

**IDENTIFICACIÓN DE FACTOR DE RIESGO ERGONÓMICO EN AUXILIARES
DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN DOMICILIARIA DE LA EMPRESA SALUD&**

**IDENTIFICATION OF ERGONOMIC RISK FACTOR IN AUXILIARIES
OF NURSING HOME HEALTH CARE HEALTH &**

POR:

MARIA CAMILA ARROYAVECARDONA

ELIANA YANETH AVENDAÑO GARCIA

MANUELA GALEANOGUTIERREZ

RESUMEN

Desde años atrás las diferentes ciencias y disciplinas, se han preocupado por estudiar e investigar el trabajo, su entorno y las consecuencias que generan en el ser humano tales como incidentes, accidentes, y enfermedades laborales. Hoy en día una de ellas es la ergonomía, la cual se define según la Asociación Internacional de Ergonomía como: “El conjunto de conocimientos científicos aplicados para que el trabajo, los sistemas, productos y ambientes se adapten a las capacidades y limitaciones físicas y mentales de la persona”. Esta ciencia es de gran importancia a la hora de realizar controles de riesgo y en la prevención de accidentes de trabajo.

En el sector salud es de gran herramienta puesto que las diferentes personas que prestan los servicios asistenciales en sus labores, tareas, y funciones se enfrentan constantemente a riesgo ergonómicos; puesto que deben adoptar posturas prolongadas e inadecuadas, movimientos repetitivos y sobreesfuerzos; que a corto o largo plazo se verán reflejadas en una infinidad de patologías del sistema osteomuscular; por esto nace la necesidad de identificar el riesgo ergonómico presente en las auxiliares de enfermería de la empresa SALUD&; a través de un cuestionario cerrado y la aplicación del método REBA, para así, poder generar estrategias que permitan mitigarlo o disminuirlo, y a su vez, aportar al programa de promoción y prevención de la salud en el personal asistencial.

Al realizar la identificación del riesgo ergonómico en las 20 auxiliares de enfermería a través de los métodos ya mencionados anteriormente se encontró con que el 40% de la población se encuentra en un nivel de riesgo muy alto, el 45% en un nivel de riesgo alto y tan solo el 15 % de las auxiliares se encuentran entre un riesgo medio y bajo según las posturas estáticas y dinámicas que deben mantener durante la tarea de cambio de posición de los pacientes; además el 55% de la población refiere haber sufrido alguna vez de lumbalgia generada por la labor que realizan.

ABSTRAC

From years ago the different sciences and disciplines, have been concerned about study and research work, its environment and the consequences they generate in the human being such as incidents, accidents and occupational diseases. Today, one of them is the ergonomics, which is defined according to the International Association of Ergonomics as: "The set of scientific knowledge applied for the job, systems, products and environments are adapted to the capabilities and physical and mental limitations of the person". This science is of great importance at the time of risk controls and in the prevention of work-related accidents.

In the health sector is of great tool since the different people who provide health care services in their work, tasks, and functions are constantly faced with ergonomic risk; Since they have prolonged and inadequate postures, repetitive movements and sobrefuerzos; that in the short or long term will be reflected in a myriad of diseases of the musculoskeletal system; for this is the need to identify ergonomic risk present in the nursing auxiliaries of the company health&; Through a closed questionnaire and the application of the method REBA, so as to be able to generate strategies for mitigating or decrease and, in turn, contribute to the program of health promotion and prevention in health care personnel.

To make the identification of the ergonomic risk in the 20 nursing auxiliaries through the methods already mentioned above found that the 40% of the population is at a very high level of risk, The 45% in a high level of risk and only 15 % of the assistants are between medium and low risk according to the static and dynamic postures that should be maintained during the change of the position of the patients; in addition to the 55% of the population reported having ever suffered from low back pain generated by the work that they do.

PALABRAS CLAVES

Seguridad y salud en el trabajo, biomecánica, sistema osteo-muscular, factores de riesgo ergonómico, enfermedad laboral, método REBA

KEY WORDS

Occupational safety and health, biomechanics, osteo-muscular system, ergonomic risk factors, occupational disease, REBA method

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo pretende identificar, describir, analizar y clasificar el factor de riesgo ergonómico que se presenta en las auxiliares de enfermería domiciliaria en la empresa Salud& S.A.S, para así generar estrategias que permitan mitigar o disminuir las afecciones causadas por traumas acumulativos, inadecuadas cargas y posturas; además aportar al programa de promoción y prevención de la salud en el personal asistencial.

El objetivo es identificar el factor de riesgo ergonómico en auxiliares de enfermería en atención domiciliaria, bajo parámetros como: determinar las patologías osteo musculares asociadas a las tareas de los auxiliares de enfermería estableciendo las de mayor prevalencia e incidencia, analizar las diversas tareas y funciones que realizan las auxiliares determinando el grado de riesgo ergonómico y por ultimo definir las acciones que conllevan a alteraciones osteo musculares en los puestos de trabajo.

Las auxiliares de enfermería que prestan los servicios asistenciales en la empresa salud& S.A.S con sus labores, tareas y funciones, se enfrentan constantemente a posturas prolongadas e inadecuadas, movimientos repetitivos y sobreesfuerzos; que conllevan a patologías principalmente del sistema músculo esquelético tales como: lumbalgia, túnel del carpo, manguito rotador, contracturas musculares entre otras.

La gran mayoría de lesiones que se presentan en este ámbito laboral son prevenibles según estudios, a través de un buen programa de Seguridad y Salud

en el Trabajo donde se implemente la identificación de riesgos, medidas de control, diseños de puestos de trabajo, capacitaciones frente a la correcta actitud y práctica de las diferentes actividades laborales.

Mediante el uso de herramientas específicas tales como un cuestionario y el método REBA se logro una identificación de la actividad de mayor riesgo, llegando a establecer de forma cuantitativa las prioridades en intervención tanto para el trabajador como para las fuentes generadoras de riesgos biomecánicos.

Nuestro interés es contribuir al desarrollo del sector salud, el cual está en un acelerado crecimiento en nuestra ciudad y de él hacemos parte. Aportando un programa que disminuya las elevadas cifras que se registran por afecciones asociadas a los desórdenes por trauma acumulativo.

PROPUESTA METODOLÓGICA

El tipo de estudio es descriptivo porque se describe una situación en particular como lo es la de las auxiliares de enfermería de la empresa Salud&; acerca del factor de riesgo ergonómico, el enfoque es mixto puesto que trata dos variables: la cualitativa a través de las diferentes actividades que realizan las auxiliares como es la del traslado de los pacientes y la cuantitativa que es a través de la tabulación y la realización del cuestionario y por último el diseño es no experimental porque no se manipula ninguna variable y se aplica un método ya planteado por otros autores como es el método de REBA.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Según el método REBA aplicado a 20 auxiliares de enfermería de la empresa Salud& hay 8 auxiliares que se encuentran en un nivel de riesgo ergonómico muy alto, representando el 40% de la población, 9 personas en un nivel de riesgo alto que significa el 45%, dos en un nivel de riesgo medio representado en el 10% de la población mientras que tan solo un 5%, es decir, una sola persona se encuentra

en un nivel de riesgo bajo según las posturas estáticas y dinámica que deben mantener durante la tarea de cambio de posiciones de pacientes.

De las 20 auxiliares de enfermería que respondieron el cuestionario, 12 personas, es decir, el 60% sienten alguna molestia o dolor muscular debido a su labor y 8 personas dicen no sentir alguna molestia causada por su trabajo, las cuales representan el 40%; Además, 11 auxiliares de enfermería han sufrido de lumbalgia por su labor representados en el 55% de la población, 6 auxiliares de túnel del carpo, es decir, el 30%, 1 persona de contractura muscular con el 5%, 1 de esguince con el 5% y otra dice no haber sufrido de estas lesiones.

CONCLUSIONES

Se concluye que las patologías osteomusculares que se presentan en las auxiliares de enfermería de la empresa Salud& son: lumbalgia, túnel del carpo, contracturas musculares y esguinces, donde prevalece la incidencia de la lumbalgia representada en el 55% de la población.

Así mismo se determinó que las actividades que las auxiliares de enfermería consideran de mayor esfuerzo físico para ellas como lo son el traslado de pacientes con el 65% y el aseo del paciente con el 35%, son las mismas que provocan una serie de dolores musculares y patologías tales como la lumbalgia, además el traslado de pacientes representa un 85% de un nivel de riesgo ergonómico entre alto y muy alto para el personal, puesto que mediante el método REBA se evidencian posturas inadecuadas y movimientos repetitivos.

Las 20 auxiliares de enfermería de la empresa Salud& a pesar de que conocen su estado de salud y reciben capacitaciones sobre la higiene postural, realizan algunas de sus funciones de una manera inadecuada como lo es el traslado de pacientes, puesto que adoptan posturas donde se observan movimientos inadecuados como los de la columna y la mano o en algunos casos no se cuenta con una buena base de sustentación, lo cual , puede originar o desencadenar molestias y con el tiempo patologías osteomusculares, por lo

tanto, las acciones que desencadenan las diversas alteraciones osteomusculares en el personal asistencial dependen del auto cuidado de cada una de ellas.

El 100% de la población que participó en el cuestionario y la evaluación según el método de REBA fueron de sexo femenino, lo cual, nos invita a reflexionar sobre cómo se está realizando el proceso de cargas tanto estáticas como dinámicas que según la ley en mujeres la carga estática no debe sobrepasar los 12,5 kg y la dinámica el doble, es decir 25 kg.

Según los resultados que arrojó la aplicación del método REBA utilizado para evaluar el factor de riesgo ergonómico en las 20 auxiliares de enfermería de la empresa Salud&, el 40% de la población se encuentra en un nivel de riesgo muy alto que indica una actuación necesaria en este personal y el 45% del personal se encuentra en un riesgo alto que conlleva a que la intervención y posterior análisis de la tarea sea necesaria y pronta, es decir, según las posturas estáticas, dinámicas y movimientos repetitivos que mantiene y adopta el personal asistencial durante la tarea de cambio de posiciones de pacientes, el riesgo ergonómico al que se está expuesto es inminente y se requiere de inmediata actuación, tanto por parte de la empresa como de las auxiliares.

RECOMENDACIONES

- Planificar antes de ejecutar cada una de las tareas, pues es importante pensar antes la forma en la que se va a realizar para evitar posturas forzadas y movimientos bruscos, imprevistos y repetitivos.
- Hacer las capacitaciones de forma constante variando los temas en relación al auto cuidado en base a los diferentes factores de riesgo que se pueden presentar y enfatizando en el ergonómico.
- Tener presente las técnicas de traslado de pacientes para evitar al máximo los sobreesfuerzos y mejorar las condiciones de manipulación de cargas, empujes y arrastres, pues estos son tareas prioritarias para cada una de las auxiliares de enfermería de la empresa SALUD&.

- Elaborar estándares de seguridad en los puestos de trabajo de cada una de las auxiliares de enfermería.
- Socializar los resultados del trabajo de aplicación inicialmente a los empleadores y a las auxiliares de enfermería, con el fin de optar medidas y acciones preventivas, para así, minimizar al máximo el factor de riesgo ergonómico.

IMÁGENES

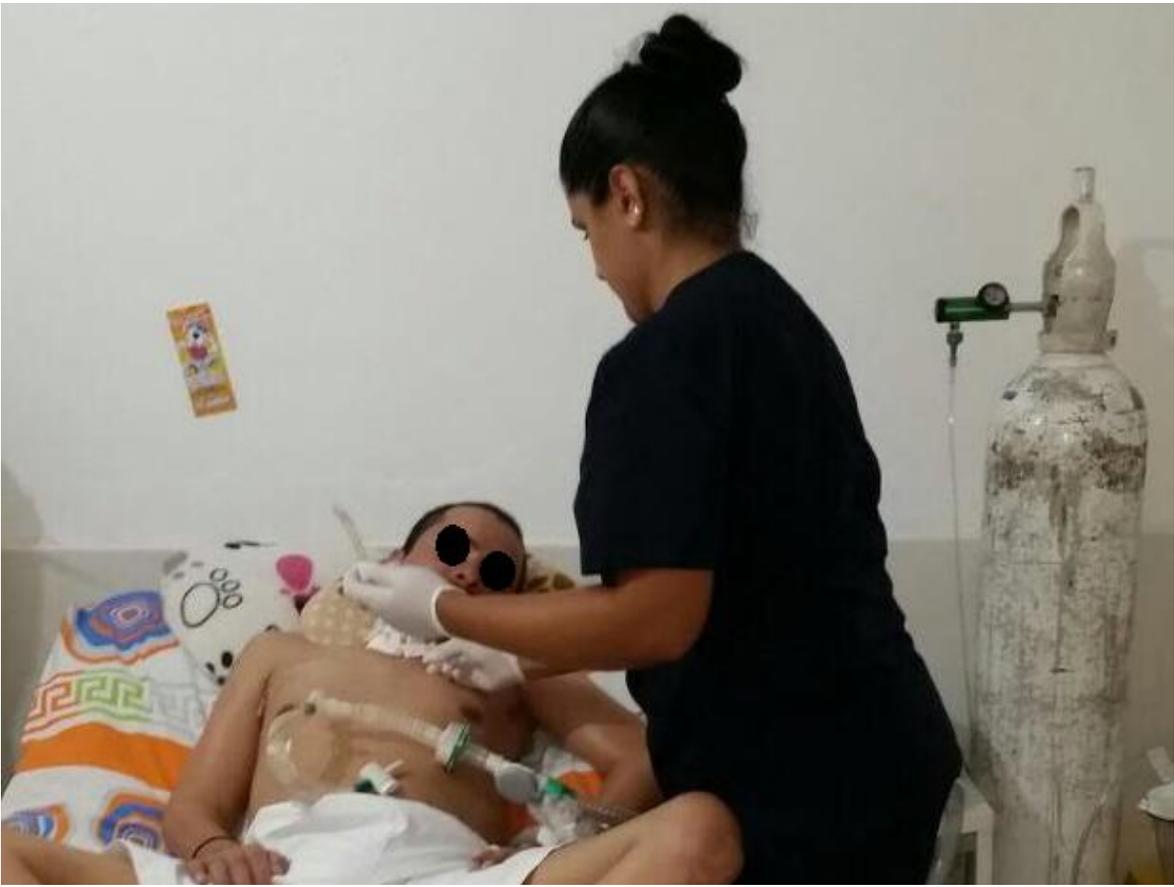












REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Información suministrada por la jefe de talento humano de la empresa salud&

Percepción de riesgos laborales en profesionales de enfermería de un centro sanitario. *Enfermería Clínica*. Volume 24, Issue 3, May–June 2014, Pages 191-195

PORRAS-Povedano, Miguel, Virginia Santacruz-Hamer, and Inmaculada Oliva-Reina. "Percepción de riesgos laborales en profesionales de Enfermería de un centro sanitario." *Enfermería Clínica* 24.3 (2014): 191-195. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1130862113001721>.

GÓMEZ Ceballos Diego Alexander y Muñoz Marín. Diana Patricia. Caracterización de los accidentes laborales en un hospital de alta complejidad de la región de Antioquia, Colombia. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2015/cst152e.pdf>

GONZÁLEZ, Diana C., et al. "Conocimientos, Actitudes y Prácticas sobre Prevención de Dolor Lumbar." *Revista Colombiana de Salud Ocupacional* 3.1 (2015): 26-29. Disponible en: <http://revistasoj.s.unilibrecali.edu.co/index.php/rcso/article/view/84/92>

SANABRIA LEÓN, Alba María. (2014). prevalencia de dolor lumbar y su relación con factores de riesgo biomecánico en personal de enfermería. 2014-2015. Disponible en: <http://revistamedicina.net/ojsanm/index.php/revistamedicina/article/view/111-2/940>

(ICONTEC). Editada por el Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación Apartado 14237 Bogotá, D.C. Disponible en: <https://positivaeduca.positiva.gov.co/matriz/web/archivo/img/27-1-2016-9-31-309.pdf>

Guía de atención integral basada en la evidencia para Dolor Lumbar Inespecífico y Enfermedad Discal relacionados con la manipulación manual de cargas y otros factores de riesgo en el lugar de trabajo (GATI- DLI- ED). Autor Institucional: Ministerio de la Protección Social. Ministerio de la Protección Social. Año de la publicación: 2006. Bogotá, diciembre de 2006. Disponible en:
<https://www.minsalud.gov.co/Documentos%20y%20Publicaciones/GATISO-DOLOR%20LUMBAR%20INESPEC%C3%8DFICO.pdf>