

ARTICULO

ANÁLISIS DE RIESGOS ERGONÓMICOS EN LOS OPERARIOS DE LA EMPRESA ESCUELA DE TECNOLOGÍAS DE ANTIOQUIA CON BASE EN LA METODOLOGÍA DE R.E.B.A EN LA CIUDAD DE MEDELLIN EN EL AÑO 2016

Johana Andrea Ceballos Mejía, Laura cristina Tuberquia González, Mariana Monsalve Villa

ANALYSIS OF ERGONOMIC RISKS IN THE OPERATORS OF THE COMPANY SCHOOL OF ANTIOQUIA TECHNOLOGIES BASED ON THE METHODOLOGY OF R.E.B.A IN THE CITY OF MEDELLIN IN THE YEAR 2016

Johana Andrea Ceballos Mejía, Laura cristina Tuberquia González, Mariana Monsalve Villa

RESUMEN:

Se considera factor de riesgo todo elemento o ambiente que aumente la probabilidad de que ocurra un evento adverso para la salud, que cause daño o lesión, Cuando estos factores de riesgos físicos no son controlados empiezan a causar daños y en muchas ocasiones irreversibles para la salud, estos daños o efectos nocivos dependen de la intensidad y el tiempo de exposición del

trabajador.¹ En este caso nos enfocaremos a

hablar de los riesgos ergonómicos identificados en 6 puestos de trabajo administrativo en la escuela de tecnologías de Antioquia (ETdeA) estos riesgos son causantes de un gran número de ausentismos ; entre

¹ ¹Página mintrabajo domingo 11 de septiembre de 2016 tomado de : <http://www.mintrabajo.gov.co>

las causas que prevalecen se encuentran la lumbalgia y cervicalgia, los empleados están expuestos a un número de horas extenso, donde permanecen en posiciones prolongadas durante toda la jornada donde el trabajador puede presentar molestias en el sistema musculo esquelético, que pueden llegar a ser tan crónicas que pueden generar incapacidad, debido a que no se toman medidas, y se continua con la labor evadiendo la situación de cada trabajador. Con el método REBA y su respectivo análisis se requiere a buscar cuales son los determinantes del aumento de ausentismo en el año

PALABRAS CLAVES: Riesgo ergonómico, lesión osteomuscular, posiciones, lumbalgia, metodología REBA

ABSTRACT:

Any element or environment that increases the likelihood of an adverse health event that causes injury or injury is considered a risk factor. When these physical risk factors are not controlled, they begin to cause

2015 y se buscan los factores que desencadenan estas patologías. ejemplo los trabajadores cumplen una jornada laboral de 8 horas de las cuales 30 minutos son dedicados a la hora de almuerzo únicamente, ellos regresan a sus puestos de trabajo y no vuelven a cambiar de posición hasta que finalizan su labor. Estas situaciones son las que generan sobrecarga corporal y pueden ocasionar lesiones a nivel osteomuscular decir alta exposición, movimientos repetitivos, mala higiene postural, poco cambio de posición y ningún lapso de descanso son las generadoras de dichas patologías.

damage and in many cases, irreversible health, These damages or harmful effects depend on the intensity and time of exposure of the worker. In this case we will focus on

To speak of the ergonomic risks identified in 6 administrative posts at the Technology School of Antioquia

(ETdeA), these risks are responsible for a large number of absences; Among the prevailing causes are low back pain and neck pain, employees are exposed to an extensive number of hours, where they remain in prolonged positions throughout the day where the worker may present discomfort in the skeletal muscle system, which can become so Chronic diseases that can generate incapacity, because no action is taken, and the work continues to evade the situation of each worker. With the REBA method and its respective analysis it is necessary to look for the determinants of the increase of absenteeism in the year 2015 and look for the factors that

trigger these pathologies. For example, workers have an 8-hour working day of which 30 minutes are dedicated to the lunch hour only, they return to their jobs and do not change positions until they finish their work. These situations are those that generate body overload and can cause injuries at the musculoskeletal level to say high exposure, repetitive movements, poor postural hygiene, little change of position and no rest period are the generators of said pathologies.

KEY WORDS: Ergonomic risk, musculoskeletal injury, positions, low back pain, REBA methodology

INTRODUCCION:

Es una Institución de Educación superior, orientada a la formación de Tecnólogos dispuestos a desarrollar un alto componente profesional, humano, social y tecnológico, con fundamentos científicos y críticos dispuestos a la investigación, con un alto sentido de responsabilidad social, económica y humana, para que al

intervenir en el contexto de la interacción del talento humano sean tecnólogos proactivos con el plan de mejoramiento continuo en la calidad de vida de la sociedad, regional y nacional donde se desempeñen la cultura de la calidad académica que interrelaciona con los procesos de planeación, diseño, ejecución seguimiento, control, retroalimentación y evaluación,

prepara a nuestros egresados de tal manera que interactúan con los desafíos constantes de éste mundo moderno de alta competitividad.²

El aumento registrado en el número de afecciones músculo-esqueléticas según informes de las diferentes organizaciones del trabajo a nivel nacional e internacional indican que los índices de morbi - mortalidad son importantes y proporcionales al ausentismo laboral, por lo que se hace necesario implementar estrategias en el ámbito de la ergonomía utilizando como principio la prevención de enfermedades profesionales y accidentes de trabajo a través del mejoramiento de las condiciones laborales fundamentados en el marco legal, para direccionar las acciones correspondientes según la especificidad de los casos y de esta manera, las personas e instituciones públicas y privadas asuman las responsabilidades según sus competencias e incrementar el diagnóstico, registro y reporte de las mismas. En las diferentes empresas se cuenta con programas específicos

ofrecidos por las administradoras de riesgos profesionales; pero las acciones de diagnóstico temprano del riesgo osteomuscular y factor de riesgo ergonómico son pocas y en ocasiones nulas por la falta de definición y acción de los responsables para generar correctivos debido a los altos costos que genera el pago de los profesionales idóneos para el desarrollo sustentable de estos programas, Riesgo osteomuscular y factor de riesgo 72 las capacitaciones se dan de manera impersonal sin tener en cuenta los diversos procesos productivos, lo que impide el seguimiento y control de las posibles intervenciones de los puestos de trabajo. La relación entre el trabajo ante pantallas de visualización de datos y el aumento de los trastornos músculo – esqueléticos relacionan mayor número de dolores, rigidez, cansancio, calambres, entumecimiento y temblores entre los empleados, en años pasados el acceso a los computadores era restringido para algunos, en este momento es obligatorio el manejo de los mismos para desempeñar con

² Escuela de tecnologías de Antioquia tomado de: <http://www.etdea.edu.co>

eficiencia y eficacia cualquiera que sea la ocupación, por lo que es necesario establecer medidas preventivas tendientes a evitar el incremento de este tipo de trastornos, así como reducir la actual incidencia, principalmente por el tipo de tarea realizada o por el tiempo de permanencia ante la pantalla. Dado que las posturas y los movimientos son diferentes en todas las personas y adaptados según las necesidades de su entorno y las condiciones antropométricas y biomecánicas para el desarrollo del trabajo eficaz, la gran variedad de tallas de los individuos es un problema difícil de solucionar por lo que el control sobre su cuerpo y movimiento durante el trabajo se constituye en herramienta importante para minimizar los riesgos³.

³ Riesgo osteomuscular y factor de riesgo ergonómico , una visión integrada en docentes, Yenny Carolina Alexandra Jiménez Sanchez Fisioterapeuta. Diplomada en Docencia Universitaria. Diplomada en Gerencia en Rehabilitación. Especialista en Salud Ocupacional y Protección de Riesgos Laborales. Est. Maestría en Desarrollo Rural tomado de: <http://uniboyaca.edu.co/documentos/pdf/riesgoosteomuscular.pdf>

Al realizar trabajo nos enfocamos inicialmente en la evaluación de factores de riesgo ergonómicos, ya que institución donde realizamos dicho trabajo se presentaba un alto índice de ausentismo laboral el cual presentaba altos costos económicos y disminución en la productividad de la institución donde prevalecían dolencias en la columna vertebral, por esto se aplica el método REBA en seis puestos de trabajo administrativos los cuales registraban mayor índice de ausentismo para buscar los factores que desencadenan el riesgo osteomuscular y así mejorar la calidad laboral de los empleados.

PROPUESTA METODOLOGICA:

El método de estudio utilizado para revisar los riesgos ergonómicos de la escuela de Tecnologías de Antioquia es analítico deductivo el cual consta de la recopilación de información, análisis de dicha y la toma de medidas de acuerdo a las necesidades que se evidencien.

Gracias a la aplicación del método R.E.B.A. y a sus resultados se van a identificar ciertas falencias que

posteriormente se van a priorizar y se van a crear condiciones sanas y un entorno adecuado para cada uno de los empleados donde no se vea en riesgo su salud.

La información recolectada para la aplicación del método de observación de posibles riesgos ergonómicos a los que están expuestos los empleados del área administrativa de la Escuela de Tecnologías de Antioquia (ETdeA), se obtuvo por medio de ayudas audiovisuales como fotografías y videos, donde desde varios ángulos de visualización del puesto de trabajo se muestra el área de forma íntegra para la observación total del ambiente y a su vez nos otorga panorámicamente los únicos instrumentos para la aplicación objetiva del método R.E.B.A. según lo pedido teóricamente, sin embargo debemos tener en cuenta que los quehaceres de los empleados son diferentes y ejercen posiciones inadecuadas para dichas labores, es por eso que utilizamos los 360° de la vista principalmente para la observación de rangos articulares, apoyos ejercidos sobre articulaciones y los movimientos repetitivos que

sobrepongan un esfuerzo moderado para la ejecución de cualquier actividad como contestar el teléfono, manejar el teclado del ordenador y la iluminación de la pantalla del mismo y el trabajo dificultoso de la vista, y a su vez, la disposición de éstos en el ambiente, hablando de distancia entre los implementos y la persona que los utiliza.

RESULTADOS Y DISCUSION:

Después de las visitas realizadas a la escuela de tecnologías de Antioquia en el área administrativa se puede concluir que las instalaciones locativas cuentan con una iluminación acorde a cada uno de los puestos de trabajo, además de una ventilación apropiada según el espacio y lo requerido, las sillas de cada uno de los puestos de trabajo cuenta con los estándares de calidad requeridos, el teléfono de algunos puestos de trabajo se encuentra ipsilateral al mouse, no todos los puestos de trabajo cuentan con reposapiés, y los que cuenta con reposapiés no lo utilizan de manera adecuada, la superficie de algunos escritorios es demasiado pequeños

para apoyar muñeca y parte del antebrazo, la pantalla de los computadores en la mayoría de los puestos de trabajo se encuentran muy bajas, los cables de los puestos de trabajo en general no se encuentran cubiertos por canaletas.

CONCLUSION

Y

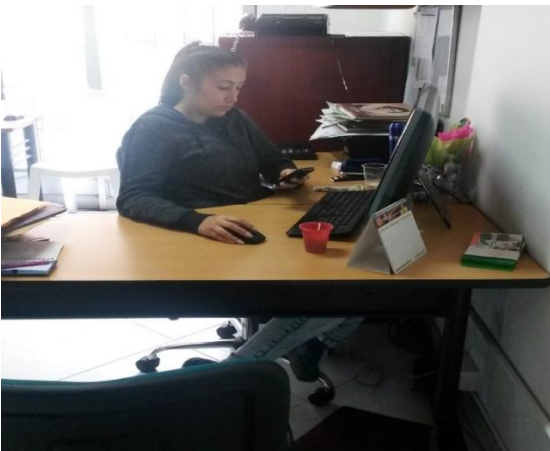
RECOMENDACIONES:

Dotar los puestos de trabajo faltantes de reposapiés, cambiar los escritorios por unos que cuenten con las condiciones adecuadas de ergonomía, bases para ubicar las pantallas de los computadores a la altura adecuada, en los puestos de trabajo donde hay teléfonos,

cambiarles la ubicación al lado contralateral del mouse, ubicar en canaletas todos los cables realizar 2 veces por jornada laboral pausas activas.

Realizar capacitación sobre higiene postural a todo el personal, Implementar lo más pronto posible las mejoras necesarias en cada uno de los puestos de trabajo, para evitar lesiones osteomusculares, realizar monitoreos y chequeos periódicos de los elementos y los puestos de trabajo, con el objetivo de adecuar el puesto al trabajador y evitar que el trabajador se adapte al puesto de trabajo, para minimizar al máximo posibles lesiones.

IMÁGENES



- ARL SURA. (s.f.). Recuperado el 20 de 07 de 2016, de (<http://www.arlsura.com/index.php/component/glossary/GlosariodeT%C3%A9rminos-99/E/Enfermedad-Laboral-17/>)

- ¹ Riesgo osteomuscular y factor de riesgo ergonómico , una visión integrada en docentes, Yenny Carolina Alexandra Jiménez Sanchez Fisioterapeuta. Diplomada en Docencia Universitaria. Diplomada en Gerencia en Rehabilitación. Especialista en Salud Ocupacional y Protección de Riesgos Laborales. Est. Maestría en Desarrollo Rural tomado de: <http://uniboyaca.edu.co/documentos/pdf/riesgoosteomuscular.pdf>
- Escuela de tecnologías de Antioquia tomado de: <http://www.etdea.edu.co>
- Pagina mintrabajo domingo 11 de septiembre de 2016 tomado de : <http://www.mintrabajo.gov.co>

.