

# **EVALUACIÓN DE PUESTO DE TRABAJO EN EL LABORATORIO DISNATURA DE LA CUIDAD DE SANTIAGO DE CALÍ, DURANTE EL SEGUNDO SEMESTRE 2011**

*JOB EVALUATION OF LABORATORY DISNATURA OF THE CITY OF SANTIAGO DE CALI, DURING THE SECOND HALF OF 2011*

Caro Saavedra, M.I – Osorio Vera, X. - Rivillas Escobar, V

*ESTUDIANTES DE FISIOTERAPIA DE X SEMESTRE DE LA FUNDACIÓN UNIVERSITARIA MARÍA CANO*

## **RESUMEN**

La presente evaluación se realizó con la finalidad de identificar la presencia de los factores de riesgo, y las alteraciones musculares que se pueden generar en los puesto de trabajo donde exige una cantidad de tiempo realizando una misma actividad en una sola posición.

Por lo tanto se ve la necesidad de implementar el programa de evaluación de puesto de trabajo encaminado a la prevención de alteraciones osteomusculares, pues una de las principales preocupaciones es el inadecuado control del riesgo ergonómico que atenta contra la salud de los trabajadores.

Partiendo de esto se emplea una evaluación de puesto de trabajo, la cual permite identificar la presencia de los factores de riesgo, y las alteraciones musculares que se obtienen en el ámbito laboral de los 11 trabajadores entre 23 a 56 años de edad de una empresa de la Ciudad de Cali, obteniéndose como

resultado diversos factores de riesgo con altas posibilidades de desencadenar patologías osteomusculares siendo el enfoque principal de la investigación.

**Palabras claves:** Factores de riesgo ergonómico, Ergonomía, Panorama de factores de riesgo, Evaluación de puesto de trabajo.

## **SUMMARY**

This evaluation was performed in order to identify the presence of risk factors, and muscle disorders that can be generated in the work place which requires a lot of time doing the same activity in one position. That's why we see the need to implement the assessment program aimed at job preventing musculoskeletal disorders, as a major concern is the in adequate control of ergonomic risk that threatens the health of workers. From this it uses a job evaluation, which identifies the presence of risk factors, and muscle disorders that are obtained in employment of 11 workers

from 23 to 56 years of age of a company Cali City, resulting in various risk factors with high potential to trigger musculoskeletal disorders being the main focus of the investigation.

**keywords:** Ergonomic Risk Factors, Ergonomics, Overview of risk factors, job evaluation.

## INTRODUCCIÓN

Fisioterapia es una profesión encaminada al estudio del movimiento corporal humano que busca el bienestar del mismo por medio de diferentes áreas en la cual se encuentra la salud ocupacional que busca proteger y mejorar la salud física, mental y social de los trabajadores en sus puestos de trabajo, teniendo en cuenta diferentes actividades tales como: promoción de la salud, prevención de la enfermedad, educación, control, rehabilitación y reintegración al trabajo con características que se acoplen a su habilidad. La salud ocupacional hoy en día es una de las áreas más significativas e importantes de la fisioterapia ya que en las empresas es de vital importancia prevenir enfermedades, promover la salud e incentivar a los trabajadores a laborar en un ambiente más confortable y acorde a lo que se necesita en cada área. En Colombia cada día son de mayor interés estos programas ya que traen consigo muchos beneficios para la

salud de todos los trabajadores; en las empresas que tengan más de diez trabajadores, por ley deberán crearse e implementarse programas de salud ocupacional enfocándose en el diseño dependiendo de la actividad económica de la empresa y trabajo que se ejecute teniendo en cuenta que durante su implementación se deben realizar las diferentes actividades de cada uno de los subprogramas de salud ocupacional como medicina preventiva, del trabajo, higiene y seguridad industrial; todo con el fin de promocionar la salud y prevenir la enfermedad osteomuscular de los trabajadores; evitando enfermedades profesionales al mismo tiempo generando mayor beneficio al realizar estas actividades ya que el ausentismo laboral día tras día aumenta en las empresas y genera para las mismas altos costos económicos, por lo cual se debe tener en cuenta que con un programa de salud ocupacional bien diseñado y con un camino específico se puede lograr minimizar en un alto porcentaje este ausentismo laboral y mejorar la actividad económica de la empresa. Teniendo en cuenta lo anterior se debe contar con el apoyo incondicional de la empresa para lograr mayores resultados que contribuyan a mejorar las condiciones laborales y brindar apoyo e identificar falencias que se presenten y que estén afectando a la comunidad.

## **METODOLOGÍA**

Teniendo en cuenta que El laboratorio de medicamentos naturales DISNATURA no cuenta con un programa de salud ocupacional, se llevara a cabo un programa de evaluación de puesto trabajo donde se realiza un acercamiento a la observación y análisis de puestos de trabajo, evaluación diagnostica del panorama de factores de riesgo del laboratorio, teniendo como base Libros de Salud ocupacional, libros de leyes que respalden la salud ocupacional, bases de datos de la Universidad en donde se documente la implementación de programas de Salud Ocupacional dentro de las empresas, asesoría con Docentes especializados en la Salud ocupacional.

Realizando recomendaciones y los cambios necesarios para lograr un lugar de trabajo agradable orientando a la población trabajadora en la toma de decisiones que les permita planificar, informar y elegir alternativas que le permitan un adecuado trabajo.

Ya que se encuentran factores de riesgo ergonómicos desencadenantes de patologías osteomusculares, se llegó a esta situación problema, ya que la población trabajadora de una empresa de Cali presenta alto nivel de riesgo de padecer patologías desencadenadas por el trabajo y que no están siendo controladas ni encontrando soluciones a las

mismas. Es por esta razón que se ve la necesidad de diseñar un programa de evaluación de puesto de trabajo encaminado a los factores ergonómicos con la finalidad de identificar posibles alteraciones osteomusculares en empresa de la Ciudad de Cali en el periodo 2011 – 02.

El problema se dio a conocer debido a que un grupo de estudiantes de fisioterapia de X semestre realizaron una evaluación piloto de evaluación de puestos de trabajo para identificar si había algún tipo de factor que interfiriera en sus labores diarias, encontrando los factores de riesgo ergonómicos que desencadenan alteraciones osteomusculares alterando la función laboral de 11 empleados de un promedio de entre 23 a 56 años de edad.

El programa de evaluación de puesto de trabajo permitirá identificar los factores de riesgo ergonómicos más desencadenantes que afectan en el ámbito laboral de los trabajadores.

por medio del cuestionario nórdico y la evaluación R.U.L.A cuales evalúan: antecedentes personales y familiares, número de horas que labora y si realiza algún tipo de deporte: es la parte fundamental de la conversación inicial con la persona a evaluar, ya que permite recoger información que será útil para el proceso de reconocimiento de posibles alteraciones que podrá tener la persona o que se desencadenaran

dependiendo del puesto de trabajo en el que se encuentre, cuestionario acerca de si presenta molestia o dolor en alguna parte del cuerpo determinando su evolución, origen e intensidad y así mismo saber el grado de limitación que este pueda generar en la persona para la realización de una tarea.

Finalmente se realiza sugerencias que permitan un ambiente y lugar de trabajo cómodo para los trabajadores, permitiendo así una producción efectiva de la misma.

Por último se realizaron otras visitas a la empresa para obtener información sobre cada trabajador, conocer las áreas y tener un mejor acercamiento hacia la necesidad que se está presentado.

## **RESULTADOS**

Este trabajo de aplicación se realizó en el laboratorio DISNATURA de la ciudad de Santiago de Cali, en donde se aplicaron instrumentos como el cuestionario nórdico y el método RULA, que permitieran identificar los factores de riesgo ergonómico generado por alteraciones osteomusculares en el sitio de puesto de trabajo.

Este estudio diagnóstico se desarrolló en los meses de Mayo a Octubre del 2011, se realizó con el objetivo de identificar, verificar y dar a conocer

los factores de riesgo generados en la empresa y los adecuados métodos de seguridad para el personal.

Los resultados percibidos o identificados son:

Riesgos ocupacionales de tipo ergonómico evidenciado en la evaluación de puesto de trabajo:

- Arcos de movilidad articular en: Cuello, tronco, miembros superiores e inferiores: Nivel pasado de 3 puntos de calificación.
- Actividad muscular: Postura principal estática (mantenida por más de 1 minuto).
- Esfuerzos y cargas: < 2Kg, carga o esfuerzo intermitente.

Estos ítems arrojan un resultado final, el cual quiere decir que el nivel de actuación presentado para los 11 trabajadores evaluados queda en:

- Nivel 2: con puntaje de 3-4. Requiere investigación, posible necesidad de cambios.

Riesgos osteomusculares identificados:

- Fatiga muscular
- Dolor a nivel cervical y lumbar
- Dolor a nivel de muñecas

## **CONCLUSIONES**

Después de realizar la investigación generada a partir de la implementación de la evaluación de puesto de trabajo, se puede concluir que los empleados de la empresa

DISNATURA de la ciudad de Santiago de Cali, no tienen un adecuado conocimiento de los factores de riesgo ergonómicos que son desencadenados en su puesto de trabajo generando enfermedades y alteraciones que pueden incrementar sintomatologías. Es importante que desde fisioterapia se desarrolle este programa el cual generara campos de prevención hacia los trabajadores durante su actividad laboral y contribuirán a disminuir el riesgo ergonómico como factor principal de disminución de productividad a largo plazo.

Es por esto que debido a que se encontraron malas posturas en el sitio de trabajo como inclinación de cabeza y cuello, rotación de tronco, silla muy alta, de acuerdo a la altura de los trabajadores, escritorio no adecuado para la ejecución de las actividades, se debe entrar a brindar métodos de control que se generen como un proceso de aprendizaje para los trabajadores, contribuyendo con obtener un mejor rendimiento y permitir un adecuado abordaje de cada actividad laboral.

Debido a que se evidencia que la postura prolongada estática que mantienen los trabajadores y el esfuerzo que ellos realizan al levantar cargas mayores a 2 Kg son producto de un factor principal generado por sintomatología referida a nivel de espalda zona cervical y lumbar, miembros inferiores, además de

generar fatiga muscular y dolor en articulaciones por movimiento repetitivo, donde como fisioterapeutas y promotores de la salud se debe dejar un método de prevención y promoción minimizando enfermedades, riesgo y complicaciones tanto para los trabajadores como para la empresa en estratificación económica.

## **RECOMENDACIONES**

De acuerdo a las evaluaciones de puesto de trabajo realizadas con el formato R.U.L.A y el cuestionario Nórdico se obtuvo como resultado un nivel 2 que arroja un puntaje de 3-4 lo que quiere decir que los trabajadores requieren de investigación y posible necesidad de cambios del puesto de trabajo; por consiguiente se recomienda a los empleadores y empleados perfilar a los trabajadores de la empresa de acuerdo a sus condiciones físicas y sus necesidades, esto generado a partir del programa de Salud Ocupacional implementado con el fin de generar un modelo de prevención y control de enfermedades laborales que logren desarrollar una mejor pro actividad y productividad dentro de la empresa.

Para obtener por parte de los empleados estas condiciones seguras, se deben desarrollar capacitaciones de seguridad industrial y salud ocupacional donde conozcan el factor más importante que está presente en la empresa y

los que se van generando a medida de desarrollar inadecuados manejos laborales.

Realizar actividades de promoción y prevención donde se requiera la participación de los empleadores y empleados y así se disminuyan las patologías presentes en los trabajadores evaluados y posteriores a ello implementar control de manipulación de carga específico perfilado a las necesidades encontradas en cada uno de ellos.

Finalmente realizar actividades de pausa activa 2 veces al día durante 10 minutos abarcando los diferentes grupos musculares generando un método de recreación que ayudara a que obtengan un espacio de trabajo más saludable y generar buenas relaciones interpersonales.

## **BIBLIOGRAFÍA**

HERNANDEZ Bascuas J, ZARRATE Álvarez JM, RODABAS Pardos M, CALVO Huejo R. “Guía para la aplicación de criterios ergonómicos en puestos de trabajo con pantallas de visualización”. Pág. 21- 31.2001.

OPS. “Módulos de principios de la epidemiología para el control de las enfermedades”. Control de las enfermedades en la población. 2da ed. Washington DC. Pág. 6-13. 2002.

QUINTANA del puerto C, IBARRA Granada A, RODRIGUEZ Fernández

Al, CARBONELL Moreno C, PADRON Alfonso, TOTAUT Sopena, et al. “Higiene del medio”. Pueblo y educación. La Habana: 1981. Pág. 14- 100. 1989.

W Codo, CELESTE MC, G Almeida. “Lesiones por esfuerzos repetitivos”. Petropolis. Pág. 25- 56. 1995.

Revista en línea:

Steven Sauter - Lawrence Murphy, (revista en internet) La Enciclopedia de Salud y Seguridad Ocupacional, 4a Edición (ISBN 92-2-109203-8) contiene un resumen exhaustivo de la información científica última sobre las causas y los efectos del estrés de trabajo, vol. 1, capítulo 5, La Salud Mental; vol. 2, capítulo 34, Factores Psicosociales y Organizativos). <http://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/99-101sp.html> (20 agosto de 2011).

# ANEXO

