmetología, el estudio e identificación de riesgos laborales es reducida, de hecho, es una de las actividades económicas menos estudiadas por la Seguridad y Salud en el Trabajo. Recientemente, entre los años 2014-2020 la Agencia Europea de Seguridad y Salud en el trabajo (EUOSHA), reconoció que los trabajadores de peluquerías, barberías y salones de belleza están expuestos a serios riesgos de salud ocupacional, y que debe ser una prioridad, el mejoramiento de sus condiciones de trabajo. Pues, más allá de cortes y quemaduras, el ejercicio de su profesión puede provocar problemas de salud para toda la vida que incluso podría forzarles a abandonar su trabajo.

REVISIÓN DE LITERATURA

Han surgido diversos trabajos de investigación, en donde se revela la relación existente entre factores de riesgo presentes en el sitio de trabajo y la posterior aparición de los DME. En Colombia, el 60% de la población general ha padecido dolor músculo esquelético, sin diferencia entre hombres y mujeres. “De los empleados activos, el 56.7% presentó dolor musculo esquelético; el 15% consulta a especialistas del dolor y el 79.4% ha presentado Incapacidad” (Camargo Castro, Ordoñez Farfan, Leon Becerra, & Moreno Vega, 2018, p. 23).

“Los resultados en un estudio de prevalencia de desórdenes musculo esqueléticos y factores asociados en trabajadores de una industria de alimentos, mostraron mayor prevalencia de sintomatología dolorosa en cuello 54,3%, espalda alta 53,6%, muñeca y mano 46,4% y espalda baja (lumbar) 42%. Entre los factores asociados relacionados con agentes biomecánicos reportados por los trabajadores se encuentran la adopción de posturas mantenidas y que producen cansancio durante toda la jornada laboral 22,7%, la movilización de cargas en menos de la mitad de la jornada y con el mayor porcentaje de reporte se encuentra el movimiento repetitivo en manos y brazos 49,3%; entre los factores individuales se encuentran el índice de masa donde un 31,2% de los encuestados presentan sobrepeso, y un 1,4% obesidad, la inactividad física del 50,7% aspectos que representan un estilo de vida sedentario” (Ramirez, 2014, p.11).

Por lo anteriormente expuesto, se puede evidenciar que este tema hasta el momento ha venido siendo bien documentado y estudiado.

Se identifican entonces, algunas de las definiciones que serán relevantes y fundamentales en el desarrollo de la investigación, teniendo en cuenta que permitirán la contextualización del tema. Se comienza entonces, definiendo principalmente “los desórdenes musculo esqueléticos que comprenden cualquier daño o trastorno de las articulaciones y otros tejidos” Los problemas de salud abarcan desde pequeñas molestias y dolores a cuadros médicos más graves que obligan a solicitar la baja laboral e incluso a recibir tratamiento médico. En los casos más crónicos, pueden dar como resultado una discapacidad y la necesidad de dejar de trabajar.

De la misma manera, se encuentran los síntomas osteomusculares, estos se entienden como “un conjunto de lesiones inflamatorias o degenerativas de los músculos, tendones, articulaciones, ligamentos y nervios. Generalmente se localizan en la zona del cuello, espalda, hombros, codos, muñecas y manos” (Laboral, 2007, p.2).

Por otro lado, las condiciones de trabajo son “el conjunto de variables que definen la realización de una tarea concreta y el entorno en que esta se realiza, en cuanto que estas variables determinan la salud del individuo que la ejecuta” (Laboral, 2007, p.2), por ejemplo, el peligro biomecánico que son aquellas características del ambiente de trabajo que son capaces de generar una serie de trastornos o lesiones, estas características físicas de la tarea dan lugar a posturas, movimientos repetitivos, vibraciones; como complemento de las características ya mencionadas posteriormente, se encuentran las cargas físicas, estas se categorizan por ser actividades físicas íntimamente relacionadas con el gasto energético derivado del transporte o sujeción de cargas o de posturas de trabajo en el que interviene el esfuerzo humano.

De igual manera, la carga laboral, definida desde la perspectiva de la ergonomía como “el conjunto de requerimientos psicofísicos a los que se ve sometido el trabajador a lo largo de su jornada laboral” (Laborales), dependiendo de las exigencias del trabajo y de las diferentes características específicas de cada individuo como la edad, formación, experiencia, etc.

Para finalizar, se encuentran las terminologías de fuerza estática y fuerza repetitiva, son aquellas en las que ejercemos tensión contra una resistencia sin que haya desplazamiento de las fibras musculares y aquellas que se desarrollan reiterativamente, que son de origen laboral y que puede afectar tanto a las extremidades inferiores como superiores.

METODOLOGÍA

El estudio fue de tipo descriptivo cuantitativo de corte transversal. Con el objetivo de conocer cuáles son los principales síntomas osteomusculares de miembro superior en las cosmetólogas de verde olivar relax center. Un total de 8 colaboradoras aceptaron bajo carta de consentimiento

informado participar en nuestro estudio. Considerando como criterio de inclusión: ser cosmetólogas, ser colaboradora del centro estético y no haber presentado lesiones musculoesqueléticas previas por alguna lesión traumática. El instrumento de recolección fue una encuesta modificada de la Administradora de riesgos laborales Colmena que incluye las siguientes variables: información sociodemográfica, sintomatología, tiempo de presencia de la sintomatología y frecuencia de la molestia.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Los diferentes estudios nos permiten analizar la situación de las cosmetólogas que participaron en la investigación, desde la concepción de que muchas de ellas sienten molestias, pero no acuden a un médico especializado, por lo que se logró evidenciar que ninguna de ellas ha sido diagnosticada con una enfermedad muscular, sin embargo, toda han presentado diversas molestias en su cuerpo durante el último año.

Hallazgos observados

Tabla 1.
Características de la población participante del estudio

Sexo		%	N°
	Hombre	-	-
	Mujer	100	8
Grupo de edad	Rango de años	%	N°
	19-25	25	2
	26-35	50	4
	36-45	25	2
Cargo		%	N°
	Cosmetólogas	100	8
Horario que labora		%	N°
	Diurno	100	8
	Nocturno	-	-
Antigüedad dentro de la institución	Rangos en meses	%	N°
	1-3	37,5	3
	4-6	37,5	3
	7-9	12,5	1

	10-12	12,5	1
Diagnosticado con enfermedad osteomuscular		%	N°
	SI	-	-
	NO	100	8
Molestia en el cuerpo durante el último año		%	N°
	SI	100	8
	NO	-	-
Tiempo de sintomatología		%	N°
	1-6	75	6
	7-12	25	2
	13-18	-	-
Consulta a su EPS		%	N°
	SI	62,5	5
	NO	37,5	3
Incapacidad por sintomatología		%	N°
	SI	37,5	3
	NO	62,5	5
Mejora de molestia con el reposo		%	N°
	SI	100	8
	NO	-	-
En qué lugar se presenta la sintomatología		%	N°
	En el trabajo	100	8
	Fuera del trabajo	-	-

Tabla 2.
Sintomatología por región anatómica

Región anatómica: cuello		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	62,5%	5
Hormigueo	37,5%	3
Región anatómica: hombro		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	87,5%	7
Pérdida de fuerza	12,5%	1
Región anatómica: brazos o antebrazos		

Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	75%	6
Hormigueo	25%	2
Región anatómica: manos o muñecas		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	75%	6
Hormigueo	25%	2
Región anatómica: dedos		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	62,7%	5
Pérdida de fuerza	12,5%	1
Hormigueo	25%	2
Región anatómica: parte alta de la espalda		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	37,5%	3
Pérdida de fuerza	12,5%	1
Hormigueo	12,5%	1
Región anatómica: parte media de la espalda		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	37,5%	3
Pérdida de fuerza	12,5%	1
Hormigueo	25%	2
Región anatómica: parte baja de la espalda		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	62,5%	5
Pérdida de fuerza	12,5%	1
Hormigueo	25%	2
Región anatómica: miembros inferiores		
Sintomatología	Porcentaje	N° personas
Dolor	50%	4
Pérdida de fuerza	12,5%	1
Hormigueo	25%	2

Discusión o Análisis de resultados

Los resultados de la encuesta nos permiten identificar que:

En el cuello, el 62,5% de las pacientes presenta dolor, mientras que el 37,5% presentan hormigueo y esta se da de manera ocasional o permanentemente, evidenciando que las actividades repetitivas y la posición de ellas en su entorno laboral no está siendo el adecuado, adicionalmente se estén excediendo en las horas laborales o en el tiempo que se están realizando las actividades.

En los hombros, el 87,5% presenta dolor, mientras un 12,5% presenta pérdida de fuerza de manera intermitente, por lo que se logra determinar que no es un punto crítico en la valoración, sin embargo, su gravedad no es elevada, pero es necesario que se establezcan planes que permitan el control de las condiciones laborales y se logre capacitar al personal sobre las posiciones correctas que deben adoptar.

En los brazos o antebrazos, se presenta dolor en su mayoría representando un 75%, sin embargo, también existe la presencia de pérdida de fuerza y hormigueo, dándose de manera intermitente, lo que quiere decir que esta es una de las partes del cuerpo que más se está viendo involucrada y por lo tanto afectada en el desempeño de las labores, a causa del manejo de instrumentos especializados y el manejo del peso de los mismos.

En las manos o muñecas, el 75% presenta dolor y un 25% hormigueo en algunos casos de manera permanente, teniendo en cuenta que las manos son las principales involucradas en las labores desempeñadas por las colaboradoras.

En los dedos, el 62,7% presenta dolor de manera intermitente, sin embargo, no representa un punto crítico en la valoración, este puede ser tratado por medio de capacitaciones para el manejo de los equipos y para la correcta ejecución de los tratamientos.

En la espalda parte baja es donde se presenta mayor sintomatología de dolor de un 62,5%, además un 25% presenta hormigueo y en algunos casos la pérdida de fuerza, de manera intermitente, ocasional y permanente, evidenciando que existe una fuerte afectación sobre esta área del cuerpo y estableciendo la necesidad de mejoría en las posiciones de trabajo y en las ayudas para su corrección. Teniendo en cuenta que esta área del cuerpo puede desarrollar un sin número de trastornos y que puede terminar incapacitando permanentemente al colaborador.

En los miembros inferiores, se observa que el 50% presenta dolor en la mayoría de los casos, sin embargo, hay presencia de hormigueo del 25% y pérdida de fuerza de 12,5%, a causa de adopción de posturas inadecuadas y adicionalmente el estar en una sola posición por tiempo prologado.

CONCLUSIONES

Con base a los hallazgos, se concluye que el principal síntoma osteomuscular de miembro superior en las cosmetólogas de Verde Oliva Relax Center es el dolor en cada una de las subregiones.

Sin embargo, es importante precisar que la zona más afectada es el hombro, seguida de manos y muñecas y en último lugar el cuello. Otro de los síntomas presentes es el hormigueo que se da principalmente en la región del cuello; mientras que en brazos y antebrazos el principal síntoma está asociado a pérdida de fuerza y hormigueo, siendo de manera intermitente. Adicionalmente se encontró comprometida la parte baja de la espalda y miembros inferiores, no siendo tan relevantes ni relacionado con el objetivo, pero que de igual la presencia de síntomas permitirán a la organización establecer las medidas de intervención necesarias para su mitigación.

RECOMENDACIÓN

Es importante que la compañía desarrolle un manual de buenas prácticas y de salud y seguridad laboral que brinde las instrucciones estandarizadas que permita que las colaboradoras aprendan a manejar su tiempo, a descansar, a reposar y a realizar adecuadamente las actividades. Adicionalmente la empresa debe respetar los tiempos de descanso de las colaboradoras, disminuyendo así la problemática.

Bibliografía

- Camargo Castro, C. M., Ordoñez Farfan, A. A., Leon Becerra, D., & Moreno Vega, M. L. (2018, P. 23). *Caracterización de trastornos osteoarticulares de los trabajadores del área administrativa de la empresa coningeniería e inversiones ltda.* Bogotá.
- Laboral, I. N. (2007, P.2). *Gobierno de Navarra*. Obtenido de <https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/76DF548D-769E-4DBF-A18E-8419F3A9A5FB/145886/TrastornosME.pdf>
- Laborales, P. d. (s.f.). *Fundación para la prevención de los Riesgos Laborales*. Obtenido de <https://riesgoslaborales.saludlaboral.org/portal-preventivo/riesgos-laborales/riesgos-relacionados-con-la-hergonomia/carga-de-trabajo/>
- Organización Mundial de la Salud*. (28 de 04 de 2005). Obtenido de <https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2005/pr18/es/>
- Ramirez, C. T. (2014, P.11). *Estudio de prevalencia de desórdenes musculoesqueléticos y factores asociados en trabajadores de una industria de alimentos*. Bogotá: Universidad Javeriana.

- Social, M. d. (2006, P. 18). *Guía de atención integral basada en la evidencia para hombro doloroso (GATI- HD)*. Bogota.
- Social, M. d. (2006, P. 181). *Guía de Atención Integral basada en la evidencia para Desordenes musculoesqueléticos (DME) relacionados con movimientos repetitivos de miembros superiores*. Bogotá. Recuperado el 2019, de https://docplayer.es/44784846-Briyit-dayana-carlosama-rosero-nathalia-elizabeth-pazmino-riobamba-karol-julieth-ruiz-oviedo.html#show_full_text
- Y., P. (2014, P.7). *Diseño de Controles para la prevención de riesgos ocupacionales y ambientales en el sector de centros de estética ubicados en Engativá, Bogotá, Colombia*. Bogotá, Colombia: Tesis de Especialidad.