

ELABORACIÓN DEL PANORAMA DE FACTORES DE RIESGO PARA EL SPA BELLEZA LATINA DE LA CIUDAD DE NEIVA, AÑO 2011

AUTORES: Yina Paola Giraldo Marín, Irina Trujillo Ortiz¹.

RESUMEN

El trabajo es una actividad vital del hombre desde sus orígenes. En la medida en que pasamos la mayor parte del tiempo en función del trabajo, nuestra vida y, por lo tanto también, la salud dependen y están determinadas en la sociedad, de acuerdo como se realicen y organicen el trabajo el consumo a nivel mundial, cada año se presentan 120 millones de accidentes de trabajo, y mueren por esta causa 200.000 personas En Latinoamérica y el Caribe mueren diariamente 300 trabajadores por la misma razón. En Colombia de acuerdo con el informe de la Administradora de Riesgos Profesionales del Instituto de Seguros Sociales -ARP-ISS-, sobre accidentalidad laboral en 1997 se presentaron 698 muertes por accidentes de trabajo contra las 624 que se dieron en 1996. La introducción masiva de nuevos productos químicos en los procesos laborales, la informatización, la automatización y las nuevas formas de organización del trabajo, han influido sin duda en la definición de un perfil patológico distinto en la clase trabajadora.

PALABRAS CLAVES

Riesgo, salud, enfermedades ocupacionales, accidente.

SUMMARY

The work is a vital activity of man since the beginning. To the extent we spend most of the time depending on the job, our life and therefore also depend on health and are identified in the society, according as the work performed and organized consumption worldwide, each year there are 120 million occupational accidents, and die for this cause 200,000 people in Latin America and the Caribbean die every 300 workers for the same reason. In Colombia, according to the report of the Professional Risk Management Insurance Institute for Social-ARP-ISS-on work-related injuries in 1997 there were 698 deaths

¹Estudiantes X semestre del Programa de Fisioterapia de la Fundación Universitaria María Cano.

from accidents at work against the 624 that occurred in 1996. The massive introduction of new chemicals in industrial processes, computerization, automation and new forms of work organization, have undoubtedly influenced the definition of a distinct pathological profile in the working class.

KEYWORDS

Risk, health, occupational diseases, accidents.

INTRODUCCIÓN

Toda actividad laboral implica algún riesgo; el ejercicio de un oficio o profesión conlleva una probabilidad de afectar negativamente la salud, pero también implica la opción positiva del trabajo como un medio para crecer como persona, satisfacer las necesidades propias, las de la familia y de la sociedad.

Los factores de riesgo del trabajo incluyen ciertas características del ambiente que se han asociado con lesiones, físicas de la tarea es decir; la interacción primaria entre el trabajador y lo físico como lo son Posturas estresantes, Fuerzas, tiempo prolongado, movimientos repetitivos entre otros. También se encuentran características ambientales como lo son falta de iluminación, estrés por temperaturas extremas ya sea frío o calor, el ruido; estas ocasionan daños lo cual puede generar pérdida de la capacidad permanente por daño parcial en la salud del trabajador. Para minimizar estos riesgos se desea realizar un panorama de riesgos que permite describir las condiciones laborales y ambientales en que se encuentra un trabajador o el grupo de trabajadores. Este instrumento de evaluación nos provee la información necesaria para medir las condiciones del trabajo; implementado de medidas que generen en el empleado un mayor compromiso y participación en la prevención de accidentes y enfermedades laborales. Éste trabajo se realizará con el fin de determinar los riesgos que se encuentran expuestos los trabajadores del Spa Belleza Latina; midiendo el grado de afectación que provocan dichos riesgos, determinando la incidencia y la prevalencia de los mismos.

Neiva, es una ciudad colombiana, capital del departamento del Huila, tiene una superficie de 1.533 Kms², su altura es de 442 metros sobre el nivel del mar y su temperatura promedio de 24 a 33 °C. Está ubicada entre la cordillera Central y Oriental, en una planicie sobre la margen oriental del río Magdalena, en el valle del mismo nombre, cruzada por el Río Las Ceibas y el Río del Oro.

METODO

La investigación realizada es de tipo descriptivo- deductivo, parte de los datos generales aceptados como valederos, para deducir por medio del razonamiento lógico varias suposiciones es decir; parte de verdades previamente establecidas como principios generales para luego aplicarlo a casos individuales y comprobar así su validez. Para la elaboración y aplicación del panorama se factores de riesgo se recopiló y analizó la información obtenida de los factores de riesgos más relevantes en el Spa Belleza latina. Se contó con una población representativa de 8 trabajadoras de género femenino en la ciudad de Neiva-Huila, obteniendo una muestra del 100%. Para el análisis de los datos se utilizaron indicadores de categoría numérica y porcentual, los cuales permitió identificar las alteraciones, los riesgos, el grado de peligrosidad y de repercusión de los posibles daños que puede ocasionar la exposición a estos, como a su vez caracterización de la población que está expuesta.

ANALISIS DE LOS RESULTADOS

1. Identificar y evaluar los factores de riesgos ergonómicos del centro de estética Belleza Latina de la ciudad de Neiva.

Tabla 1: Identificación del riesgo ergonómico del centro de estética Belleza Latina de la ciudad de Neiva II semestre del 2011

NUMERO DE TRABAJADORES	AREA	RIESGO						
		FISICOS	QUIMICOS	ERGONO-MICOS	PSICOLA-BORAL	BIOLO-GICO	ELEC-TRICO	LOCA-TIVO
1	GERENCIA	X		X				X
3	SALA DE ESTETICA	X	X	X	X	X	X	X
2	MANICU-RISTA	X	X	X		X		
1	ASEO		X	X				

Fuente: Elaboración propia

ANALISIS: En este gráfico podemos observar que de los 7 Factores de riesgo de la muestra representativa de los cuales el mayor riesgo que se presenta es el riesgo Ergonómico con un 25%, seguido de químico y físico con un 19% cada uno; locativo 13%, biológico 12%, Psicolaboral y eléctrico 6% cada uno. Para un total de 100% de la población expuesta.

2. Valorar los riesgos midiendo el grado en que se encuentra, para así llegar a emitir juicios sobre la tolerabilidad del riesgo en cuestión.

Tabla 2: Estimación del riesgo.

N.	RIESGO	ESTIMACION
1	Físico	Riesgo tolerable
2	Químico	Riesgo moderado
3	Ergonómico	Riesgo moderado
4	Biológico	Riesgo moderado
5	Psicolaboral	Riesgo trivial
6	Eléctrico	Riesgo tolerable
7	Locativo	Riesgo tolerable

Fuente: Elaboración propia

ANALISIS: En este gráfico podemos observar que de la estimación del 100% de los riesgos de la muestra representativa, se encuentra de igual calificación riesgo tolerable y moderado con un 43% cada uno y menor riesgo trivial con un 14%.

3. Evaluar el grado de peligrosidad de los factores de riesgo a los que se encuentran expuestas las empleadas del centro de estética Belleza Latina de la ciudad de Neiva.

Tabla 3: Evaluación del grado de peligrosidad.

No	RIESGO	GRADO DE PELIGROSIDAD
1	Físico	Bajo
2	Químico	Bajo
3	ergonómico	Bajo
4	biológico	Medio
5	Psicolaboral	Bajo
6	eléctrico	Medio
7	locativo	Bajo

Fuente: Elaboración propia

ANALISIS: En este gráfico podemos observar que el mayor porcentaje de peligrosidad es de 71% con calificación de bajo y el menor grado de riesgo es de 29% con calificación de medio, para un total del 100%. Indicando que se deben eliminar o buscar medidas correctivas que evitan la aparición de accidentes o enfermedades profesionales.

DISCUSIÓN

Actualmente la Estética Facial y Corporal ocupa un lugar importante en el comercio y en la sociedad; el cual para ser realizado y desempeñarse a cabalidad en el trabajo requiere de una serie de esfuerzos físicos y conocimientos, por más simple que parezca la tarea a realizar, además de un esfuerzo individual, cada trabajo a realizar supone un esfuerzo colectivo ya que es necesario para su realización algún tipo de ayuda o cooperación. Por otra parte, existen innumerables cantidad de actividades, cada una de las cuales está organizada de diferente manera en cuanto a su distribución de tareas, organización, tecnología utilizada, formas de gestión y mano de obra.

Pese a su gran dedicación, la demanda de esta profesión está en constante crecimiento, lo que ha hecho que pierda calidad y excelencia en la prestación de servicios a la población, y a su vez quitando prioridad a los trabajadores del lugar, lo que hace que estos sean más vulnerables a desencadenar accidentes de trabajo o a adquirir una enfermedad profesional como consecuencia de los diferentes de factores de riesgo a los que se encuentra expuesto el trabajador como la iluminación, incendios, contaminantes químicos, locativos, caídas desde su propia altura, incendios entre otros.

El (SGRP) Sistema General de Riesgos Profesionales está encargado del seguro de accidente de trabajo y enfermedad profesional. Para su operación se establece un seguro obligatorio para todas las empresas, con el objeto de cubrir accidentes o enfermedades que pueden ocurrir con ocasión o como consecuencia del trabajo que se realiza. La ARP que es la entidad más representativa del SGRP, dado que es la encargada de cumplir con objetivos como la prevención de riesgos y la promoción de estilos de vida, la atención en salud y el pago de las compensaciones económicas que de acuerdo con la severidad de las contingencias se generen.

CONCLUSIONES

Es importante el realizar un análisis de todas las herramientas manuales utilizadas en las distintas áreas del centro de estética Belleza Latina en lo cual es necesario buscar herramientas alternativas que se adapten mejor al tipo de actividades que se realicen.

Se observó que en la elaboración del panorama de factores de riesgo el mayor riesgo que se presentó fue el ergonómico con un porcentaje de 25% del 100%, el cual indica que se deben tomar medidas correctivas hacia este riesgo, ya que se podrían presentar alteraciones en las estructura corporales y poniendo atención a las actividades que obliguen al personal que labora en posturas fijas e inadecuadas por períodos prolongados, especialmente en las actividades del área laboral y administrativa para así evitar un accidente de trabajo y enfermedades profesionales.

En la elaboración del panorama de factores de riesgos los menores riesgos que se presentaron fueron Psicolaboral y el eléctrico con un 6% del 100%; esto indica que no se requiere acción específica si hay riesgos mayores.

Se determinó la gravedad de los riesgos reconocidos en el grado de peligrosidad con mayor incidencia grado bajo con una calificación de 71% del 100% de los expuestos.

Según la estimación de los riesgos eléctricos, locativo y físico se presentó calificación de riesgo tolerable con un 43%, lo cual indica que no se necesita mejorar las medidas de control, pero deben considerarse soluciones o mejoras de bajo costo y se deben hacer comprobaciones periódicas para asegurar que el riesgo aún es tolerable.

Según la estimación de los riesgos biológico, ergonómico y físico presento calificación de riesgo moderado con un 43%, lo cual indica que Se deben hacer esfuerzos por reducir el riesgo y en consecuencia debe diseñarse un proyecto de mitigación o control. Como está asociado a lesiones muy graves debe revisarse la probabilidad y debe ser de mayor prioridad que el moderado con menores consecuencias.

RECOMENDACIONES

El centro de estética Belleza Latina presta sus servicios a la comunidad, hecho que obliga a los trabajadores a estar en permanente desplazamiento por las diversas áreas de trabajo, en lo cual es necesario que conozcan la importancia de prevenir accidentes que pueden afectar su estado de salud en algún momento.

ERGONOMIA



FOTO N°1 SPA Belleza Latina

Realiza pequeñas pausas periódicas para contrarrestar el estatismo postural y la tensión muscular. Durante las pausas, aprovecha para dar algunos pasos, mueve suavemente el cuello.

La postura correcta para trabajar en posición sedente es aquella en la que la parte superior del cuerpo y la inferior, están formando un ángulo recto (un ángulo de 90°), con la espalda completamente apoyada en el respaldo de la silla.

Acerca la silla a la mesa de trabajo de manera que no tengas que inclinar el tronco y los antebrazos.

Cuando tengas que elevar objetos del suelo; No uses la musculatura de la espalda, sino la de las piernas. Flexiona las rodillas manteniendo cierta base de separación entre los pies. Coge el objeto y elévalo con ayuda de los miembros inferiores, estirando las rodillas. Mantén la espalda recta en todo momento y

durante el tiempo que dure el movimiento. Acerca la carga al cuerpo: cuanto más separada esté, más presión ejerceremos sobre la columna.

Ajusta la altura del asiento de manera que los codos queden aproximadamente a la altura de la superficie en la que vas a trabajar.

Se debe reducir la curvatura excesiva de la espalda y las consiguientes molestias en la zona lumbar, se recomienda elevar levemente un pie apoyándolo en un pequeño cajón, cambiando de pie cada cierto tiempo.

ESTETICISTA



FOTO N°2 SPA Belleza Latina

Se recomienda que utilicen los Carros auxiliares de peluquería Han de disponer de ruedas para poder transportarlo, cajones suficientes para guardar las lacas y utensilios, bandejas y siempre que sea posible elementos adicionales como lámparas y secadores, disminuyendo tiempo y gasto físico.

Fundidor de cera: Calienta la cera hasta el punto adecuado de uso (entre 38 y 45°). Dispone de dos depósitos a diferentes alturas para facilitar el filtrado de la cera, pasando del más alto al más bajo a través del filtro colador. El termostato e interruptor son independientes para cada depósito. Se recomienda que los termostatos permitan seleccionar temperaturas entre 0 y 90°. Se emplea para la depilación en caliente. Además de los riesgos generales, nos enfrentamos a posibles quemaduras.

Depósito y aplicador de cera tibia: Calienta la cera que se encuentra en cartuchos hasta el punto adecuado de utilización (entre 27 y 39°). Consta de diferentes cámaras, de forma que el profesional puede emplear una mientras la otra llega al punto óptimo de calentamiento. Se emplea para la depilación tibia (que afecta menos a la piel). Es de destacar que prácticamente todo (el cartucho, el rodillo, la cera y las bandas) es desechable, por lo que evita riesgos de infecciones.

Peines: Además de por el material de que estén hechos, podemos clasificarlos por su función: para recoger el cabello y para peinar. Su forma, el tamaño y la separación de los dientes varían según el uso. Deben limpiarse después de su uso y esterilizarse periódicamente.

Cepillo: Pueden adoptar diversas formas y fabricarse con distintos materiales. Podemos diferenciar tres partes en un cepillo: las púas (más o menos flexibles y de número variable), la placa de soporte en la que se insertan (de diferentes formas y materiales) y el mango. Hemos de vigilar que el peso sea bajo y equilibrado y que el mango permita un agarre fácil y con toda la mano. Deben limpiarse después de cada uso y, periódicamente, esterilizarse.

Esquiladoras/cortadoras: Compuestas por dos peines de acero, uno fijo y otro móvil. Existen dos tipos de maquinillas, la manual (típica en peluquerías de caballeros) y la eléctrica. Deben ser ligeras y de fácil manejo, con mango ergonómico, cabezales intercambiables, funcionamiento antivibratorio, engranajes metálicos duraderos, diseño anti-caídas y antigolpes y sistema de refrigeración interna para evitar calentamientos.

Tijeras: Hay diversos tipos de tijeras, en función de su longitud y grosor (rectas, curvas, dentadas o de entresacar y de tallista). Deben ser robustas pero ligeras y con las dos caras internas de las hojas ligeramente cóncavas de forma que sólo tengan entre sí un punto de contacto. Es importante que tengan apoyaderos y dedales extraíbles, silenciador y tornillos regulables con destornillador. Suelen ser de acero inoxidable. Las tijeras deben limpiarse después de su uso. Además, es necesario comprobar que no están melladas. Para evitar su deterioro, es necesario emplearlas únicamente para cortar el cabello y no otro tipo de materiales (por ejemplo, embalajes, ya que se estropean con cierta facilidad).

Navajas y cuchillas: Tradicionalmente se compone de una hoja y un mango o montura. En la hoja distinguimos tres partes: el canto, el filo (que puede ser resguardado o descubierto) y el talón. La montura tiene dos placas para proteger tanto al profesional de los posibles cortes como a la cuchilla de deterioros. Por su

uso, se distingue en navajas de afeitar y de cortar. El principal riesgo derivado de su uso son los cortes.

Secadores de mano: Aceleran el proceso de secado natural del cabello. Se emplean con diferentes complementos (boquillas, difusores...) para realizar trabajos específicos (marcado, alisado, etc.). Es necesario vigilar el peso, las vibraciones que produce y la forma de agarre.

Planchas de alisar y de rizar. Permiten mejorar los acabados. Están conectados a la red eléctrica, por lo que es necesario que el cabello esté completamente seco temperatura, por lo que deben disponer de un sistema de control de la misma, indicador de encendido/apagado, revestimiento de toque frío y sistema de ventilación adecuado. El mango debe ser de material estable y que no transmita el calor. Para limpiarlas es necesario evitar los objetos que puedan rayarlas y esperar a que estén completamente frías para evitar quemaduras.

Estuches de trabajo portátil: Faldón delantal que permite al profesional tener a mano todo el del material necesario para peinar o cortar.

Utilizar tapabocas en la parte superior de la nariz y boca; para evitar la entrada de sustancias como el cabello, químicos que puedan afectar la salud.



FOTO N°3 SPA Belleza Latina

MANICURISTA



FOTO N°4 SPA Belleza Latina

La posición sentada (manicura, foto depilación, limpieza facial, etc.) favorece una mayor precisión y exactitud, pero limita los movimientos. En estos casos, hay que comprobar que se dispone de espacio suficiente para las rodillas y piernas. Aun cuando existan dos posiciones principales, lo más adecuado es intercambiarlas cada cierto tiempo. De esta forma se mejora la circulación de la sangre, manteniendo los músculos en actividad con mayor irrigación. Para ello, lo ideal es disponer de sillas o banquetas regulables, cercanas al puesto de trabajo para que, en ocasiones, los trabajadores puedan sentarse, favoreciendo su sensación de confort.

Pinzas: Empleadas para la eliminación de vello en zonas localizadas, han de ser fáciles de agarrar. Sus extremos deben contactar correctamente, vigilando periódicamente que el cierre continúe siendo adecuado. Deben desinfectarse.

Tijeras: De tamaño más reducido que las de corte, se caracterizan por tener los extremos iguales y terminados en puntas.

Alicates para uñas y cutícula: Similares a las tijeras tanto en su material como en su utilidad, ha de vigilarse la presión necesaria, el agarre y el centro en el que se realiza la fuerza. Como todas las herramientas de corte, debe comprobarse el perfecto estado de la hoja.

ASEO

Mantener el área de trabajo limpio y libre de elementos ajenos al centro de trabajo.

Colocar los elementos auxiliares cerca del trabajador y asegurarnos de que no entorpecen el espacio de tránsito.

Apagar correctamente los equipos, lo habitual es emplear los interruptores. Si se necesita desconectarlo completamente, sujetarlo por el enchufe, sin agarrar ni tirar del cable.

GERENTE

Reglamentación: Comprobando que se cumplen los elementos obligatorios y nos acercamos a los recomendados. No podemos olvidar que los parámetros generales están definidos por ley (R.D. 486/1997). Además, hay que tener en cuenta que en algunos municipios se han definido ordenanzas municipales que regulan las condiciones técnico-sanitarias de peluquerías, institutos de belleza y otros servicios de estética. Por ejemplo, existen Ordenanzas Municipales de este tipo publicadas en Madrid, Bilbao y Alicante.

Utilizar reposapiés fijos o móviles para transferir el peso del cuerpo sobre una u otra pierna. Modificar y ajustar la altura del plano de trabajo (sillas, mesas, camillas...) o del trabajador/a (plataformas, sillas regulables...), de forma que la posición de los codos y brazos sea adecuada y se minimicen los giros de cabeza.

Permanecer lo más cerca posible de la superficie de trabajo, evitando inclinaciones. Organizar los objetos y elementos en función de su frecuencia de uso.

Mantener una postura erguida durante la mayor parte del tiempo. Controlar los tiempos de descanso, evitando las posturas forzadas y/o los movimientos mantenidos en el tiempo.

Evitar una manipulación de cargas excesivas o repetidas.

Proporcionar la formación necesaria a los trabajadores, asegurando que conocen los riesgos y las medidas de seguridad que deben adoptarse.

Practicar el mantenimiento preventivo en equipos e instalaciones, evitando accidentes provocados por su mal estado o funcionamiento.

Llevar a cabo inspecciones de seguridad generales que nos permitan detectar peligros nuevos o desconocidos, que puedan aparecer a lo largo del tiempo y asegurarnos que las acciones y medidas que se han adoptado tienen la eficacia esperada y funcionan tal y como esperamos.

GENERALES



FOTO N°5 SPA Belleza Latina

Disponer de la señalización de seguridad y salud apropiada, al objeto de alertar sobre los riesgos, indicar el comportamiento seguro, localizar los medios de protección contra incendios, las salidas de socorro, el botiquín.

Establecer normas de seguridad, de carácter interno y obligatorio, dirigidas a asegurar el comportamiento seguro de los trabajadores, velando por su cumplimiento.

Seleccionar herramientas y máquinas de buena calidad, cumpliendo en todos los casos la normativa.

Mejorar los métodos y los procedimientos de trabajo, para hacer el trabajo más seguro.

Utilizar los equipos de protección colectiva e individual necesarios, tras la selección de los más adecuados, y mantenerlos, reponerlos, controlar su estado, informar de las normas de utilización.

Utilizar las herramientas y máquinas adecuadas a cada trabajo y sobre todo para el uso para el que ha sido diseñado.

Transportar las herramientas y máquinas de forma segura: no se transportarán en las manos ni en los bolsillos, sino en cajas o maletas portaherramientas.

BIBLIOGRAFIA

ALCALDÍA PUERTO BOYACÁ. Panorama de riesgos. Salud Ocupacional. Grado de peligrosidad. No.1 mayo del 2010. Disponible en internet. http://puertoboyaca-boyaca.gov.co/apc-aa-files/62366632346131336465356462336364/PANORAMA_DE_RIESGOS_ALCALDIA_PTO_BOYACA.pdf

ARTHRITIS. Osteoartritis. Documentos de información. No.2 octubre 14 del 2008. Disponible en internet. <http://www.arthritis.org/espanol/osteoartritis.php>

CLEVELAND CLINIC. Health information. May 20- 2009. Disponible en internet. <http://www.clevelandclinic.org/health/sHIC/doc/s10918.pdf>

COSMO Belleza. Prevención de riesgos laborales en peluquería (II parte): Manipulación de herramientas. Departamento de Salud Pública. Portal de la Belleza. No.1 septiembre 2 del 2007. disponible en internet: <http://www.cosmobelleza.com/es/peluqueria/news.85188.cosmox>

DEPARTAMENTO DE SALUD. Ergonomía. No.2 abril 15 del 2009. Disponible en internet. http://training.itcilo.it/actrav_cdrom2/es/osh/ergo/ergonomi.htm

FARMACIAS. Documentos de información. Enfermedades síndrome del túnel carpiano. No.2 junio 14 del 2008. <http://www.cufarmacias.com/enfermedades/sindrome-del-tunel-carpiano.php>

JÁCOME Clavijo. Programa de salud ocupacional. Corporación educativa minuto de Dios. Enero 2009. Disponible en internet. <http://colegios.minutodedios.org/SaludOcupacionalCEMID/imagenes/ProgramaSO.pdf>

MEDLINE PLUS. Celulitis. Junio 14 del 2008. Disponible en internet. <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/cellulitis.html>

PUBLIC HEALTH. Documentos información. Dedo gatillo. No.1 septiembre 2 del 2007. Disponible en internet. http://www.assh.org/Public/HandConditions/Documents/Web_Version_PDF/Dedo_en_Gatillo.pdf

SALUD ACTUAL. Documentos de información. Tendinitis. No.2 junio 14 del 2008. Disponible en internet. <http://www.saludactual.cl/otros/tendinitis.php>

SALUD ACTUAL. Documentos de información. Tenosinovitis. No.2 junio 15 del 2009. Disponible en internet. http://www.arthritis.org/espanol/disease-center.php?disease_id=55

SALUD OCUPACIONAL UNIVERSIDAD EAFIT. Manual para elaboración de matrices de peligro de investigaciones y proyectos desarrollados en la universidad EAFIT. Departamento de Salud Pública. Universidad EAFIT. No.1 mayo del 2010. disponible en internet. <http://www.eafit.edu.co/investigacion/comunidad-investigativa/semilleros/Documents/MANUAL%20PARA%20ELABORACION%20DE%20MATRICES%20DE%20PELIGRO%20PARA%20INVESTIGACIONES%20Y%20PROYECTOS.pdf>

SALUD. Departamento de Salud Pública. Efecto posible. No.1 mayo del 2010. disponible en internet. <http://es.scribd.com/doc/17569965/GTC-45>

TRAUMA ZAMORA. Documentos información de pacientes. Epicondilitis. No.2 octubre 6 del 2007. Disponible en internet. <http://www.traumazamora.org/infopaciente/epicondilitis/epicondilitis.html>

UNIVERSITY OF CALIFORNIA. Los Angeles. Labor Occupational Safety and Health. May 2004. Disponible en internet. http://www.losh.ucla.edu/losh/resources-publications/fact-sheets/ergo_spanish.pdf

SALUD LABORAL. Documentos de información. Ética. N 1. Mayo 2009. Disponible en internet. http://www.paritarios.cl/especial_glosario_salud_laboral.htm

SALUD DEL TRABAJO. Documentos de información. Higiene industrial. Enero 2009.

Disponible en internet. <http://www.bvs.org.ar/pdf/saluddeltrabajo.pdf>

SEGUROS CARACAS. Documentos de información. Aerosoles. N 1. Mayo 2009.
Disponible en internet.
http://www.seguroscaracas.com/paginas/biblioteca_digital/8_Terminologias/Glosario/Glosario_B%C3%A1sico_Grupo_Biblos.pdf