

**IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA
EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE
LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA
LABORATORIO LA BOCA S.A.S**



**IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA
CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA
LABORATORIO LA BOCA S.A.S.**



RESUMEN

Actualmente, en los diferentes espacios de trabajo se ha ido aumentando el riesgo físico de quienes allí laboran, debido al mal manejo de posturas, movimientos inadecuados y pausas no realizadas, viéndose así afectado tanto directamente los trabajadores en la calidad de vida y condiciones de salud, como lo es a su vez arriesgando la productibilidad y continuidad de la empresa. La importancia de un Sistema de Vigilancia Epidemiológica para la Conservación de la Higiene Postural en la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S. radica en buscar el diagnóstico adecuado del problema, en llevar el control respectivo de las posturas, que permitan en el trabajador mejorar conductas de posiciones en su lugar de trabajo y con los elementos de uso diario, igualmente, se le da importancia dentro de un sistema de vigilancia epidemiológica a la educación, encontrándose en esta área actividades encaminadas a la promoción y prevención, ésta educación es un elemento importante para la prevención de enfermedades profesionales y no profesionales a nivel físico. De ésta manera se recomienda la implementación de un Sistema de Vigilancia Epidemiológica para la Conservación de la Higiene Postural en la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S.

PALABRAS CLAVES: Higiene postural, prevención, promoción, Vigilancia Epidemiológica, Fisioterapia, Escuela Espalda, Legislación, Indicaciones, Factores de Riesgo, Panorama De Riesgo.

TITLE

**IMPORTANCE OF EPIDEMIOLOGICAL SURVEILLANCE SYSTEM FOR THE
CONSERVATION OF HEALTH IN THE COMPANY POSTURAL LABORATORIO
LA BOCA S.A.S**

Currently, in the different areas of work has been increased physical risk to those who work there, due to mishandling of postures, inadequate movements and pauses unrealized well being affected both directly workers in the quality of life and health conditions as it is in turn risking the producibility and business continuity. The

**ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO**

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA LABORATORIO LA BOCA S.A.S



importance of Epidemiological Surveillance System for the Conservation of postural hygiene in the company LABORATORIO LA BOCA S.A.S lies in finding the right diagnosis of the problem, bring the respective control of the positions that allow the worker to improve behaviors positions in their workplace and to everyday items, too, it is given importance in a system epidemiological surveillance to education, being in this area activities aimed at promotion and prevention education it is important for the prevention of occupational diseases and non-professional element physically. In this way the implementation of an epidemiological surveillance system for the Conservation of postural hygiene is recommended in the company LABORATORIO LA BOCA S.A.S.

KEYWORDS: Postural hygiene, prevention, promotion, Epidemiological Surveillance, Physical Therapy, Back School, Law, indications, risk factors, risk landscape.

INTRODUCCIÓN



La higiene postural tiene como esencia orientar a las personas para mejores condiciones de salud frente a los peligros ambientales y del propio individuo, lo cual va a ser prescindible en la prevención de patologías.

Sin embargo, es indispensable obtener pensamientos intelectuales que nos lleve a la conservación de la higiene postural y el peso que genera en la salud de las personas en general, dominar los métodos esenciales para la conservación y vigilancia de una adecuada higiene postural.

Se busca con la implementación de este trabajo que el entorno laboral de los empleados esté libre de estrés físico o emocional, la prevención rápida de numerosas patologías musculoesqueléticas que se dan al adoptar malas posturas durante la jornada laboral y la detección temprana de nuevos riesgos o factores que se vayan presentando a lo largo de su actividad como empleado para así lograr conseguir los procedimientos y los métodos necesarios.

De esta manera vamos cumpliendo con el propósito de la empresa que es brindar a los empleados un entorno laboral más seguro y eficaz al cumplimiento de sus labores.

Marco contextual. Fue fundada Por Saúl Gilberto Saldaña en el año 2003 en Itagüí, con el propósito de operar activos que habían quedado a los socios a raíz de una disolución familiar. La compañía inicia con la fabricación de una sola referencia en

**ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO**

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA

LABORATORIO LA BOCA S.A.S



sedas dentales de tamaño familiar, poco a poco se fueron introduciendo más referencias de sedas dentales, hasta ese momento se contaba con la ayuda de su hijo David Julián Saldaña, quien se encargaba de gestionar todo el área de sistemas de información, posteriormente su hijo se retira para dedicarse a sus estudios en el extranjero. A raíz de ello, entra su hija Natalia Saldaña a suplir labores. Más adelante se trasladan a la zona industrial de Belén, donde se construyó la planta propia para certificar ante el INVIMA un laboratorio dental.

En el año 2008 se introdujo la fabricación de cepillos dentales, y líneas exclusivas especiales para ortodoncia, cautivando nuevos mercados, y se amplía la fuerza de ventas; posteriormente en el año 2011 se empezaron fabricar sus propias materias, buscando una integración vertical. Ya para el año 2013, Natalia Saldaña viaja en búsqueda de nuevos mercados en el exterior ya que la competencia nacional es desleal y agresiva, siendo así, se empieza en Perú, Ecuador y Bolivia, mercados en los cuales se requerían registros de marca y espaldas financieras muy grandes por lo cual Laboratorio La Boca no quiso arriesgar su capital.

En la actualidad es una empresa liderada por Padre e Hija, donde se

trabaja bajo las condiciones de BPM (Buenas Prácticas de Manufactura), certificado por el INVIMA garantizando calidad de los clientes. El objetivo de compañía es la optimización de procesos a nivel tecnológico para aumentar la cadena de valor en la innovación de los productos que marcaran el camino para ampliar el horizonte hacia nuevos mercados.



Misión. “Producimos y comercializamos productos de higiene oral, nuestro objetivo es la constante innovación y mejora continua de nuestros productos, garantizando la mejor calidad y satisfacción de nuestros clientes”

Visión. “Ser líderes en el mercado nacional y mantener altos niveles de satisfacción y confianza de nuestros clientes, con el fin de profundizar lazos de negocios con productores en el exterior para enfrentar juntos la fuerte competencia”.

Política de calidad. “Nuestra política es satisfacer las necesidades de nuestros clientes, lograr mantener su fidelidad. Trabajaremos por el mejoramiento continuo de nuestros procesos y del sistema de gestión de calidad, desarrollando e innovando productos, para la higiene y salud bucal apoyándose en un equipo

ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA

LABORATORIO LA BOCA S.A.S



calificado, competente, eficiente y responsable”.

Situación Problemática

Descripción general de la situación problemática. Se sabe que los problemas musculares representa uno de los factores de riesgo con más auge, en los últimos tiempos, perjudicando y alterando el ambiente laboral; cuando este tipo de situaciones se presenta, esto no solamente afecta al personal de las empresas, también a las empresas mismas, ya que además de llevarlos a enfrentarse a problemas jurídicos y sanciones legales, de igual forma tienen que recurrir al pago de grandes montos que tienen que ver con el tema de multas e indemnizaciones. En este sentido, lo más pertinente es la prevención y en casos graves el control y la vigilancia de éste.



Ya para iniciar es fundamental emplear en las organizaciones un sistema de vigilancia epidemiológica para obtener un proceso de investigación, planeación, ejecución y evaluación de las medidas de control de cada uno de las áreas existentes, al mismo tiempo es necesario exponer la responsabilidad que tienen sus directivas de mantener y cumplir con las normas establecidas por la legislación colombiana de notificar

cualquier evento que genere un riesgo para los trabajadores de la empresa. De esta manera, es indispensable establecer un sistema de vigilancia epidemiológica en la institución, por medio de los factores riesgos que se encuentran presentes y la conservación de la higiene postural que se observa por las malas posturas adoptadas por los trabajadores de la empresa.

La inadecuada posición corporal que ejercen los empleados a nivel del área administrativa y de producción son uno aspectos a tratar debido a las posturas incorrectas para hacer las diferentes labores, mantenerse en la posición de sedente la mayoría del tiempo laboral y movimiento repetitivo en el proceso de los productos fabricados en la empresa; el cual lo anterior es generado por posturas prolongadas por largo tiempo, descondicionamiento físico, todo esto deja una serie de consecuencias como es el ausentismo laboral, por tal motivo se decide la importancia de este sistema ya conocido anteriormente para la conservación de la higiene postural de los empleados de la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S en la sede de Medellín.

Antecedentes de la situación problemática. Dentro de los procesos y actividades que se generan de la actividad económica en la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S para

ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA LABORATORIO LA BOCA S.A.S



cumplir con sus objetivos de producción se encuentran algunas tareas y funciones que consisten en sellado, acondicionamiento y envasado de la materia prima designada para el proceso correcto y eficaz de los productos de higiene y salud oral, este oficio físico que realizan los operarios lleva a que padezcan algunas molestias a nivel osteomuscular llegándose a considerar y observar unos factores importantes que hay que mencionar dentro de la actividad que realizan cotidianamente como es la postura, las posiciones que se adoptan dentro de las funciones laborales y la repetición de la fabricación de los productos, las altas temperaturas del entorno laboral y el ruido constante de las máquinas de trabajo los cuales al ser evaluados por cualquier herramienta ergonómica su nivel de acción y de atención será primordial dentro de los programas de salud y seguridad de estas empresas.

Debido a esta incidencia, se ha visto la necesidad de indagar, investigar y conocer el porqué de esta situación, observar cuál es la problemática que se solucionará con la ejecución de este proyecto.

Diagnostico contextual. La investigación en la empresa en las zonas de administración, gerencial y producción LABORATORIO LA BOCA S.A.S sede Medellín es realizada por las estudiantes de la Fundación Universitaria María Cano del noveno y décimo semestre, la cual se inicia con las 20 empleados del área de

administración, fabricación y producción de los productos de la empresa, se nos otorga toda la información necesaria para aplicación de este proyecto referente a el sistema vigilancia epidemiológica y del panorama de riesgos que conforman esta área.

En la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S sede en Medellín, es una empresa donde desarrollan, fabrican y distribuyen productos para la higiene y salud oral, contando con lineales especiales de sedas dentales, ortodoncias, cepillos y entre otra gran variedad de referencias, con una gran experiencia de 10 años en el mercado por su calidad y presentación de sus productos.



Para mitigar todo factor riesgo presentes en toda área de trabajo ya sea administrativa, gerencial y producción la empresa trata de aplicar todos los programas de salud ocupacional que se desarrollaron anteriormente en la inspección,

**ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO**

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA LABORATORIO LA BOCA S.A.S

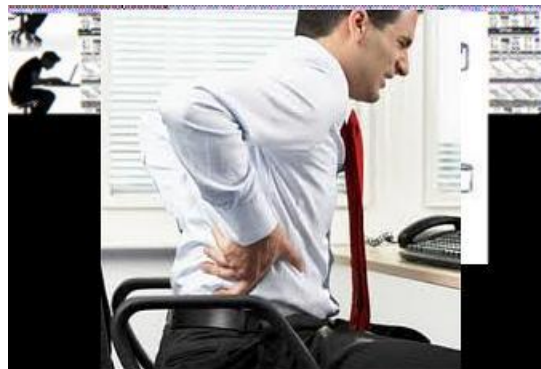


ejecutar acciones de prevención de lesiones dentro de la empresa y la utilización de los elementos de protección permanentes por parte de los empleados.

LABORATORIO LA BOCA S.A.S Medellín presenta la necesidad de estudiar la evaluación de puestos de trabajo y los programas de salud ocupacional existentes con la gran ayuda de intervenir en los distintos factores de riesgos profesionales dentro de la empresa.

La evaluación y la aplicación del programa de salud ocupacional es importante para la empresa, ya que pretende mejorar la calidad de vida de los trabajadores, busca la prevención, protección y atención a los empleados de los efectos de las enfermedades y los accidentes que pueden ocurrirles a consecuencia de la actividad que desempeñan, además la empresa es consciente de los costos en los que incurre cuando este tipo de eventos ocurre; por esto el documento de proyecto permite, la evaluación y control de actividades, para velar por la seguridad de los trabajadores en sus ocupaciones y sitios de trabajo y además dar cumplimiento a las exigencias legales.

La infraestructura está compuesta por un edificio de 4 pisos, en el primer piso se encuentra la recepción o atención al cliente, segundo piso las áreas



administrativas – gerencia y almacén, en el tercer piso la zona de proceso de materia prima o producción de sellado – acondicionamiento y envasado del producto y finalmente en el cuarto piso se encuentra una segunda zona de sellado y la bodega de los suministros de la empresa.

OBJETIVOS

Objetivo general. Estudiar la importancia de un sistema de vigilancia epidemiológica para la conservación de la higiene postural en la empresa laboratorio la Boca S.A.S En El Segundo Semestre del 2015.

Objetivos específicos. Caracterizar el oficio de los empleados que padecen de lesiones o patologías osteomusculares. Identificar las actividades más críticas a las que están expuestos los empleados de la empresa Laboratorio la Boca S.A.S. Conocer los factores que intervienen en los trastornos posturales en toda la población laboral. Sensibilizar la población sobre la importancia de realizar técnicas de relajación, Higiene postural, estiramientos musculares y Talleres Posturales.

Justificación

Como futuros profesionales de Fisioterapia es necesario comenzar a identificar diferentes problemáticas que se presentan en

**ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO**

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA LABORATORIO LA BOCA S.A.S



ámbitos empresariales, pero más allá de la identificación, es pertinente diseñar estrategias, sugerir mecanismos de acción e implementar herramientas de trabajo que posibiliten, ante todo, la disminución de riesgos en la higiene postural, que eviten futuras patologías osteomusculares.

En procura de ello, se ha diseñado y planteado este proyecto de investigación, cuyo objeto, en primera instancia, radica en determinar importancia de un sistema de vigilancia epidemiológica



para la conservación de la higiene postural en la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S., en el segundo semestre del 2015 basándose en un informe de evaluaciones de puesto de trabajo que presenta EQUIDAD SEGUROS, la administradora de riesgos laborales de la empresa, y cuyos resultados evidencian dificultades en la organización de puestos de trabajo y molestias osteomusculares.

La presente investigación está basada en analizar y estudiar la importancia de un sistema de vigilancia epidemiológica en la conservación de la higiene postural en los empleados del LABORATORIO LA BOCA S.A.S en Medellín, de esta manera organizar una alternativa de solución que mejore

sus condiciones laborales y que de una u otra forma se optimice su funcionalidad durante sus diferentes roles como empleado, ya que lograría mantener una postura correcta y un control postural idóneo, generando alteraciones o lesiones a nivel de toda la espalda, Disminución en la Movilidad funcional y articular por adoptar incorrectas posiciones en la realización de sus actividades, espasmos musculares, aumento en su estado emocional presentando un incremento paulatino de stress laboral y falta de concentración en el desarrollo de sus labores dentro de la empresa.

Este estudio será de interés para el área de salud ocupacional, directivos y empleados del LABORATORIO LA BOCA S.A.S, para incentivarlos a conocer la importancia del manejo óptimo de la higiene postural, ya que se trata del bienestar de los empleados y al hablar de productividad, le sería de gran utilidad a los directivos y a toda la población laboral.

Población beneficiada. Con la realización de esta investigación se verán beneficiados directamente todo el personal que labora en la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S, ya que por medio del Sistema Vigilancia Epidemiológico que busca intervenir principalmente en los riesgos que se

**ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO**

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA

LABORATORIO LA BOCA S.A.S



encuentran dentro del entorno laboral a través de la prevención y el control se llegara a un óptimo desarrollo de las actividades dentro de la empresa con la aplicación de los diferentes programas de la salud ocupacional donde esto proporciona mitigarla la incidencia de accidentes laborales, enfermedades profesionales y absentismo laboral en los trabajadores. Algo que es fundamental resaltar que la implementación de las actividades en la higiene postural posee un fin importante en prevenir la aparición de posibles alteraciones o lesiones del sistema osteomuscular en toda la población laboral.



En forma indirecta se beneficia la población general de la comunidad que tiene presente las técnicas y recomendaciones necesarias para mantener un estilo vida laboral saludable y óptima.

Marco metodológico. Para el óptimo desarrollo de este trabajo de grado se manejan los siguientes métodos investigativos.

Enfoque metodológico. Este estudio es de carácter cualitativo, pues las

diferentes apreciaciones realizadas se harán a través de valoraciones de los resultados obtenidos en estudios previos.

Nivel Cualitativo. “La metodología cualitativa, como indica su propia denominación, tiene como objetivo la descripción de las cualidades de un fenómeno. Busca un concepto que pueda abarcar una parte de la realidad. No se trata de probar o de medir en qué grado una cierta cualidad se encuentra en un cierto acontecimiento dado, sino de descubrir tantas cualidades como sea posible”.

Tipo Investigación Descriptiva. “Es un tipo de metodología a aplicar para deducir un bien o circunstancia que se esté presentando; se aplica describiendo todas sus dimensiones, en este caso se describe el órgano u objeto a estudiar.

Los estudios descriptivos se centran en recolectar datos que describan la situación tal y como es. Los estudios descriptivos clásicos son los estudio de serie de casos y los estudios de prevalencia”.

Población Referencia. “Conjunto de todos los individuos de referencia, utilizado para establecer criterios de comparación de una población en estudio”.

Método observación externa o no participante de forma indirecta. “Se dirige hacia la obtención de datos no observables directamente, datos que

ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA LABORATORIO LA BOCA S.A.S



se basan por lo general en declaraciones verbales de los sujetos”

Muestra. 20 Empleados de la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S.

“Son partes constitutivas y representativas de la población establecidas como las unidades de análisis a ser estudiadas para obtener información de la población sobre el objeto de estudio”

RESULTADOS

Actualmente en la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S cuenta con un programa de salud ocupacional, el cual busca el buen estado de los trabajadores a nivel físico, mental y social, pero no se está realizando vigilancia epidemiológica para la conservación de la higiene postural en lo observado subjetivamente en las visitas a ésta. El implementar un sistema de vigilancia para la conservación de la higiene postural en la empresa permitirá que los trabajadores expuestos al factor físico puedan presentar disminuir alteraciones posturales en su cuerpo.

El sistema de vigilancia epidemiológica para la conservación de la higiene postural, permitirá controlar el factor físico al realizar algún movimiento, manipulación de instrumentos o máquinas y levantamientos de cargas por los

trabajadores de la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S. Éste sistema permite el control postural, de manera individual en los trabajadores. La empresa además, con el Sistema de Vigilancia epidemiológica puede realizar actividades de educación, entre las cuales se encuentran las de promoción y prevención, charlas, campañas, volantes informativos, carteles alusivos al uso y protección y cuidado de las posturas.



El implementar un sistema de vigilancia epidemiológica permite obtener información periódica de todos los componentes del sistema para verificar el cumplimiento de

todas las actividades programadas para corregir errores y realizar arreglos que se consideren convenientes.

Igualmente se resalta la importancia del profesional de fisioterapia en la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S ya que se presenta bastantes dificultades posturales, dando como consecuencia la aparición de patologías, y es así donde el profesional integral contribuiría en la implementación de este sistema.

CONCLUSIONES

Una vez finalizada la aplicación de los instrumentos para recolección de la

**ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO**

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA LABORATORIO LA BOCA S.A.S



información, proceso necesario para identificar los diferentes puntos de vista y las diversas situaciones que se generan en la población objeto de estudio a partir de la importancia de un sistema de vigilancia epidemiológico a la conservación de la higiene postural dentro de la empresa LABORATORIO LA BOCA S.A.S, se pudo llegar a las siguientes conclusiones:

El desarrollo de esta investigación como opción al título profesional en el área de la salud fue satisfactorio debido a que se dieron resultados muy puntuales en temas tales como la importancia de los sistemas de vigilancia epidemiológicas y la aplicación de programas de higiene postural en la empresa entre otro, llegando a esta forma a soluciones de aquellas situaciones que se presentan dentro de la institución.



Se analizaron detenidamente aquellos factores riesgos que rodean cada área de la empresa tales como el riesgo físico en donde se evidencia por el ruido – vibración de las máquinas durante el proceso del sellado, falta de iluminación, la temperatura

aumentada dentro de las zonas de trabajo y la poca ventilación, que se ve tan presente en el proceso de acondicionamiento y envasado de los productos que se elaboran en la empresa.

Con la aplicación de todos aquellos programas de la salud ocupacional en la empresa que están conformados directamente por la legislación como Subprograma de medicina preventiva y del trabajo, subprograma de higiene industrial, subprograma de seguridad industrial y comité paritario de salud ocupacional; ya que busca proveer de seguridad, protección y atención a los empleados en el desempeño de su trabajo.

Ya para concluir se observó que hay muy poco conocimiento y falta de desarrollo de capacitaciones, talleres y de brindar información referente a la higiene postural para toda la población laboral; sabiendo que es una gran herramienta de apoyo para disminuir toda sintomatología a nivel de la columna.

RECOMENDACIONES

Es indispensable que la empresa siga con la aplicación e implementación de los programas de salud ocupacional para toda la comunidad laboral.

Se sugiere que organice un plan de control que establece el panorama de riesgos cuando estos se generen, para así evitar accidentes – incidentes laborales en la empresa y así ir minimizando los riesgos existentes.

**ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO**

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA

LABORATORIO LA BOCA S.A.S



Se recomienda que las directivas de la empresa implementen capacitaciones y talleres para la ejecución de programas de higiene postural y reeducación postural global; ya que se puede obtener mayores beneficios llevando a disminuir lesiones osteomusculares por las malas posturas adoptadas durante la jornada laboral.

Es necesario que la institución siga con las normas establecidas sobre la utilización de los elementos de protección personal, que si se cumpla

a cabalidad en todas las áreas de la empresa y dentro de los procesos de elaboración de los productos de Higiene oral que se trabaja dentro de la empresa.

Incentivar al personal con mucha más frecuencia, debido a que los empleados necesitan de estímulos para cada día realicen sus actividades con un mayor sentido de pertenencia con la empresa además no hacer el trabajo rutinario porque genera estrés y agotamiento severo al personal, se sugiere la rotación de personal de puestos de trabajo según el cargo.

BIBLIOGRAFÍA

ARCAS, MIGUEL ÁNGEL. Manual de fisioterapia. Generalidades. Modulo I. 2004.

CHINCHILLA SIBAJA, RYAN. Salud y seguridad en el trabajo. Editorial Universidad Estatal a Distancia.

Documento de apoyo empresa Laboratorio LA BOCA S.A.S Medellín. Programa de salud ocupacional y panorama de riesgos. 2015

KAHL- MARTIN COLIMON. Fundamentos de epidemiología. Madrid. Edición Díaz De Santos, S.A. 1990

MARÍA ÁNGELES PRADO. Ministerio de Educación Cultura y Deporte.

REINHARDT, BERNT. La escuela de espalda. Edición 3ra.

WEBGRAFÍA

Bases, Indicaciones y Riesgos Higiene Postural. Tomado http://www.espalda.org/divulgativa/dolor/como_tratar/informacion_paciente/higiene.asp. Consultado 14 Junio 2015.

Carlos López Cubas. Osteon. Alaquas Centro de Fisioterapia. Tabla de Ejercicios de Estabilización Funcional Lumbo – Pélvico. Tomado

ALEJANDRA MADERA GAMBOA
CATALINA MAZO GIRALDO

**IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA
EPIDEMIOLÓGICA PARA LA CONSERVACIÓN DE
LA HIGIENE POSTURAL EN LA EMPRESA
LABORATORIO LA BOCA S.A.S**



<https://sites.google.com/site/osteonfisioterapia/Home/articulos/tabla-de-ejercicios-de-estabilizacion-funcional-lumbo-pelvica>. Consultado 14 julio 2015.

Ciencias Sociales y Administrativa, Investigación Académica. Capítulo 7 Fichas de Identificación de fuente. Tomado [Http://www.Mailxmail.Com/](http://www.Mailxmail.Com/). Consultado 15 Julio 2015.

ESCUELA ATENCIÓN PRIMARIA. [Http://www.Elsevier.Es/Es-Revista-Fisioterapia-146-Articulo-Escuela-Espalda-Atencion-Primaria-13008890](http://www.Elsevier.Es/Es-Revista-Fisioterapia-146-Articulo-Escuela-Espalda-Atencion-Primaria-13008890). Vol 20 1 enero 1998. Consultado Junio 6 2015.

Ficha de prevención higiene postural. Junta de extremadura consejería de educación. Dirección general de personal docente. Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos. Tomado <http://edulex.net/vistas/93.pdf>. Consultado Junio 12 de 2015.

Fisioterapia y educación. Consejo ergonómico. Higiene postural. Tomado www.colfisio.org. Consultado 14 julio 2015.

Guía para elaborar el marco metodológico de un proyecto de investigación. Tomado <http://es.slideshare.net/mnieto2009/gua-para-elaborar-el-marco-metodolgico>. Consultado 14 de Junio de 015.

La educación postural en el ámbito educativo y su contexto social. [www.edunnova.es/monografias09/educación postural. pdf](http://www.edunnova.es/monografias09/educacion_postural.pdf)

Laboratorio La Boca S.A.S Medellín. Tomado <http://laboratoriolaboca.com> Consultado Junio 6 de 2015.

Que es la Reeducción Postural Global. Latinoamericana. Tomado http://rppl.org/co/que_es_la_RPG. Consultado el Día 14 de Junio 2015.

Seguridad y Salud Ocupacional. Tomado <https://www.positiva.gov.co>. Consultado Junio 3 de 2015.

Sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo. Tomado <http://www.iucesmag.edu.co/>. Consultado Junio 6 de 2015.