

# **SINTOMATOLOGÍA DOLOROSA OSTEOMUSCULAR EN CAJERAS DE UNA EMPRESA COMERCIALIZADORA DE VÍVERES Y PRODUCTOS DE ASEO EN EL PERIODO 2017 – 02**

## **OSTEOMUSCULAR PAIN SYMPTOMS IN A TRADING COMPANY OF PROVISIONS AND CLEANLINESS PRODUCTS IN THE PERIOD 2017 - 02**

Carlos Eduardo Gonzalez Gutierrez<sup>1</sup>.

### **Resumen**

La sintomatología dolorosa osteomuscular relacionados con el trabajo son entidades comunes y potencialmente incapacitantes, pero aun así prevenibles, que comprenden un amplio número de entidades clínicas específicas que incluyen enfermedades de los músculos, tendones, vainas tendinosas, síndromes de atrapamientos nerviosos, alteraciones articulares y Neurovasculares.

La presencia de sintomatología dolorosa osteomuscular en los operarios de caja es causa de múltiples reportes de enfermedad laboral, esta medida es generada por una repetitividad de acciones en el ambiente laboral y una mala distribución de cargas, el paciente o trabajador emite una dolencia a nivel de su articulación o musculo afectado, que por consiguiente le crea una limitación en la función del mismo.

### **Abstract**

he work-related musculoskeletal pain symptoms are common and potentially incapacitating, but still preventable, entities that comprise a large number of specific clinical entities including diseases of muscles, tendons, tendon sheaths, nerve entrapment syndromes, joint and neurovascular alterations .

The presence of painful osteomuscular symptomatology in the workers of the box is the cause of multiple reports of occupational illness, this measure is generated by a repetitiveness of actions in the work environment and a poor distribution of loads,

the patient or worker emits an illness at the level of your affected joint or muscle, which consequently creates a limitation on the function of it.

### **Palabras claves**

Patología, Sintomatología, Osteomuscular, Hombro, Doloroso, Riesgo, Cajeras, Movimientos, Repetitivos, Laboral.

### **Key words:**

Pathology, Symptomatology, Osteomuscular, Shoulder, Painful, Risk, Cashiers, Movements, Repetitive, Labor.

### **Introducción**

La sintomatología dolorosa osteomuscular es generada por diversidad de situaciones problemáticas entre ellas la degeneración de las articulaciones, movimientos repetitivos, Posturas forzadas, Postura Prolongada y Mantenidas que realizan las cajeras son factores de riesgo para la manifestación de sintomatología dolorosa.

En un estudio realizado por el Instituto de Seguridad y Salud Laboral de la región de Murcia, sobre los trastornos musculoesqueléticos causados por diferentes profesiones presenta en su artículo que “la lesión del manguito rotador tiene una gran incidencia y su tasa de morbilidad la postula en la quinta posición de las enfermedades más comunes presentes en los empleados de 23 empresas entre ellos las cajeras de supermercado.”<sup>1</sup>

Las mujeres durante su actividad laboral son las que más presentan sintomatología dolorosa, debido a que desempeñan otras tareas específicas en el lugar de trabajo. Otro factor que afecta la presencia de estas problemáticas es el biotipo que representan, unas condiciones de base diferentes a las del hombre

---

<sup>1</sup> LARA BELEN, seguimiento y análisis de la investigación de las enfermedades profesionales causadas por trastornos músculo esqueléticos, 2010, p 3 de 49

desencadenando una problemática distinta. Los principales riesgos son debido a la mala distribución de cargas y tareas repetitivas ya que ejercen en su quehacer diario labores que implican las variadas situaciones antes descritas, las mujeres en las asignaciones de trabajo están basadas en menos carga y mayor repetición generando posturas prolongadas durante largas jornadas de tiempo.

En un estudio realizado a trabajadores de una empresa de cosméticos donde los empleados realizan movimientos repetitivos y las posturas adoptadas son inadecuadas, revela que hay presencia de sintomatologías dolorosa osteomuscular, en “la empresa de cosméticos donde se desarrolló el trabajo se determinó previamente la existencia de tres enfermedades calificadas de origen laboral. Las patologías identificadas con mayor frecuencia fueron: Síndrome de Manguito Rotador 1.3%, Síndrome de Túnel Carpiano 10.0%, Epicondilitis Lateral y Medial 2.5 %, y otras patologías.”<sup>2</sup> Estas situaciones afectan directamente a las personas que se encuentran en empleos donde su actividad laboral implica una jornada laboral de 8 a 10 horas realizando tareas que comprometen la articulación a estrés constante y movimientos en una misma dirección continuas, anexando que los lapsos de tiempo de descanso son muy cortos y las acciones preventivas para la aparición de las complicaciones osteomusculares son muy escasas, la presencia de sintomatología dolorosa es por consiguiente un peligro latente en los empleados.

A lo largo de la jornada las cajeras manejan una gran cantidad de dinero que entran y salen de las cajas por compras de los usuarios; debido a esto, la repetición y el ritmo elevado se cree que las cajeras por día atienden aproximadamente más de 300 clientes. Generando como consecuencia a ello, dolencias a nivel tanto muscular como articular y además de esto, también desencadenan sobrecarga a nivel mental, unas de las más relevantes son por estrés laboral.

---

<sup>2</sup> FERREROSA Betssy. sintomatología dolorosa osteomuscular y riesgo ergonómico en miembros superiores, en trabajadores de una empresa de cosméticos. Colombia 2015, p.p. 26-30

## **Métodos**

Se desarrolló un estudio de tipo no experimental descriptivo con una población de 21 trabajadores y la muestra son 15 auxiliares operativos del área de caja en un empresa comercializado de víveres y productos de aseo en el municipio de Jamundí en la ciudad de Santiago de Cali.

Se utilizó el cuestionario nórdico y una matriz de riesgos como instrumento para organizar obtener la información deseada

Para la clasificación y análisis del cuestionario nórdico se contó con una matriz de Excel como instrumento donde se depositó la información de cada cuestionario permitiendo el análisis estadístico.

Dentro de la recolección de datos se contó con una matriz de riesgos como instrumento para identificar los riesgos a los cuales se encuentra expuesto los trabajadores.

## **Resultados**

Para dar repuesta al primer objetivo que corresponde a describir las variables sociodemográficas de las cajeras que laboran en el Supermercado Caribe S.A Se obtuvieron los siguientes resultados: En total las personas encuestadas fueron (14) representan el 100% de la población, un 95% de los encuestados pertenece al género femenino. El 50% de las personas se encuentre en el rango de los 33 a 37 años. En cuanto a la etnia con un 71,4% la raza blanca predomina, Un 78,5% y un 21,4% realizado un estudio técnico, Respecto a la vivienda el 71,4% refirió vivir en una casa o apartamento alquilado y el estrato socioeconómico predominante es el 2 con un 71,4% y por último en cuanto al tiempo laborado en la empresa corresponde el 42,8% con más de 6 meses y menos a 11 meses, de 12 a 23 meses el 28,5% al igual que las personas que han trabajado 24 meses o más.

Para dar respuesta al segundo objetivo que es factores de riesgo a los que están expuestos las cajeras del Supermercado Caribe S.A, se obtuvieron los siguientes

datos: El estudio revela que el 92% de los encuestados presenta o a presentados alguna sintomatología osteomuscular en los últimos 12 meses. El mayor reporte de síntomas osteomusculares son los que afectan la región del hombro con el 57% de los encuestados, en segundo lugar los síntomas que afectan la región de la muñeca o mano con el 28% y en tercer lugar los síntomas que afectan el cuello con el 15%. Para responder al tercer objetivo, especificar los tipos de riesgos al que están expuestos los trabajadores: Por consiguiente expresando la matriz de riesgos que se aplicó a la tarea que realizan las cajeras, se evidenció que el riesgo biomecánico por postura prolongada y movimientos repetitivos arrojaron un porcentaje muy alto dando constancia a la posibilidad de presentar sintomatología dolorosa osteomuscular, aunque estos riesgos son los más elevados no se descartan la exposición a los riesgos Biológicos y Psicolaborales puesto que representan un peligro Alto para la matriz de riesgos.

## **Discusión**

Villalobos M, (2015), En el artículo, *Riesgos ergonómicos en los puestos de trabajo de un Supermercado del Estado Carabobo*. Expone que los trabajadores de los supermercados se encuentran expuestos a padecer diferentes problemas de salud asociados al puesto de trabajo, las condiciones de trabajo, la duración de la jornada y las actividades laborales que realicen; estas últimas incluyen las posturas incorrectas, las posturas forzadas, las posturas prolongadas, el manejo manual de cargas, los sobreesfuerzos, los movimientos rápidos y repetitivos, el agarre digital o palmar, la utilización de herramientas, la exposición a temperaturas extremas, el estrés, entre otros. La prevalencia de síntomas dolorosos osteomusculares derivados de la activada laboral es una causa de absentismo y de reporte de enfermedad laboral son muy presente en época actual, una estandarización de procesos y una forma de trabajo continua, representa un estrés muscular elevado para las personas que se encuentra en trabajos como los auxiliares de caja en supermercados, donde la actividad laboral representa una tarea repetida y constante durante largas jornadas de tiempo además que a esta situación se le

suma el hecho de que los horarios para los trabajadores de esta área no son muy flexibles y los tiempos de recuperación muscular no se toman adecuadamente, esta cultura de autocuidado no se encuentra bien plantada en las empresas y por consiguiente se ve expresado en sintomatologías dolorosas osteomusculares.

Kihlstedt A, (2011), En el artículo *Checkout cashier work and counter design – Video movement analysis, musculoskeletal disorders and customer interaction* Plantea en su análisis de 50 trabajadores sobre los movimientos realizados en el puesto de caja y su efecto a nivel osteomuscular, este revela que la prevalencia de trastornos osteomusculares fue bastante alta con un 68% para el cuello, a diferencia del estudio actual que señala el mayor reporte de síntomas osteomusculares son los que afectan la región del hombro, con el 57% de los encuestados, en segundo lugar los síntomas que afectan la región de la muñeca o mano con el 28% y en tercer lugar los síntomas que afectan el cuello con el 15%. Pero Barbieri PG, (2013), en su artículo *Symptoms and upper limb work-related musculo-skeletal disorders among 173 supermarket cashiers*. Demuestra que la sintomatología dolorosa osteomuscular en cajeras más prevalente es la de hombro dentro de 111 trabajadores con resultados positivos para síntomas dolorosos osteomusculares dentro de 173 encuestados.

Los datos expuestos representan una base alta para la presencia de síntomas dolorosos osteomusculares derivados de la actividad laboral, aunque varían en cuanto a la prevalencia más alta y el segmento más afectado, ya que los biotipos y actividad laboral realizada por cada persona es diferente, aun así se podría resaltar que la cultura preventiva y de higiene postural no se encuentra bien afianzada en el sector comercial de tipo atención al cliente como lo son las cajeras.

## **Conclusiones**

Se puede concluir con que las mujeres representan la mayor población de cajeras además que la edad más relevante es de 23 años hasta 37 y que estas en su mayoría están solteras, que su nivel de educación es el básico bachillerato, el tipo

de vivienda más común es el alquiler y en su mayoría poseen un hijo o más, el estrato 2 socioeconómico representa la mayoría de la población y la totalidad de las personas llevan trabajando más de 6 meses en la empresa

En la presencia de sintomatología dolorosa osteomuscular en los empleados de Caja o Auxiliares de Caja del supermercado Caribe S.A, fue claramente evidenciada en este estudio, la prevalencia de síntomas dolorosa relacionada con las actividades laborales de los empleados del área de servicio al cliente dentro de la cual el mayor reporte de síntomas dolorosos osteomusculares son los que afectan la región del hombro con el 57%, en segundo lugar los síntomas que afectan la región de la muñeca o mano con el 28% y en tercer lugar los síntomas que afectan el cuello con el 15%, por ende los trabajadores se encuentran realizando actividades que representan un riesgo en su sistema muscular.

Respectivamente para la presencia de las patologías más relevantes como la sintomatología dolorosa de Hombro un 42,8% respondió tenerla de 1 a 7 días, para la sintomatología dolorosa de Muñeca o Mano un 21,4% respondió presentarla de 8 a 30 días y respecto a la sintomatología dolorosa de cuello un 7% responde tener este dolor siempre y otro 7% de 1 a 7 días.

Se puede concluir que los trabajadores se encuentran expuestos a un riesgo biomecánico muy alto, representado en la matriz de riesgo y esta es causante de sintomatologías dolorosas.

### **Recomendaciones**

Es recomendable para los trabajadores del área de caja en las empresas comercializadoras realizar ajustes a nivel del puesto de trabajo y aunque todo trabajo requiera de un esfuerzo físico, el correcto uso de cargas y pausas paulatinas brindan beneficios a nivel osteomuscular, a pesar de que la labor realizada por las auxiliares de caja requiera un nivel alto de estrés articular y actividad constante es posible implantar los parámetros de pausas activas en esta población ya que las enfermedades laborales están haciendo presencia.

Es recomendable que las cajeras ajusten la altura de la silla al plano del trabajo y ocupar toda la superficie del asiento.

Mantener los brazos cerca del cuerpo es de gran ayuda para no ejercer cargas extras a la articulación.

La pantalla de las cajas debe quedar en una posición donde la cajera no realice un esfuerzo de más para visualizarla.

Las cargas recomendadas para trabajos de pie es un máximo de 15 kg y para los trabajos en posición sedente son de 5 kg.

Las cargas deben encontrarse lo más cerca posible del cuerpo de la cajera de esta manera se evitan cargas extras.

Realizar estiramientos previos, durante y posterior la actividad laboral es de gran beneficio para el sistema muscular.

Evitar la torsión del tronco al realizar una manipulación de cargas.

### **Referentes bibliográficos**

1. LARA Belen, seguimiento y análisis de la investigación de las enfermedades profesionales causadas por trastornos músculo esqueléticos, 2010.
2. FERREROSA Betsy. sintomatología dolorosa osteomuscular y riesgo ergonómico en miembros superiores, en trabajadores de una empresa de cosméticos. Colombia 2015.
3. VILLALOBOS Marinelly. Riesgos ergonómicos en los puestos de trabajo de un Supermercado del Estado Carabobo. Venezuela 2015.
4. KIHLESTEDT Annika, Checkout cashier work and counter design – Video movement analysis, musculoskeletal disorders and customer interaction. Estocolmo. Suecia. 2011.
5. BARBIERI PG, Symptoms and upper limb work-related musculo-skeletal disorders among 173 supermarket cashiers. Italia. 2013.



**Entre Seis y diez imágenes diferentes a las del trabajo, pero referentes al mismo**

Whele, A. (2016). 7 Things I Hate Hearing As A Cashier



Recuperado de: <https://www.theodysseyonline.com/7-things-hate-hearing-as-cashier>

Gobierno Local. (2016). 3.8 percent of people in Naperville receive food stamps.



Recuperado de: <https://dupagepolicyjournal.com/stories/511011771-3-8-percent-of-people-in-naperville-receive-food-stamps>

CaribeS.A . (2015). Caribe Supermercados



Recuperado de: <http://caribesupermercados.co/>

Food Safety Manager, (2017). New Rules from TX Department of State Health Services on Food Handlers



Disponible en: <https://tx.foodprotectiontaskforce.com>

Motti. J, (2016) Tips, insight on how to boost customer interaction



Recuperado de: <https://www.retailcustomerexperience.com/articles/tips-insight-on-how-boosting-customer-interaction/>

London. L, (2016). Convenience stores often experience a very high turnover rate and are usually severely understaffed.



Recuperado de: <https://www.goebt.com/find-good-employees-and-keep-them/>