

**CONDICIÓN OSTEOMUSCULAR DE LOS TRABAJADORES
ADMINISTRATIVOS DE LA FUNDACION UNIVERSITARIA MARIA CANO
EXTENSION CALI EN EL PERIODO 01 – 2009**

Autora:

María Andrea Tejada Guerrero
Estudiante de Fisioterapia de X semestre
Fundación Universitaria María Cano.

**MUSCULOSKELETAL CONDITION OF ADMINISTRATIVE WORKERS OF
THE UNIVERSITY FOUNDATION CALI MARIA CANO EXTENSION IN THE
PERIOD 01 – 2009**

RESUMEN

El trabajo de aplicación tuvo como objetivo Identificar la condición osteomuscular de los trabajadores administrativos de la Fundación Universitaria María Cano Extensión Cali en el periodo 01 – 2009. Este tema se abordó como un estudio de tipo descriptivo con el que se buscó determinar la condición osteomuscular de los trabajadores, ya que esta influye de manera indirecta en su entorno laboral. Para el desarrollo del trabajo se utilizaron técnicas e instrumentos como lo son: Cuestionario Nórdico para la detección de sintomatología osteomuscular, Historia clínica, Análisis de evaluación de puesto de trabajo, y Evaluación de prevenciones de alteraciones osteomusculares. Los cuales darán resultados y permitirán realizar un respectivo análisis para determinar la condición osteomuscular de los trabajadores administrativos.

PALABRAS CLAVES: Condición osteomuscular, Trabajador, Administración, Factores de riesgo ergonómico, Salud, Enfermedad profesional.

ABSTRACT

The implementation work aimed at identifying musculoskeletal condition of the administrative workers of the Fundación Universitaria María Cano Cali Extension in the period 01 - 2009. This issue was addressed as a descriptive study that sought to determine the musculoskeletal condition and this indirectly

influences in their work environment. For development work using techniques and tools such as: Nordic Questionnaire for the detection of musculoskeletal symptoms, clinical history. Analysis of job evaluation, assessment and prevention of musculoskeletal disorders. Results and which will allow for an analysis to determine the respective musculoskeletal condition of administrative workers.

KEY WORDS: Musculoskeletal condition, Employee, Management, Ergonomic Risk Factors, Health, Occupational disease.

INTRODUCCIÓN

La relación del trabajo con la presencia de alteraciones osteomusculares es cada vez más clara y evidente, se demuestra la estrecha relación entre los factores de riesgo laborales y su asociación con diversas patologías de origen osteomuscular que afectan la calidad de vida de los empleados, generando enfermedades profesionales que no permiten una adecuada realización laboral, considerando que las patologías osteomusculares generan grandes incapacidades y como consecuencia ausentismo laboral en detrimento de la producción, lo cual afecta la calidad laboral.

El presente trabajo tuvo como finalidad realizar una evaluación de la condición osteomuscular de los trabajadores de la Fundación Universitaria María Cano, extensión Cali, con el fin de poder al final establecer las patologías y sintomatología presentes en esta población, para esto se realizó la aplicación del cuestionario Nórdico,

las relaciones con el puesto de trabajo, en el cual se diligencio el formato de RR basado en el análisis de puesto de trabajo de RENAULT, lo cual determino los elementos utilizados por el trabajador y los factores de riesgo y se realizo la evaluación de Prevenciones Osteomusculares.

Todo esto con el fin de poder generar recomendaciones acorde a los resultados encontrados y de esta manera lograr aplicar los conocimientos adquiridos en el diplomado en salud ocupacional.

Metodología

Este trabajo de aplicación se basó en una investigación de tipo descriptivo con un método inductivo, ya que se describe la condición osteomuscular de los trabajadores administrativos. Todo el proceso tuvo un fundamento en la observación, siendo este método indispensable para la realización del trabajo.

El enfoque es cualitativo, ya que el estudio permite que haya mayor interacción entre el investigador y la población con la que se lleva a cabo la investigación, dando como resultado una óptima comunicación y por ende mejores resultados. El diseño es no experimental y la

población en este estudio son los trabajadores administrativos de la Fundación Universitaria María Cano Extensión Cali, siendo la muestra 9 trabajadores, que laboraban en dicha Universidad.

Para llevar a cabo este trabajo se utilizaron fuentes, técnicas e instrumentos de recolección de datos como: Cuestionario Nórdico para la detección de sintomatología osteomuscular, Historia clínica., Análisis de evaluación de puesto de trabajo, y Evaluación de prevenciones de alteraciones osteomusculares.

Resultados y discusión

Se llevo a cabo la realización de evaluación de puesto de trabajo, evaluación de prevención de alteraciones osteomusculares y un cuestionario nórdico el cual se puede dar cuenta que solo un trabajador presenta 2 enfermedades profesionales, y que los demás trabajadores no, pero presentan síntomas prevaleciendo el dolor lumbar en la mayoría de los trabajadores, ya que se evidencia que los trabajadores no tienen todos los elementos de protección personal adecuados, por lo tanto están expuestos a factores de riesgo ergonómicos.

Conclusión

Al recopilar los datos obtenidos se logro identificar, que los trabajadores de la Fundación Universitaria María Cano muchos no poseen los elementos de protección personal.

Se encontró ausencia de elementos de protección personal, en la mayoría de la población trabajadora como: pack mouse, y apoyapiés entre otros.

Dentro de los factores de riesgo encontrados se logro identificar, los factores de riesgo ergonómicos que afectan la higiene postural de los trabajadores, lo cual pueden ocasionar síntomas osteomusculares, como dolor, espasmos musculares, fatiga muscular, etc.

Se logro determinar las patologías osteomusculares generadas por la incapacidad laboral, en la cual solo una persona presenta: Tenosinovitis de quervain y epicondilitis medial.

El estado de salud de los trabajadores de área administrativa de la Fundación Universitaria María Cano Extensión Cali es aceptable, a pesar que la gran mayoría no realiza ejercicio, y por ende presentan debilidad muscular.

La población trabajadora tiene un promedio de horas laboradas excesiva, lo cual puede agudizar problemas de base, como lesiones osteomusculares.

No existe duchas que se puedan usar, después de realizar actividad deportiva en el CAF, lo cual puede ser un antecedente para lo no realización de actividad física por parte de los administrativos.

Recomendaciones

En cuanto a los resultados obtenidos, se puede identificar, varios factores que influyen en nuestra condición osteomuscular,

por lo tanto hay que tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

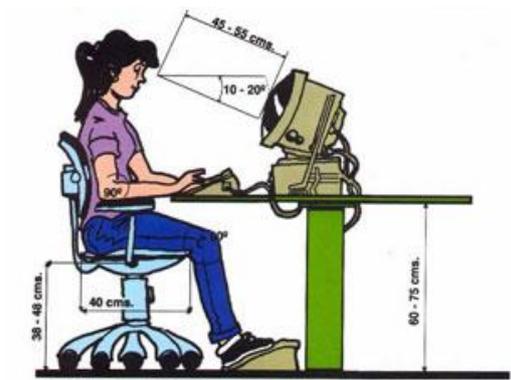
- Realizar análisis de puesto de trabajo.
- Dotar a los trabajadores de implementos de protección personal.
- Continuar con la realización de las pausas activas implementadas por la práctica laboral.
- Mejorar la higiene postural, con capacitaciones y orientaciones educativas
- Incentivar estilos de vida saludables.
- Dotar el CAF de duchas para bañarse después de realizar deporte.

Bibliografía

- Ley 7/1993, de 21 de diciembre, de creación de OSALAN-Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales. BOPV nº 4, de 7 de enero de 1994.
- Ministerio de la Protección Social, Informe de Enfermedad Profesional en Colombia, 2003 – 2005. Bogotá, Febrero de 2007. Pág. 17 – 25. Disponible On Line www.fondoriesgosprofesional.es.gov.co/
- **ANGULO MARIA, RUEDA MARÍA**, (1995) Sistema de Vigilancia Epidemiológica de Manipulación de Cargas y Posturas Inadecuadas. Seneca Editores Ltda.
- **CALDERON G, Alberto**. Ph.D. en Estilos de vida y trabajo saludable. Seguro Social, Protección Laboral; p. #.19-21.
- **COLMENARES CLARITZA, NIETO OSCAR, MANCIPE JAVIER** (2000) Sistema de Vigilancia Epidemiológica de patología lumbar de origen ocupacional. COLMENA.
- CONSEJO COLOMBIANO DE SEGURIDAD. Revista Protección y Seguridad. Año 46 No 270 marzo-abril de 2000.
- SOCIEDAD COLOMBIANA DE ERGONOMÍA. Ergonomía. 2003. Disponible On Line: <http://www.scergonomia.com/qergo/index.htm>
- UCLA, Labor Occupational Safety & Health Program, Ergonomía, 2004. Disponible On Line: http://www.losh.ucla.edu/catalog/factsheets/ergo_spanish.pdf
- LÓPEZ, Gustavo y GÓMEZ, Ivan Antonio. Ergonomía. Disponible On Line: <http://waste.ideal.es/ergonomia.htm>
- SÁEZ NAVARRO, Concepción; ROMERO MEDINA, Agustín, Ergonomía, 1999. Disponible On Line: <http://www.um.es/~facpsi/estudios/psicologia/programas/operativas/social/01K2.pdf>
- BAKER, Aimee. Ergonomic Bulletin. 2000. Disponible On Line <http://www.uwlax.edu/ehs/msd.html>
- SOCIEDAD CHILENA DE ERGONOMÍA. Factores de

riesgo Ergonómico. 2002.
Disponible On Line:
<http://ergonomia.cl/eee/riskfact.html>

ANEXOS



ANEXO 1: Ergonomía



ANEXO 2: Estiramiento



ANEXO 3: Condicion osteomuscular



ANEXO 4: Dolor lumbar



ANEXO 5: Postura adecuada