

**POSTURAS INADECUADAS EN LOS TRABAJADORES DE LA E.P.S EMDISALUD,
SEDE TIERRALTA**

MISAEI DARIO JIMÉNEZ CORREA

CODIGO: 00000076074

PRESENTADO A:

LUISA FERNANDA GAITAN AVILA

UNIVERSIDAD ECCI – BOGOTÁ

FECHA

17 - 09 - 2019

**POSTURAS INADECUADAS EN LOS TRABAJADORES DE LA E.P.S EMDISALUD,
SEDE TIERRALTA**

Contenido

DEDICATORIA.....	4
AGRADECIMIENTOS	5
RESUMEN.....	6
INTRODUCCION	10
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	12
Tasa de accidentalidad por riesgo en el 2017	18
FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	19
JUSTIFICACION.....	20
OBJETIVO GENERAL	22
OBJETIVOS ESPECIFICOS	22
ESTADO DEL ARTE.....	24
MARCO TEORICO	31
MATRIZ IPVR GTC 45 APLICADA A LA EPS EMDISALUD.....	35
MARCO CONCEPTUAL.....	38
TIPOS DE ERGONOMÍA	42
EFFECTOS DE LA ERGONOMÍA:.....	43
TIPOS DE POSTURAS	43
MARCO LEGAL.....	45
METODOLOGÍA	47
PRESUPUESTO	499
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	50
TABULACIÓN Y ANALISIS DE LA INFORMACIÓN.....	53
CONCLUSIONES	589
RECOMENDACIONES	60
Bibliografía.....	61
ANEXOS.....	634
ENCUESTA.....	65

DEDICATORIA

Los grandes logros que obtenemos en la vida son fruto de la dedicación, esfuerzo y las ganas de seguir a delante, de perseverar y no rendirse jamás, por ello dedico el presente trabajo de titulación a Dios por darme fuerza y guiarme en este camino tan importante para llegar al éxito profesional y personal. A mi familia por ser un pilar fundamental en el transcurso de mi carrera, a mis padres que brindaron apoyo moral, espiritual, consejos, me inculcaron valores y buenas costumbres, lo cual me ha ayudado a seguir adelante y seguir en el largo camino de la vida. A mi esposa por el apoyo incondicional, paciencia y sobre todo por estar ahí cada día alentándome a continuar, a luchar por uno de mis grandes sueños y demostrarme que con amor y apoyo podemos lograr todo lo que nos proponemos. A mis hijas e hijos que son el motor para seguir triunfando, que me acompañan y alegran los días, además es un reconfortante saber que es por el bienestar de ellos que uno logra alcanzar este objetivo.

AGRADECIMIENTOS

El autor expresa sus agradecimientos a Dios por bendecirme para llegar hasta donde he llegado, porque hiciste realidad este sueño anhelado.

A la UNIVERSIDAD ECCI-BOGOTÁ (Virtual), por darme la oportunidad de estudiar y ser un especialista en Gerencia de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

También me gustaría agradecer a mis docentes virtuales durante toda mi especialización por contribuir en nuestra formación desde sus procesos de enseñanza-aprendizaje virtual, de igual manera agradecer al Jurado de Tesis de Grado, por su gesto de voluntad, solidaridad y rectitud en su profesión como docente, por sus valiosos aportes, que ayudan a formarme como persona e investigador con el objetivo de poner en práctica los conocimientos adquiridos desde la especialización en familia, comunidad, sociedad y a nivel empresarial.

Son muchas las personas a quienes agradecerles porque han formado parte de mi vida profesional, a ellos (as), les agradezco su amistad, consejos, apoyo, ánimo, compañía y solidaridad en los momentos más difíciles de mi vida en esta especialización. Quiero darles las gracias por hacer parte de este proyecto, por todo lo que me han brindado y por todas sus bendiciones.

Para ellos: Muchas gracias y que Dios les bendiga.

RESUMEN

La presente investigación tiene como objeto Diseñar e implementar estrategias que permitan mejorar las condiciones de higiene postural en los trabajadores de la EPS EMDISALUD, sede Tierralta, Con el fin de prevenir enfermedades profesionales consiste en realizar una evaluación ergonómica por postura forzada Está orientada a las actividades laborales que realiza el personal, de la EPS, se pretende ayudar en la salud laboral mediante el control de las posturas empleadas al trabajar para prevenir futuros padecimientos profesionales, por ello se ansía reducir los riesgos a los que están expuesto los trabajadores y el origen de los mismos. Con esto se busca disminuir el grado de las enfermedades, además aumentar la calidad de vida y bienestar de los trabajadores en el proceso de sus actividades, obteniendo incrementar la productividad en la empresa.

La exposición reiterada a posturas inadecuadas es unas de las principales causas de dolencias musculo esqueléticas, teniendo ello especial incidencia en la salud de los trabajadores e incapacitándolos a la hora de ejecutar sus labores, con el tiempo esto conlleva al sufrimiento de enfermedades de desórdenes musculo–esqueléticos en la espalda, cuello, brazos y piernas, pero además ocasiona sensación de cansancio, fastidio y malestar general

Por lo anteriormente expuesto, se desarrolla la investigación de campo y se utilizara el método de tipo mixto, ya que en ella se usara el método cualitativo y el cuantitativo, puesto que se aplicaron cuestionarios para la parte cualitativa, en los cuales se indago acerca del clima laboral, es decir, como se sienten los trabajadores, cuál es su percepción en torno a las herramientas usadas en sus labores, de igual manera conocer si se sienten estimulados, valorados o no son tenidos en cuenta y encuestas de tipo cerrada para la parte cuantitativa, en donde se analiza un hecho de carácter humano y social como conocer si ha sentido molestias musculares, Oseas, ocular, si presenta sensación de cansancio, dolores osteomuscular, dolores en la espalda o problemas de visión y otras que brindan información

en forma numérica de los casos sucedidos en los trabajadores y que repercuten en el desempeño laboral de los trabajadores.

Palabras claves: Afecciones Musculo esqueléticas, Ergonomía, posturas forzadas, higiene postural, riesgos laborales

ABSTRACT

The purpose of this research is to design and implement strategies that improve the conditions of postural hygiene in workers of the EPS EMDISALUD, Tierralta headquarters. In order to prevent occupational diseases, it is to perform an ergonomic evaluation by forced posture. It is oriented to activities The work carried out by the personnel of the EPS, is intended to help in occupational health by controlling the positions used when working to prevent future professional illnesses, so it is eager to reduce the risks to which workers are exposed and the origin of the same. This seeks to reduce the degree of disease, and increase the quality of life and well-being of workers in the process of their activities, increasing productivity in the company.

Repeated exposure to inappropriate postures is one of the main causes of musculoskeletal ailments, having special impact on the health of workers and incapacitating them when performing their work, over time this leads to the suffering of diseases of muscle disorders—skeletal in the back, neck, arms and legs, but also causes tiredness, annoyance and malaise

Based on the foregoing, the field research is carried out and the mixed type method will be used, since the qualitative and quantitative method will be used, since questionnaires were applied for the qualitative part, in which it was inquired about the work environment, that is, how workers feel, what is their perception about the tools used in their work, likewise knowing if they feel stimulated, valued or not taken into account and closed-type surveys for the part quantitative, where a fact of human and social character is analyzed, such as knowing if you have felt muscle, bone, eye discomfort, if you feel tired, musculoskeletal, back pain or vision problems and others that provide information in numerical form of the cases happened in the workers and that affect the labor performance of the workers.

Keywords: Skeletal Muscle Conditions, Ergonomics, forced postures, postural hygiene,
occupational hazards

INTRODUCCION

Desde los inicios del mundo y la humanidad, el hombre se ha preocupado por establecer un interactuar con los elementos de trabajo, con su entorno y con las actividades que realiza, esta resulta benéfica para su labor y para su empleador, por ello se deben brindar las condiciones mínimas necesarias para que sea agradable, amena y en condiciones de motivación constante, caso contrario sucede cuando los empleados están laborando en sus áreas de trabajo sin las garantías requeridas para ello, puesto que se genera apatía, desmotivación, desgano y poca producción además, se pueden producir problemas que afecten su integridad física o emocional, por ello, las actividades relacionadas con la implementación de mecanismos que permitan minimizar los riesgos laborales han adquirido mayor importancia, esto hace que tengan plenamente identificados los factores de riesgo en los sitios de labores, dentro de los cuales se encuentran, las condiciones físicas, psicológicas, ambientales, locativas y motivacionales a las que está sometido el trabajador durante la jornada laboral.

En los actuales momentos, los factores de riesgo laborales son una de las mayores preocupaciones por parte de los empleadores, debido a que en el año 2017 “se presentaron cada día 1.800 accidentes, y si bien la cifra es menor a la reportada en el 2016 en un 6,5 por ciento, el costo en el que incurrieron las ARL para atenderlos se elevó un 12,1 por ciento real anual”, (FASECOLDA, 2018) por ello se ha iniciado a adoptar medidas de seguridad que garanticen la vida mediante la prevención y control de los riesgos laborales que a diario deben asumir los trabajadores, por ello, existen varios aspectos fundamentales a considerar con respecto a este tema el primero es evitar cualquier tipo de accidente o fatalidad al interior de las empresas, que genere daños en la integridad de los trabajadores de manera parcial, temporal o total, esto teniendo en cuenta que la seguridad de los trabajadores es responsabilidad de la empresa, y cualquier situación que se presente y que tenga afectaciones contra la integridad física,

emocional o intelectual de los ellos tiene afectaciones económicas, puesto que son ellas quienes están llamadas a reparar todos los inconvenientes en materia de riesgos laborales, por otro lado el costo que indirectamente trae consigo un accidente o una enfermedad laboral durante el quehacer afecta la productividad de la empresa por ejemplo las paradas por accidentes por mal manejo de las máquinas fatiga extrema etc. por ello muchas de las empresas actuales vienen exigiendo a sus trabajadores que se tomen todas las precauciones requeridas para la realización de determinadas actividades, debido a esto, se requiere con urgencia que las empresas se apropien de programas de prevención de riesgos, en donde se brinde a los trabajadores la capacitación requerida, en relación con las medidas de seguridad que en todo momento deben manejar al interior de sus sitios de labores, pero además se haga el respectivo seguimiento a estos programas, en procura de le den la importancia necesaria a la prevención de riesgos debido a que entre mayor sea la apropiación de ellos por parte de los trabajadores, se traducirá en eficiencia y productividad con calidad.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los procesos de industrialización que se viven hoy día en Colombia “en materia de crecimiento, para los años 2017, 2018, y 2019 son similares, con una tasa de 3.7%, acercándose a las economías desarrolladas, las cuales crecen a tasas por encima del 2%, y América Latina lentamente se acerca al 2%”. (ANDI, 2018) Esto ha hecho que la mano de obra requerida para la implementación de empresas de diversas índoles se haya aumentado, sin embargo existen muchas empresas que apenas están iniciando en cuanto a la implementación de mecanismos para la prevención de riesgos y de accidentalidad en los sitios de trabajo, Por ello cada año suceden un elevado número de accidentes que de acuerdo con “información suministrada por la Organización Internacional del Trabajo (OIT), anualmente en el mundo mueren 2,3 millones de personas por causa de accidentes o enfermedades laborales, lo que da un promedio de 6.500 muertes diarias mientras trabajan” (Dinero, 2014), por ello la necesidad de implementar en los trabajadores medidas de protección y seguridad laboral, es una premisa que cobra demasiada importancia, independientemente del tipo de empresa, el cargo ocupado al interior de ella o la manera como se asuma la productividad por lo cual las empresas deben asumir como un deber ineludible el proporcionar y garantizar condiciones óptimas de trabajo para los empleados en general, ello teniendo en cuenta que este tipo de acciones se revierte en mejores desempeños, y mayor productividad.

Según la OIT, Cada día mueren personas a causa de accidentes laborales o enfermedades relacionadas con el trabajo – más de 2,78 millones de muertes por año. Además, anualmente ocurren unos 374 millones de lesiones relacionadas con el trabajo no mortales, que resultan en más de 4 días de absentismo laboral. El coste de esta adversidad diaria es enorme y la carga económica de las malas prácticas de seguridad y salud se estima en un 3,94 por ciento del Producto Interior Bruto global de cada año. (pág. 9)

En ese sentido la EPS EMDISALUD, a pesar de ser una empresa en la cual no se manejan niveles elevados de riesgos profesionales viene presentando entre sus trece trabajadores problemas asociados a situaciones riesgosas que adoptan los trabajadores de la empresa, las cuales se reflejan en que con el paso de las horas los trabajadores adopten diferentes posturas como la posición del troco en flexión anterior, no usan reposa pies, no usan pad mouse, en ocasiones están muy lejos o muy cerca de la pantalla del monitor, en relación al cuello adoptan posturas tales como extensión del mismo, inclinación lateral y rotación axial; en relación a brazos u hombros asumen posturas que influyen en aumentar el nivel de riesgo, tales como la abducción, la flexión, extensión, rotación externa, y la aducción; en cuanto a los codos, mantienen movimientos del mismo, tales como la flexión, la extensión, la pronación y la supinación; en cuanto a las muñecas asumen posturas tales como: la flexión, la extensión, la desviación radial y la desviación ulnar o cubital. además, se nota cierto “fastidio” o malestar ocupacional, por tanto cambian a menudo su posición, en sedestacion decúbito lateral, es decir, al implementar la ergonomía física, se demuestra una inadecuada, deficiente o inexistente educación postural, por lo cual se presenta el caso de tres trabajadores que según ellos tienen diagnosticado el síndrome del túnel del carpo lo que les ha ocasionado tener que ir donde el ortopedista, generándose en ellos algunas inasistencias notorias molestias en sus cotidianidad lo cual en ocasiones repercute en la atención que brindan ellos a los usuarios.

De otro lado el uso de equipos como: teclados, monitores y mobiliarios como; sillas, escritorios y traslados, ocasionan que los trabajadores de EMDISALUD EPS Sede tierralta, estén expuestos a dolores de espaldas, cuellos, inflamación de muñecas, brazos y piernas, convirtiéndose actualmente en un tema que obliga a los directivos de la empresa a diseñar y establecer mecanismos que permitan mitigar este tipo de afecciones, o trastornos musculo esqueléticos, permitiendo al trabajador mejores condiciones laborales, por ello se ha

identificado que en la empresa los trabajadores realizan sus jornadas laborales de manera ininterrumpida, sin pausas programadas o ejercicios compensatorios, a fin de evitar trastornos músculo-esqueléticos; Anteriormente las realizaban, sin embargo dejaron de hacerlo por exceso de trabajo o simplemente por no contar con un líder que los motivara; en un pasado se llegaron a hacer pausas activas por iniciativa de la ARL encargada de la salud ocupacional para ese entonces, algunos funcionarios llegaron hasta el municipio e indujeron varios colaboradores a que fuesen monitores y encargados de las pausas activas, a los cuales les capacitaron en ejercicios anti estrés y de relajación para propiciar mejor estar en los colaboradores de la organización, sin embargo estas se realizaron dentro de un determinado tiempo, más por ser el boom del momento que por una necesidad de prevención frente a patologías ocupacionales, pasado algunos meses cuando se les invitaba a participar de las pausas activas la mayoría se mostraban renuentes y sacaban muchas excusas caracterizadas por: tener mucho trabajo, desinterés porque “eso no conduce a nada”, “eso es una perdedera de tiempo”, entre otros, tiempo después ya nadie participaba de dichas pausas. En la actualidad no se realizan, tampoco la ARP en la cual están afiliados los trabajadores no realiza actividades en este sentido; solo se limita a programar una actividad por año de recreación ya sea con un humorista de la región o la proyección de películas recreativas más no la capacitación para la puesta en marcha de esta actividad al interior de la organización.

Para el año 2018 según la federación de aseguradoras colombianas “Fasecolda”, en el sector servicios sociales y de salud, que es donde se encuentra enmarcada EMDISALUD, hubo un total de 602.079, con un total de 39.190 accidentes, lo cual se constituyó en el 6,51 % de accidentalidad en solo este sector. Por otra parte, y atendiendo a la misma fuente de información se presenta las siguientes estadísticas:

Según safetya, han pasado 4 años desde que se expidió el Decreto 1443 de 2014 con el cual el Ministerio del Trabajo reglamentó el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el

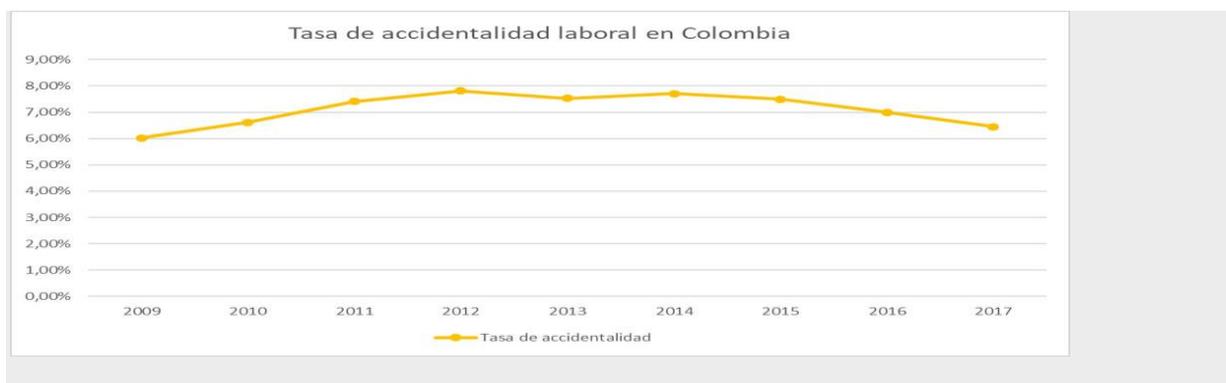
Trabajo, han pasado 3 años desde que se incrementaron las multas por incumplimiento de las normas en riesgo labores mediante el Decreto 472 de 2015. Hoy en día, ambos decretos se encuentran compilados en el Decreto 1072 de 2015, la pregunta es si estas normas han contribuido a disminuir los accidentes de trabajo en Colombia.

Tasa de accidentalidad histórica 2009 – 2017

En el año 2012, con la publicación de la Ley 1562 de 2012, se realiza el cambio del Programa de salud ocupacional al Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, en su artículo 1, establece:

«Programa de Salud Ocupacional: en lo sucesivo se entenderá como el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST. Este Sistema consiste en el desarrollo de un proceso lógico y por etapas, basado en la mejora continua y que incluye la política, la organización, la planificación, la aplicación, la evaluación, la auditoría y las acciones de mejora con el objetivo de anticipar, reconocer, evaluar y controlar los riesgos que puedan afectar la seguridad y salud en el trabajo».

Revisando las cifras de disminución de la tasa de accidentalidad, se puede generar la hipótesis de que las nuevas normas que regulan el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo están logrando los objetivos para los cuales fueron creados: disminuir los accidentes de trabajo en Colombia.



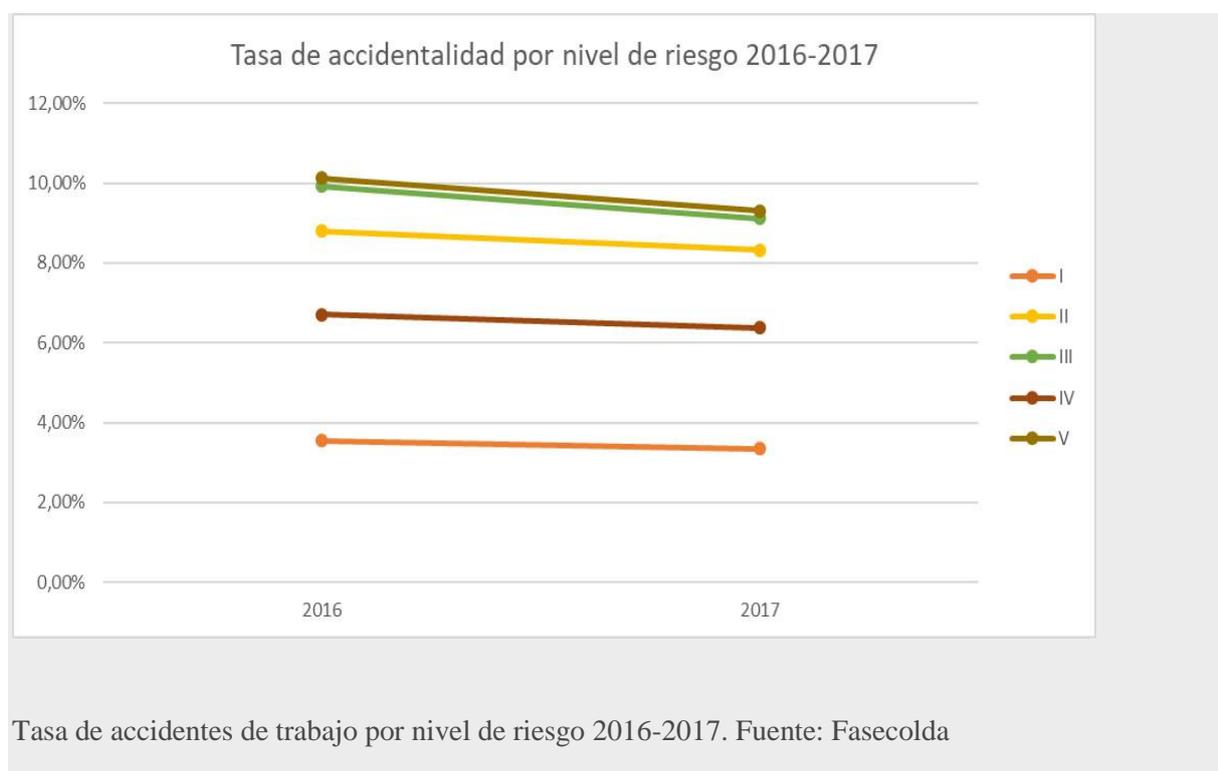
La siguiente tabla presenta la tasa de accidentes laborales en Colombia del año 2009 al año 2017. El lector podrá ver como la accidentalidad estaba en aumento en el periodo 2009 a 2012 y como después de la expedición del Decreto 1443 de 2014 comienza a disminuir la tasa de accidentalidad, llegando a un valor inferior al que se tenía en el año 2010, pero con un aumento del 50% de la población trabajadora.

AÑO	TRABAJADORES	ACCIDENTES	TASA DE ACCIDENTALIDAD
2009	6.700.837	403.519	6,02%
2010	6.813.659	450.564	6,61%
2011	7.499.489	555.479	7,41%
2012	8.430.797	659.170	7,82%
2013	8.271.917	622.486	7,53%
2014	8.936.933	688.942	7,71%
2015	9.656.829	723.836	7,50%

2016	10.039.529	701.696	6,99%
2017	10.237.811	660.110	6,45%

Accidentes por nivel de riesgo

En Colombia, las empresas se clasifican por nivel de riesgo el cual es un valor entre 1 y 5. A mayor riesgo, mayor es el valor de cotización que el empleador debe pagar a su Administradora de Riesgos Laborales. Las estadísticas de accidentalidad de los años 2016 y 2017 se presentan en el siguiente gráfico.



Los valores muestran que se presentó una reducción en la tasa de accidentalidad para todos los niveles de riesgo, sin embargo, sorprende que la tasa de accidentalidad de los empleadores con riesgo II y III se superior en ambos año que las empresas de riesgo V.

Tasa de accidentalidad por riesgo en el 2016

RIESGO	EMPLEADOS	ACCIDENTES	TASA DE ACCIDENTALIDAD
I	3.842.387	136.381	3,55%
II	1.371.005	120.524	8,79%
III	2.143.894	212.855	9,93%
IV	1.163.905	78.128	6,71%
V	1.518.308	153.797	10,13%

Tasa de accidentalidad por riesgo en el 2017

RIESGO	EMPLEADOS	ACCIDENTES	TASA DE ACCIDENTALIDAD
I	4.003.513	133.647	3,34%
II	1.442.485	119.951	8,32%

III	2.137.799	194.991	9,12%
IV	1.208.291	77.044	6,38%
V	1.445.651	134.477	9,30%

Accidentes de trabajo en Colombia por sector

En el año 2017 estuvieron afiliados a una Administradora de Riesgos Laborales 10.237.739 trabajadores. Durante el año 2017 se presentaron un total de 660.110 accidentes de trabajo en Colombia, lo cual genera una tasa de accidentalidad del 6.45%, es decir que por cada 100 trabajadores se presentan 6.45 accidentes. (pag, 1)

1.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo implementar estrategias que permitan mejorar las condiciones de higiene postural en los trabajadores de la EPS EMDISALUD, sede Tierralta? ¿Con el fin de prevenir enfermedades profesionales?

2. JUSTIFICACION

Durante los últimos años se ha incrementado por parte de las empresas la preocupación latente hacia el cuidado y protección de las condiciones laborales en que sus empleados realizan las jornadas de trabajo, ello debido a la alta accidentalidad que vienen padeciendo muchas empresas en diversos sectores, lo que se traduce en grandes sumas de dinero para indemnizaciones, gastos médicos, incapacidades y demás situaciones afines a la problemática de riesgos laborales, por otra parte, el uso prolongado de equipos tecnológicos y computacionales tales como teclados, monitores, impresoras, fotocopadoras y demás ocasionan que los trabajadores estén expuestos a dolores de espaldas, cuellos, inflamación de muñecas, brazos y piernas, convirtiéndose actualmente en un tema que obliga a las empresas o instituciones a diseñar y establecer mecanismos que permitan mitigar este tipo de afecciones, permitiendo al trabajador mejores condiciones de trabajo, por otra parte, la creciente demanda de problemas posturales generados al interior de las empresas e instituciones, hacen que se produzca un grave problema de salud con afectaciones notorias en el ambiente laboral, las cuales son atribuidas a las condiciones no favorables del trabajador, medios de producción y ambiente laboral, ya que no se utiliza una política empresarial que regule o establezca las posiciones que deben asumir los trabajadores en las empresas, dependiendo el rol que desarrollen.

“Los desórdenes músculos-esqueléticos se pueden agravar con el pasar del tiempo y, por tanto, se hacen más costosos en comparación con las lesiones que resultan de un suceso inesperado. Esto también significa que puede tomar un largo tiempo para que el trabajador regrese al trabajo, lo que resulta mayor pérdida de tiempo.

En el año 2000, durante el desarrollo del Congreso Mundial de Ergonomía, organizado en San Diego, California, en los Estados Unidos de América, por la International Ergonomics Association (IEA), se publicó la definición global de ergonomía: “Disciplina científica,

interesada en la comprensión de la interacción entre los seres humanos y los elementos de un sistema” (Bailón, 2017)

De otro lado, Las patologías asociadas a estos riesgos, frecuentemente son diagnosticadas en los trabajadores, constituyéndose ellas en una causa frecuente de ausentismo laboral y algunas de ellas de incapacidad permanente, parcial e incluso total de su trabajo, incrementando la concurrencia al centro médico de parte de los trabajadores, los gastos médicos, la desmotivación y en algunos casos la baja productividad empresarial, por ello este trabajo de investigación, busca promover el mejoramiento de las condiciones laborales de los trabajadores en lo concerniente a riesgos y posturas asumidas al interior de las empresas ya que, si se aplican las modificaciones que se propondrán, como la optimización de los procesos que la gente hace, el mobiliario que utilizan y el medio ambiente donde los usan buscando que coincidan con las limitaciones, capacidades y necesidades del trabajador, se puede prevenir o disminuir la aparición de los trastornos músculo-esqueléticos, por ello, esta investigación está encaminada a crear una guía ergonómica adecuada a las características encontradas en el lugar donde se implementa la investigación, que de aplicarse ayudará a reducir los esfuerzos físicos y prevenir posibles lesiones de los empleados durante el desempeño de sus labores y a aumentar la motivación lo cual resulta un efecto positivo en la productividad.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL.

Diseñar e implementar estrategias que permitan mejorar las condiciones de higiene postural en los trabajadores de la EPS EMDISALUD, sede Tierralta. Con el fin de prevenir enfermedades profesionales.

3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ✓ Determinar mediante la observación de campo no experimental en los trabajadores de EMDISALUD, las posturas ergonómicas durante su jornada laboral
- ✓ Identificar los factores de riesgo ergonómicos a los que se encuentran expuestos los trabajadores de la EPS, en procura de minimizar su incidencia en ellos
- ✓ Establecer mecanismos de control y prevención de riesgos ergonómicos en los trabajadores de EMDISALUD

4. ESTADO DEL ARTE

En el desarrollo de la investigación se realiza una revisión de estudios científicos, trabajos de grado, realizados por personas vinculadas a diferentes universidades e instituciones educativas del orden nacional e internacional, así como investigaciones y revistas, relacionados con la higiene y la seguridad industrial, los programas de vigilancia epidemiológica, los riesgos biomecánicos o ergonómicos y en general las enfermedades osteomuscular, presentes en los puestos de trabajo y en las actividades que desarrollan empleados de distintas industrias, donde además se revisa el efecto que estas enfermedades generan dentro de las empresas y en la vida de quienes las padecen

Para Rafael Emiro García Romero, Flor Carlina Carmona Martínez y Liliana Stella Rodríguez Tovar en su trabajo de grado: “IDENTIFICACIÓN DE LA PREVALENCIA DE DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS (DME) EN LA POBLACIÓN TRABAJADORA DE LA EMPRESA SUMINTEGRAL MONTERÍA” Las alteraciones osteomuscular constituyen una de las principales causas de baja laboral, y al agrupar los diagnósticos por sistemas afectados, son la mayor causa de consultas médicas en personas laboralmente activas, con tendencia continua a incrementarse. (García, 2018)

Por otra parte, Tolosa-Guzmán, en su trabajo RIESGOS BIOMECÁNICOS ASOCIADOS AL DESORDEN MÚSCULO ESQUELÉTICO EN PACIENTES DEL RÉGIMEN CONTRIBUTIVO QUE CONSULTAN A UN CENTRO AMBULATORIO EN MADRID, CUNDINAMARCA, COLOMBIA, plantea: “Los Desórdenes Músculo Esqueléticos (DME) incluyen una amplia gama de condiciones inflamatorias y degenerativas que afectan a músculos, huesos, nervios, tendones, ligamentos, articulaciones, cartílagos y discos de la columna vertebral. Estos pueden ser de tipo agudo o crónico, local o difuso, los cuales pueden producir a largo tiempo en los trabajadores problemas de ausentismo laboral, como lo

reportan los datos de 2013 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) que refiere que los DME representan el 59% de todas las enfermedades profesionales en el ámbito mundial”. (Tolosa - Guzman, 2015)

Por su parte, Guerrero Ruiz Cecilia Inés, Navarro Palencia María Del Carmen, Urrea Gazabon Sandra Paola, Díaz Villafañe Jinneth Johana, González Monterrosa Ana Isabel y Lugo Hernández Emily Andrea en su trabajo de grado “IDENTIFICACION DE PREVALENCIA DE DESORDENES MUSCULO ESQUELETICOS DE LOS TRABAJADORES DEL AREA ADMINISTRATIVA DEL HOSPITAL LOCAL DE SAN ONOFRE” sostienen: Los desórdenes musculo esqueléticos son causados por trabajos fatigantes que implican posturas prolongadas, mantenidas y forzadas; en los que influyen en gran medida las condiciones de trabajo y el ambiente laboral. En la actualidad se ha establecido que los factores de riesgos biomecánicos ocasionan alteraciones en la salud de los trabajadores incrementando los índices de accidentalidad, enfermedad y ausentismo (Guerrero, 2018), posteriormente, en otro de sus apartes continua diciendo: Los principales factores de riesgos biomecánicos identificados por la matriz de riesgo fueron los movimientos repetitivos, adopción de posturas prolongadas y forzadas que producen cansancio, tal como lo refirió la primera Encuesta Nacional de Condiciones de Salud y de Trabajo, realizada en 2007 que evidenció, que los factores de riesgo laborales más frecuentemente reportados por los trabajadores en todas las actividades económicas, son las: Posiciones que pueden producir cansancio o dolor (72.5%), Movimientos Repetitivos (84.5%), Oficios con las mismas posturas (80.2%), Levantamiento y/o movilización de cargas sin ayudas mecánicas (41.2%), todas ellas relacionadas con los diagnósticos de desórdenes músculo esqueléticos. (Ministerio protección social, 2007). Resultados que no difieren de los hallazgos presentados por Melhorn, (2007) donde se evidencian cinco factores relacionados con el trabajo y los DME,

entre los que se encuentran el trabajo físico pesado, levantamientos de cargas, posturas forzadas o incómodas, postura estática.

Por su parte, Gina Fernández en el trabajo de grado “EVALUACIÓN DE LOS REQUISITOS ERGONÓMICOS DE LOS PUESTOS DE TRABAJO DE EMPLEADOS ADMINISTRATIVOS QUE EJECUTAN TRABAJO CON VIDEO TERMINALES 21 EN LA EMPRESA HCT SA, BAJO LA NTC 5831” realizado para la UECCI en Bogotá, Colombia, se puede concluir que toda actividad laboral tiene riesgos implícitos, los cuales se ven potencializados cuando un trabajador realiza la misma actividad durante periodos de tiempo prolongados. (Fernandez, 2016)

Por su lado, Sergio Arce García en su ponencia “GESTIÓN ESTRATÉGICA EN LA IMPLEMENTACIÓN DEL SGSST Y LA INTEGRACIÓN A LAS TIC” presentada en el Seminario internacional de Gestión Organizacional en la UECCI en Bogotá, Colombia, indicó que con la entrada en vigencia del Decreto Único 1072 de 2015, en Colombia el estado introdujo el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST en todas las empresas, buscando prevenir la aparición de enfermedades laborales, incidentes o accidentes, a la vez que promueve la productividad, y parte de la primicia de que “un trabajador seguro es más eficiente”, por esto definió una serie de requisitos legales y pasos a seguir, que le permiten a todas las empresas evaluar cómo están en temas de Seguridad y Salud en el Trabajo. (Arce, 2016)

Por otra parte, Cristina Restrepo en su monografía “IMPLEMENTACIÓN DE UN MODELO DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA OCUPACIONAL PARA LA INTERVENCIÓN REQUERIDA DE DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS EN TRABAJADORES QUE UTILIZAN COMPUTADOR EN UNA INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LA CIUDAD DE POPAYÁN” realizada para la Universidad Autónoma de Occidente, en

Santiago de Cali, Colombia, sostiene que la vigilancia de la salud de los trabajadores es una guía que ayuda a identificar dónde se están presentando las enfermedades laborales, qué tan frecuentes son, si están en aumento o disminución, y si los esfuerzos preventivos funcionan (Restrepo, 2013)

Por su parte Adriana Paola Rincones Ortiz y Edwin Castro Calderón en su investigación “PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS DE ORIGEN LABORAL EN COLOMBIA: UN ESTUDIO DE FUTURO PARA EL AÑO 2025”, realizada para la Universidad del Rosario en Bogotá, Colombia, manifiestan que en la actualidad, la prevención en riesgos laborales ha generado el desarrollo de una industria que gira en torno a los métodos, procedimientos y estándares funcionales para la investigación, educación, prevención y control de los procesos productivos. Sin embargo, estas estrategias limitan el desarrollo de programas de intervención clínica, e implementación de programas de vigilancia epidemiológica. (Rincones, 2016)

Por otro lado, y en relación a la gestión de riesgos laborales Cindy María Salgado Quiroz, Angie Carolina Támara Adechine y Emily Lugo Hernández. En su trabajo de grado VALORACIÓN DE RIESGOS Y PELIGROS LABORALES EN LOS TRABAJADORES DEL RESTAURANTE RANCHO GRANDE EN SINCELEJO – SUCRE plantean: “La gestión del Riesgo es entendida como esa posibilidad de que un evento inesperado se afecte a la organización, influyendo negativamente o impidiendo que las actividades se realicen de acuerdo a lo planeado; la globalización y las nuevas tendencias del mercado exigen a las empresas que los puestos de trabajo cuenten con herramientas y estrategias frente a situaciones de peligro aunque el potencial de daño y la probabilidad de materializarse varíen según las condiciones particulares, tener asegurados a sus colaboradores y prevenir cualquier tipo de peligros es necesario para la sostenibilidad de las empresas”. (Salgado, 2018).

Por su parte, Andrés Palomino González, Yackeline Pérez Mora y Luisa Fernanda Berastegui García en su trabajo titulado **SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO, UNA PERSPECTIVA EMPRESARIAL EN SERVIGENERALES S.A. E.S.P** sostienen: Las condiciones de salud y seguridad en el trabajo en cualquier organización, son el insumo base para la implementación de futuros controles de riesgos y posterior análisis de ausentismo laboral en las grandes, medianas o pequeñas empresas. (Palomino, 2018) En otro de sus apartes plantea: El Ministerio del Trabajo (2012), sostiene que en toda actividad laboral o en cualquier medio donde el trabajador desempeña su rol, es posible contraer una enfermedad laboral como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a dicha actividad o al medio en el que el trabajador se ha visto obligado a trabajar.

Por su parte Molano, J. En el trabajo **DE LA SALUD OCUPACIONAL A LA GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO: MÁS QUE SEMÁNTICA, UNA TRANSFORMACIÓN DEL SISTEMA GENERAL DE RIESGOS LABORALES**. Se refiere a “los riesgos - incluidos los de salud y seguridad en el trabajo - afectan la capacidad de ejecución de la organización y por ende sus resultados esperados. Como se puede apreciar, la verdadera gestión de seguridad y salud en el trabajo implica un convencimiento desde la dirección de la organización, así como la comprensión de la rentabilidad económica y social que implica la concepción de sistemas de trabajo sostenibles tanto desde el punto de vista humano como productivo”. (Molano, 2018)

En el ámbito internacional es importante la revisión de trabajos y teorías relacionadas con el tema objeto de la investigación así:

Henk Van Der Molen, Susan Stocks y Monique Frings-Dresen, en su investigación “**EXPLORACIÓN DE DISEÑOS DE ESTUDIO PARA LA EVALUACIÓN DE INTERVENCIONES DESTINADAS A REDUCIR ENFERMEDADES Y LESIONES**

OCUPACIONALES” realizada para el Instituto Coronel de Salud Ocupacional y el Centro Médico Académico de la Universidad de Ámsterdam, manifiestan que las enfermedades ocupacionales pueden evitarse mediante actividades de control en los sitios de trabajo. Sin embargo, indican que la mayor parte de estas medidas no se evalúan por barreras metodológicas, prácticas u organizacionales, que a su vez disminuyen la posibilidad de evaluar las intervenciones a nivel de la empresa, la industria o el país; y que para superarlas se requiere de un diseño de estudio óptimo que tenga en cuenta el contexto de la población trabajadora, la aplicación de la intervención y la frecuencia esperada de la enfermedad. (Van der Molen, 2016)

Badley EM, Rasooly I, Webster GK **IMPORTANCIA RELATIVA DE LOS TRASTORNOS MUSCULO ESQUELÉTICOS COMO CAUSA DE PROBLEMAS DE SALUD CRÓNICOS, DISCAPACIDAD Y UTILIZACIÓN DE LA ASISTENCIA SANITARIA** “Los trastornos musculo esqueléticos tienen un papel importante en el perfil de salud de la población. Esta alta carga de enfermedad se debe considerar al planificar los servicios de atención médica y establecer las prioridades de investigación” (Badley, 1994)

Por otro lado, Shengli Niu, autor del artículo "**ERGONOMÍA Y SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO: UNA PERSPECTIVA DE LA OIT**”, realizado para el Programa sobre seguridad y salud en el trabajo y el medio ambiente de la OIT en Suiza, manifiesta que los problemas ergonómicos, ambientales, psicosociales y la mala organización del trabajo, forman parte de los factores de riesgo que generan trastornos musculo esqueléticos en los trabajadores, y se pueden evitar o eliminar cuando se retira al individuo del trabajo, se le da oportunidad de descansar o se le mejoran las condiciones de trabajo. (Niu, 2010)

Por su parte Yves Roquelaure, comparte ideas con Niu, y por su parte, en su investigación “PROMOVER UNA REPRESENTACIÓN COMPARATIVA DE LAS ACTIVIDADES DE LOS TRABAJADORES PARA MEJORAR LA PREVENCIÓN INTEGRADA DE LOS TRASTORNOS MUSCULO ESQUELÉTICOS RELACIONADOS CON EL TRABAJO” realizada para la Universidad de Angers en Francia, indicó que la prevención de las enfermedades musculo esqueléticas vinculadas con el trabajo, es un desafío por la complejidad de sus determinantes, y sugiere ampliar el alcance de la evaluación a cada uno de los factores de riesgo mencionados por Niu, con el fin de identificar las diversas limitaciones y los factores de riesgo "macro ergonómicos" más generales. (Yves, 2016)

Finalmente, Para Kiook Baek, Seonhee Yang, Miyoung Lee y Insung Chung, en su investigación “ASOCIACIÓN DE FACTORES PSICOSOCIALES EN EL LUGAR DE TRABAJO Y DOLOR MUSCULO ESQUELÉTICO ENTRE TRABAJADORES EMOCIONALES COREANOS”, realizada para la Escuela de Medicina de la Universidad de Keimyung, Daegu, República de Corea, muchos estudios realizados sobre los efectos psicológicos y físicos del trabajo emocional, han permitido descubrir que los trabajadores emocionales son más indefensos frente a las enfermedades musculo esqueléticas, ya que los factores psicosociales pueden generarles respuestas de estrés y estímulos que producen dolores por cambios en la postura laboral. (Kiook Baek, 2018)

4.1 MARCO TEORICO

La preocupación por la actitud de la postura y por la higiene corporal se ha venido incrementando en las empresas e instituciones que requieren en sus procesos de producción que los trabajadores realicen prácticas repetitivas en tiempos determinados, sin embargo desde tiempos inmemorables se viene estudiando este factor, por ello se ha venido trabajando, al respecto “los bonzos (sacerdotes y médicos), ofrecían tratamiento terapéutico que corregían las malas actitudes posturales, utilizando el “Kong Fu” libro de trabajo con el cuerpo; 2700 a.c, para ayudar a mantener el equilibrio corporal y psíquico (Jose, 2000) ello quiere decir que desde la antigüedad existía una preocupación latente por buscar el equilibrio entre lo físico y lo psicológico, por ello, esta práctica de la meditación utilizando ejercicios corporales viene desde el lejano oriente y se sigue implementando aun en muchas partes, puesto que un elevado número de personas realizan prácticas de meditación al estilo yoga, la cual se basa en la relajación del cuerpo mediante diversos ejercicios, posterior a ello y durante muchísimos años después se desarrollan prácticas para corregir las malas posturas o los vicios corporales mediante la implementación de ejercicios físicos y corporales, esta práctica se sigue implementando aun en la actualidad por un gran número de personas que ven en el ejercicio físico la manera como relajarse del estrés laboral, de las fatigas y de muchos males asociados a las actividades laborales. Todas estas consideraciones hacen pensar que el ser humano desde tiempos antiquísimos viene preocupado por asegurar unas condiciones mínimas de seguridad laboral y de prevención de accidentalidad en los sitios de labores, por otra parte, mirando los porcentajes de crecimiento industrial que según la ANDI, en el documento balance y perspectivas 2018, En materia de crecimiento, los resultados a nivel global para los años 2017, 2018, y 2019 son muy similares, con una tasa de 3.7% anual prevista para los tres períodos. Incluso, grandes clasificaciones por países conservan niveles similares: las economías desarrolladas crecen a tasas ligeramente por encima del 2%, las economías

emergentes en Asia a tasas superiores al 6% y América Latina lentamente se acerca al 2%. Sin embargo, al interior de cada una de estas categorías hay importantes diferencias. En las economías desarrolladas, Estados Unidos se recupera en 2018 al pasar de 2.2% a 2.9%. La zona europea se desacelera como resultado de las dificultades internas de algunos países, la baja dinámica del comercio internacional y la incertidumbre global generada por la guerra comercial y la negociación alrededor del Brexit, entre otros factores. En las economías emergentes, China se aleja de las tasas cercanas o superiores al 7% que caracterizaron a esta nación durante muchas décadas, al registrar una evidente desaceleración pasando de 6.9% en 2017, a 6.2% previsto para 2019. Contrasta con lo anterior, la situación de India que aumenta su crecimiento de 6.7% a 7.4%, mientras es evidente un agresivo ánimo expansionista en América Latina que debe llamar la atención de todos. América Latina por su parte, luego de la recesión que registró durante los años 2015 y 2016, logra una tasa positiva de 1,3% en 2017. Para 2018 la región no logra superar este nivel y crece 1,2%. Solamente hacia 2019 se podría pensar en una tasa que se acerque al 2% (pag, 2) por ello hoy día, aprovechando los niveles de crecimiento, se ha iniciado con la estructuración de un nuevo sistema de seguridad y prevención de accidentes y riesgos laborales, y es deber de los mismos trabajadores velar por el cumplimiento de esas condiciones mínimas en sus sitios de labores, de otra parte, es muy importante la implementación de las normas y leyes contempladas en el sistema de seguridad en salud, puesto que ello significa para los trabajadores una reducción en la accidentalidad y el riesgo de enfermedades laborales y para los patronos significa la reducción de gastos en incapacidades parciales totales o permanentes, lo que hasta hace poco se constituía en un desangre económico para muchas empresas.

Por otra parte, el identificar y controlar los riesgos, que se presentan en una empresa o institución permite reducir accidentes laborales, y establecer, documentar e implementar acciones correctivas. Para ello se debe llevar a cabo un diagnóstico inicial de los peligros y riesgos dentro de los distintos procesos de la organización y determinar aquello que puede favorecer su control, para luego llevarlo a la práctica diaria; además, es necesario que este conjunto de procedimientos sea repetitivo y constante, teniendo como documento guía la GTC45/2012 para la identificación de los peligros y la valoración de los riesgos en seguridad y salud en el trabajo. (tecnicas-ICONTEC, 2010)

Por todo lo anterior, Es importante destacar que dentro de las enfermedades asociadas a patologías laborales las más frecuentes y que ocasionan un elevado número de inasistencias en los trabajadores, incapacidades e incluso indemnizaciones son:

Síndrome de manguito rotador Es una patología por sobreuso que provoca dolor y discapacidad en el hombro y parte superior del brazo, es causada por la utilización del hombro y brazo en tareas que son repetitivas y que con frecuencia incluyen movimientos del brazo por encima del plano del hombro

Tendinitis del bíceps Es la inflamación de uno o los dos tendones (largo y corto) del bíceps braquial.

Epicondilitis lateral y medial La Epicondilitis lateral es una inflamación de las inserciones musculares en el epicóndilo. Es una variedad de tendinitis que también se conoce como "codo de tenista" es el término que se utiliza cuando las inserciones musculares en la parte lateral del codo están inflamadas. La Epicondilitis medial, epitrocleítis o "codo de golfista" hace referencia a la inflamación de las inserciones musculares en la cara interna del codo.

Tenosinovitis de Quervain La Tenosinovitis de Quervain es una de las más frecuentes y consiste en la inflamación de los tendones a nivel de la muñeca en la base del pulgar, provocando que la movilidad de la muñeca y el pulgar resulte dolorosa.

Síndrome del Túnel del Carpo Es una patología originada por una presión producida por la inflamación del ligamento anular del carpo sobre el nervio mediano a nivel de la muñeca. Esto provoca síntomas como adormecimiento y hormigueos en la mano (especialmente en los dedos pulgar, índice, corazón y mitad del anular).

Dolor en espalda El dolor de espalda es el producto de lesiones y mala higiene postural durante días, meses o años. El dolor es una señal de alarma y su función es proteger nuestro cuerpo.

El dolor de cuello y espalda puede darse por:

- a) posturas inadecuadas,
- b) actividades corporales,
- c) colchones defectuosos,
- d) movimientos inadecuados,

El dolor de espalda se clasifica dependiendo la zona afectada en

- a) cervicalgia: es el dolor que aparece en la zona cervical o cuello,
- b) dorsalgia: es el dolor que se presenta en la zona dorsal de la espalda (espalda alta y media),
- c) Lumbalgia: es el dolor que se sitúa en la zona lumbar y en ocasiones alcanza a comprometer la región sacra lo cual se denomina dolor lumbosacro.

Por otra parte, es importante destacar la implementación de la matriz IPVR GTC 45, Aplicada a la empresa EMDISALUD, la cual permite evaluar los riesgos en relación a trabajadores y personal directivo, así como también a usuarios de la misma

A continuación, se muestra la identificación de los factores de riesgos ocupacionales que tienen incidencia de salud y seguridad en los trabajadores de la EPS EMDISALUD, según la priorización realizada en la Matriz de identificación de peligros, evaluación y valoración de riesgos, elaborada según la metodología establecida por la GTC-45.

4.1.1 MATRIZ IPVR GTC 45 APLICADA A LA EPS EMDISALUD

EMPRESA: EMPRESA MUTUAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA SALUD. EMDISALUD E.P.S. SEDE TIERRALTA								
MATRIZ REALIZADA POR: MISAEL JIMENEZ CORREA.								
NOTA: se priorizan los riesgos inicialmente por la interpretación del nivel de probabilidad y posteriormente por el número de expuestos al factor de riesgo								
PRIORIZACION DE RIESGOS SISO			PERSONAL EXPUESTO					
			AREAS					
CLASIFICACION	DESCRIPCION	NIVEL DE PROBABILIDAD	ADMINISTRATIVO	OPERATIVA	COMERCIAL	VENTAS	VISITAS	TOTAL
PSICOSOCIAL	CONDICIONES DE LA TAREA (CARGA MENTAL)	MEDIO	1	12	0	0	80	93
BIOMECANICO	MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS	ALTO	0	2	0	0	0	2
BIOMECANICO	Postura prologada (sedente)	ALTO		10				10
ERGONOMICO	Carga Estática (Diseño del puesto de trabajo)	MUY ALTO	0	0	0	0	0	0
ERGONOMICO	Carga Dinámica (esfuerzos por desplazamientos con carga)	MUY ALTO	0	2	0	0	0	2
PSICOSOCIAL	Organización del tiempo de trabajo	MUY ALTO	0	0	0	0	0	0
PSICOSOCIAL	Contenido de la Tarea	MUY ALTO	0	0	0	0	0	0
ERGONOMICO	Sedestacion Prolongada	ALTO	1	10	0	0	0	11
MECANICOS	Herramientas Manuales	ALTO						0
LOCATIVOS	Orden y Aseo	BAJO	1	12	0	0	0	13
LOCATIVOS	Almacenamiento	ALTO	0	0	0	0	0	0
BIOMECANICO	Movimiento repetitivo	MEDIO	0	10	0	0	0	10
PSICOSOCIAL	Relaciones Humanas	MEDIO	1	12	0	0	0	13
FISICOS	calor	MEDIO	1	12	0	0	0	13
FISICOS	Radiación No Ionizante (sol)	MEDIO	0	0	0	0	0	0
LOCATIVOS	Pisos y Escaleras	MEDIO	0	0	0	0	0	0
ERGONOMICO	Carga Estática (Movimientos repetitivos - teclado)	MEDIO	1	12	0	0	0	13
ERGONOMICO	Carga Postural Estática (Posturas inadecuadas)	MEDIO	1	12	0	0	0	13
SOCIAL	Orden Publico	BAJO	1	12	0	0	0	13
FISICOS	Iluminación	BAJO	1	12	0	0		13
ELECTRICOS	Baja Tensión	BAJO	1	12	0	0	0	13

SEDE TIERRALTA

MATRIZ REALIZADA POR: MISAEEL
JIMENEZ CORREA.

NOTA: Se priorizan los riesgos inicialmente por la interpretación del nivel de probabilidad y posteriormente por el número de expuestos al factor de riesgo

PRIORIZACION DE RIESGOS SISO

PERSONAL EXPUESTO

AREAS

CLASIFICACION	DESCRIPCION	NIVEL DE PROBABILIDAD	ADMINISTRATIVO	OPERATIVA	COMERCIAL	VENTAS	VISITANTES	TOTAL
PSICOSOCIAL	CONDICIONES DE LA TAREA (CARGA MENTAL)	MEDIO	1	12	0	0	80	93
BIOMECANICO	MANIPULACION MANUAL DE CARGAS	ALTO	0	2	0	0	0	2
BIOMECANICO	Postura prologada (sedente)	ALTO		10				10
ERGONOMICO	Carga Estática (Diseño del puesto de trabajo)	MUY ALTO	0	0	0	0	0	0
ERGONOMICO	Carga Dinámica (esfuerzos por desplazamientos con carga)	MUY ALTO	0	2	0	0	0	2
PSICOSOCIAL	Organización del tiempo de trabajo	MUY ALTO	0	0	0	0	0	0
PSICOSOCIAL	Contenido de la Tarea	MUY ALTO	0	0	0	0	0	0
ERGONOMICO	Sedestacion Prolongada	ALTO	1	10	0	0	0	11
MECANICOS	Herramientas Manuales	ALTO						0
LOCATIVOS	Orden y Aseo	BAJO	1	12	0	0	0	13
LOCATIVOS	Almacenamiento	ALTO	0	0	0	0	0	0
BIOMECANICO	Movimiento repetitivo	MEDIO	0	10	0	0	0	10
PSICOSOCIAL	Relaciones Humanas	MEDIO	1	12	0	0	0	13

FISICOS	calor	MEDIO	1	12	0	0	0	13
FISICOS	Radiación No Ionizante (sol)	MEDIO	0	0	0	0	0	0
LOCATIVOS	Pisos y Escaleras	MEDIO	0	0	0	0	0	0
ERGONOMICO	Carga Estática (Movimientos repetitivos - teclado)	MEDIO	1	12	0	0	0	13
ERGONOMICO	Carga Postural Estática (Posturas inadecuadas)	MEDIO	1	12	0	0	0	13
SOCIAL	Orden Publico	BAJO	1	12	0	0	0	13
FISICOS	Iluminación	BAJO	1	12	0	0		13
ELECTRICOS	Baja Tensión	BAJO	1	12	0	0	0	13

4.2 MARCO CONCEPTUAL

En el desarrollo de la investigación se destacan una serie de conceptos de mucha relevancia, por ello se exponen seguidamente

“**ERGONOMÍA:** según Wikipedia La ergonomía es la disciplina que se encarga del diseño de lugares de trabajo, herramientas y tareas, de modo que coincidan con las características fisiológicas, anatómicas, psicológicas y las capacidades de los trabajadores que se verán involucrados. Busca la optimización de los tres elementos del sistema (humano-máquina-ambiente), para lo cual elabora métodos de la persona, de la técnica y de la organización.

TIPOS DE ERGONOMÍA

Tipos de ergonomía La ergonomía es una disciplina diversa, que trata con diferentes aspectos de la realidad y la relación u adecuación persona-producto-entorno. Esta amplia diversidad hace que se puedan valorar la existencia de diversos tipos de ergonomía. Si bien existen muchas más, las cuatro más conocidas son las siguientes.

Ergonomía física Cuando se habla de ergonomía la mayor parte de las personas imagina la adecuación física del entorno o de los productos. Es la que se encarga de valorar el material de trabajo, la postura corporal durante el horario de trabajo o los espacios de cara a evitar la aparición de problemas físicos o facilitar el desempeño en el trabajo, teniendo especialmente en cuenta el factor fisiológico/mecánico.

Ergonomía cognitiva Este tipo de ergonomía es muy diferente del anterior, estando centrado en las implicaciones y la adecuación del puesto o producto a las capacidades y necesidades psicológicas del sujeto.

Estamos hablando de aspectos como la gestión del estrés y la presencia de dispositivos o servicios para reducirlo, la carga de trabajo, el tratamiento del impacto emocional de algunos

puestos (por ejemplo el cirujano del ejemplo inicial) o la interacción entre los materiales y las capacidades cognitivas del sujeto.

Ergonomía organizacional En este caso estamos ante un tipo de ergonomía centrado no ya en la relación entre sujeto-puesto de trabajo sino en la relación sujeto-institución. En este sentido se analiza el qué actividades lleva a cabo cada uno, la gestión de los recursos humanos o la comunicación interna de la empresa.

Ergonomía ambiental Dedicada a la evaluación y asignación de espacios, valora elementos como el ruido o el nivel de luminosidad o temperatura que pueden afectar al sujeto.

Ámbitos de la ergonomía

El diseño de productos

La ergonomía es un factor muy importante al diseñar un producto, ya que será ésta la que asegure la usabilidad del mismo. Al desarrollar un producto con el apoyo de la ergonomía se consigue:

Facilidad de mantenimiento: se facilita la limpieza, se evita la acumulación de suciedad, se reducen las partes con fricción y se facilita la lubricación.

Facilidad de asimilación: se disminuye la curva de aprendizaje, es decir, se hace una menor demanda de las habilidades previas del usuario. Exige un menor esfuerzo, un menor número de movimientos y se reducen los alcances.

Habitabilidad: se establecen condiciones de confort se eliminan los daños directos inmediatos que pueda sufrir el usuario y se eliminan o reducen los factores de riesgo.

Diseño de puestos de trabajo

Su aplicación al ámbito laboral ha sido tradicionalmente el más frecuente; aunque también está muy presente en el diseño de productos y en ámbitos relacionados como la actividad del hogar, el ocio o el deporte. El diseño y adaptación de productos y entornos para personas con limitaciones funcionales (personas mayores, personas con discapacidad, etc.) es también otro ámbito de actuación de la ergonomía.

Todo diseño ergonómico ha de considerar los objetivos de la organización, teniendo en cuenta aspectos como la producción, eficiencia, productividad, rentabilidad, innovación y calidad en el servicio.

Ergonomía del producto

El objetivo de este ámbito son los consumidores, usuarios y las características del contexto en el cual el producto es usado. El estudio de los factores ergonómicos en los productos, busca crear o adaptar productos y elementos de uso cotidiano o específico de manera que se adapten a las características de las personas que los van a usar. Es decir, la ergonomía es transversal, pero no a todos los productos, sino a los usuarios de dicho producto.

El diseño ergonómico de productos, trata de buscar que estos sean: eficientes en su uso, seguros, que contribuyan a mejorar la productividad, sin generar patologías en el humano, que en la configuración de su forma indiquen su modo de uso y características de uso.

Para lograr estos objetivos, la ergonomía utiliza diferentes técnicas en las fases de planificación, diseño y evaluación. Algunas de esas técnicas son: análisis funcionales, biomecánicos, datos antropométricos del segmento de usuarios objetivo del diseño, ergonomía cognitiva y análisis de los comportamientos fisiológicos de los segmentos del cuerpo comprometidos en el uso del producto.

En sentido estricto, ningún objeto es ergonómico por sí mismo, ya que la calidad de tal, depende de la interacción con el individuo. No bastan las características del objeto.

EFECTOS DE LA ERGONOMÍA:

La ergonomía puede ayudar a mejorar las condiciones de trabajo, y de esta manera se propicie el mejoramiento de la salud. Las mejoras ergonómicas reducirían las demandas físicas del trabajo dando como resultado menos lesiones o dolencias relacionadas con el trabajo. Otro efecto beneficioso de la ergonomía sería, el mejorar el diseño del entorno laboral, con lo cual, se conseguiría incrementar la eficiencia y la productividad.

Molestias Falta de comodidad para los libres movimientos del cuerpo, es la presencia de fatiga, fastidios que no permiten realizar las actividades con regularidad.

Lesiones musculo esqueléticas (LMS) Estos trastornos por lo general son de carácter crónico, porque se desarrollan durante largos periodos de malestar y dolor, de ahí la dificultad para su identificación y relación con los factores laborales causantes así, como para su registro como enfermedades profesionales. La importancia de la evaluación de un puesto de trabajo es para prevenir los trastornos músculo-esqueléticos (TME), por medio del análisis de factores de riesgo, que deben ser considerados en una ambiente laboral (movimientos repetitivos, levantamientos de carga, mantenimiento de posturas forzadas, posturas estáticas, exigencia mental, monotonía, vibraciones, condiciones ambientales, etc.). En las LMS encontramos una serie de alteraciones que se presentan en los músculos como mialgias, calambres, contracturas y rotura de fibras; en los tendones y ligamentos como tendinitis, sinovitis, tenosinovitis, roturas, esguinces y gangliones; en las articulaciones: las artrosis, artritis, hernias discales y bursitis, además de los atrapamientos y estiramientos de los nervios y los trastornos vasculares.

Higiene postural La higiene postural es el conjunto de normas, cuyo objetivo es mantener la correcta posición del cuerpo, en quietud o en movimiento y así evitar posibles lesiones aprendiendo a proteger principalmente la columna vertebral, al realizar las actividades diarias,

evitando que se presenten dolores y disminuyendo el riesgo de lesiones. Al aprender a realizar los esfuerzos de la vida cotidiana de la forma más adecuada se disminuirá el riesgo de sufrir de dolores de espalda.

El análisis de la Higiene Postural requiere el conocimiento del entorno para mantener posturas de trabajo adecuadas y tener en cuenta que el mobiliario y condiciones en las que nos movemos estén adaptados a las características particulares (diseño de puestos de trabajo, iluminación, exigencias de las actividades, entre otras)

factor de riesgo ergonómico Es un conjunto de atributos o elementos de una tarea, proceso u operación que aumenten la posibilidad que un individuo o usuario, expuesto a ellos, desarrolle una lesión, principalmente del tipo músculo-esquelético, accidentes de trabajo o errores humanos. Aquí están presentes: fuerza (sobre carga física), malas posturas, trabajos o actividades repetitivas.

Postura: En lo relativo al cuerpo humano, es la posición adoptada por una persona en la cual interactúa su sistema musculo esquelético, así como también la parte psicológica, en ella es notoria además la interacción todos los sistemas del cuerpo humano.

TIPOS DE POSTURAS

Según la actividad muscular

Posturas inactivas: Son aquellas en las cuales el trabajador asume una actitud de reposo o relajación, en donde hay una inexistencia de actividad física y en la cual el sistema muscular se encuentra en total reposo.

Posturas activas: En este tipo de posturas es evidente la acción musculo esquelética, pueden ser estáticas o dinámicas. Posturas estáticas: el tipo constante de posturas se mantiene por la interacción de grupos musculares que actúan más o menos estáticamente, para estabilizar las

articulaciones, y en oposición con la gravedad y otras fuerzas. En las posturas erectas, conservan el estado de equilibrio. Posturas dinámicas: estos tipos de posturas activas se requieren para construir la base fundamental para el movimiento. El tipo de postura se modifica y ajusta constantemente para adaptarse a las diversas circunstancias que se producen como resultado del movimiento.

Según criterios mecánicos:

La postura adecuada (ideal) Es aquella en la cual existe una complementación entre la parte física y psicológica para la realización de una actividad sin la existencia de riesgos en contra de la salud de la persona que desarrolla dicha actividad, por ello debe existir también una complementación de la parte humana con las herramientas o maquinarias requeridas para la realización de la acción.

La postura inadecuada (Idea) Es aquella en la que existe algún tipo de comodidad para la persona que desarrolla la acción, pero con riesgos latentes de afecciones musculoesqueléticas que pueden ser a futuro o en el desarrollo mismo de dicha actividad.

4.3 MARCO LEGAL

El presente estudio se fundamenta en la normatividad que para tal fin está establecida actualmente en la jurisprudencia colombiana, en este orden de ideas se resumen así:

La Ley novena de 1979 establece el Marco de la salud ocupacional en Colombia en su capítulo III referente a la salud ocupacional. (Republica, 1979)

Por otra parte la **RESOLUCIÓN 2400 DE 1979** establece también normas claras relacionadas con la prevención de accidentes y enfermedades profesionales así como las obligaciones de los patronos. (social, 1979)

De otro lado, el **DECRETO 614 DE 1984** (14 de marzo) Por el cual se determinan las bases para la organización y administración de Salud Ocupacional en el país.. (republica, 1984)

Finalmente la **LEY 100 DE 1993** (Diciembre 23) “Por la cual se crea el sistema de seguridad social integral y se dictan otras disposiciones”

(congreso, 1993)

El Artículo 36 de la Ley 29783 de Seguridad y Salud en el Trabajo, se define como la estructura organizacional de las empresas de carácter productivo o de servicios, que tiene como objetivos la promoción, prevención y vigilancia en materia de seguridad, salud, condiciones y medio ambiente de trabajo, para proteger los derechos humanos a la vida, a la salud e integridad personal de los trabajadores y las trabajadoras (Republica, ley 29783, 2016)

Por otra parte GATISO (Colombia; 2006-2007) plantea diez normas así:

Guía de Atención Integral en Salud Ocupacional Basada en la Evidencia para Trabajadores Expuestos a Plaguicidas Inhibidores de la Colinesterasa (Organofosforados y Carbamatos)

Guía de Atención Integral de Salud Ocupacional Basada en la Evidencia para Cáncer de Pulmón relacionado con el trabajo (GATISO-CAP)

Guía de Atención Integral de Salud Ocupacional Basada en la Evidencia para Trabajadores
Expuestos a Benceno y sus derivados (GATISO-BTX-EB)

Guía de Atención Integral de Salud Ocupacional Basada en la Evidencia para Asma
Ocupacional (GATISO-ASMA)

Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Dolor Lumbar Inespecífico y
Enfermedad Discal Relacionados con la Manipulación Manual de Cargas y otros Factores de
Riesgo en el Lugar de Trabajo (GATI- DLI- ED)

Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Dermatitis de Contacto
Ocupacional (GATISO- DERMA)

Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Hipoacusia Neurosensorial Inducida
por Ruido en el Lugar de Trabajo (GATI-HNIR)

Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Neumoconiosis
(Silicosis, Neumoconiosis del minero de carbón y Asbestosis)(GATI- NEUMO)

Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Hombro Doloroso
(GATI- HD) relacionado con Factores de Riesgo en el Trabajo

Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Desórdenes Musculo esqueléticos
(DME) relacionados con Movimientos Repetitivos de Miembros Superiores

Síndrome de Túnel Carpiano, Epicondilitis y Enfermedad de Quervain

5. METODOLOGÍA

En el trabajo desarrollado se analizan nuevas teorías en torno al desarrollo que ha tenido la seguridad y salud en el trabajo tanto en el ámbito internacional como en el nacional, así como su importancia ya que propicia las bases para minimizar los riesgos que pueden provocar enfermedades perjudiciales a la salud y accidentes; además mejorar las condiciones de seguridad e higiene de los puestos de trabajo. Esta gestión proporciona un mejor desempeño de las actividades y procesos, logrando excelentes resultados en cuanto a la calidad del producto o servicio que preste la entidad, lo que favorece la imagen de la misma ante la comunidad y el mercado, además de la reducción de los costos por conceptos de accidentes o pérdidas del producto o servicio, lo que genera beneficios. Se caracteriza desde el punto de vista gnoseológico y teórico, el proceso de gestión de la seguridad y salud en el trabajo (PGSST).

La gestión de la seguridad y salud en el trabajo es la actividad que permite mejorar las condiciones laborales de los trabajadores en su puesto de trabajo, así como reducir al máximo los riesgos laborales con el fin de disminuir los accidentes de trabajo. Cuenta con una serie de herramientas que permiten la eficiencia de la actividad mediante la realización de un conjunto de acciones logrando mejorar el proceso.

5.1 Diseño y Tipo de Estudio

La investigación será de tipo mixto, ya que en ella se utilizará el método cualitativo y el cuantitativo, puesto que se aplicaran cuestionarios para la parte cualitativa, en los cuales se indagara acerca del clima laboral, es decir, como se sienten los trabajadores, cuál es su percepción en torno a las herramientas usadas en sus labores, de igual manera conocer si se sienten estimulados, valorados o no son tenidos en cuenta y encuestas de tipo cerrada para la parte cuantitativa, en donde se analiza un hecho de carácter humano y social como conocer si ha sentido molestias musculares, Oseas, ocular, si presenta sensación de cansancio, dolores

osteomuscular, dolores en la espalda o problemas de visión y otras que brindan información en forma numérica de los casos sucedidos en los trabajadores y que repercuten en el desempeño laboral de los trabajadores.

La investigación mixta es un tipo de investigación en la cual el investigador utiliza más de un método para obtener resultados. En su mayor parte involucra el desarrollo de investigaciones combinando una metodología cuantitativa con una cualitativa, para así obtener resultados más extensos. Además reúne características descriptivas por la forma como describe la problemática.

5.1.1 Paradigma

El paradigma en el cual se inscribe la investigación es de carácter realista e interpretativo que se apoya en el cuidado humano en el desarrollo laboral, al presentarse cuidados en los trabajadores por regla general los cambios de rendimientos son favorables tanto a la empresa como al usuario, por ende se incluye dentro los paradigmas realistas. El paradigma interpretativo comprende que la realidad es dinámica y diversa dirigida al significado de las acciones humanas, las prácticas social, a la comprensión y significación, es bastante democrática. Es tenido o usado en la investigación por sus características, por efectuar hechos observados y demás describe hechos estudiados.

5.2 Población

El universo que constituye la población beneficiaria de la presente investigación está constituido por los 13 trabajadores de la empresa y los directivos de la misma

5.2.1 Muestra

La muestra representativa de la presente investigación la conforman los trece trabajadores que hacen parte de la EPS EMDISALUD en el municipio de tierralta

5.3 Técnicas e instrumentos para la recolección de la información

Las técnicas para la obtención de datos se pueden definir como la manera mediante la cual se aborda la investigación o el estudio de caso, en el caso concreto de la investigación es importante destacar que se aborda desde dos puntos de vista:

El primero mediante el cual se obtiene información directa y que se constituye en fuentes primarias de información, dentro de ellas se enmarca la observación directa realizada a las instalaciones locativas de la empresa, con lo cual se pretende conocer el estado de las instalaciones locativas así como también lo relacionado a mobiliario y herramientas de trabajo, ventilación, iluminación rutas de evacuación y otros aspectos relacionados con la ambientación laboral, pero además, se observaran las jornadas laborales que cumplen los trabajadores, de igual manera se realizó una entrevista abierta a ellos en donde se buscaba conocer la opinión que tienen con relación a la investigación, además explicarles que se les aplicaría una encuesta en donde se recopilaría información relacionada pertinentes para el trabajo desarrollado en este proceso y este repercute en mejoras para ellos. De igual manera en el trasegar de la investigación el grupo de trabajo se vio en la necesidad de consultar libros de diferentes autores, así como revistas, decretos leyes, sitios y páginas web, los cuales constituyen las fuentes secundarias puesto que brindan información pertinente para el desarrollo de la misma.

5.4 PRESUPUESTO

Los costos asociados a la preparación, elaboración, ajustes retroalimentación y presentación del trabajo final se constituyen en gastos asociados a la investigación y se describen a continuación.

ELABORACION DE ANTEPROYECTO.....	\$ 100.000
IMPRESIONES Y MATERIALES.....	\$ 50.000
FOTOCOPIAS Y OTROS.....	\$ 50.000
REFRIGERIOS Y OTROS COSTOS.....	\$ 210.000
INTERNET Y COSTOS POR ENVIO.....	\$ 100.000
IMPRESIÓN DEL TRABAJO FINAL.....	\$ 100.000
IMPREVISTOS.....	\$ 190.000
TOTAL GENERAL.....	\$ 800.000

5.5 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD \ TIEMPO	AÑO 2018												AÑO 2019																							
	ENER- ABRIL				MAYO AGOS				SEPTI DICIE				ENER- ABRIL				MAYO AGOS				SEPTI DICIE															
ASESORIAS DE INVESTIGACION																																				
DELIMITACION DEL TEMA DE INVESTIGACION																																				
VISITA MOTIVADA A LA EPS EMDISALUD																																				
ENTREGA DE LA PRIMERA ACTIVIDAD(seminario 1)																																				
ENTREGA DE LA SEGUNDA ACTIVIDAD																																				
APLICACIÓN DE LA ENCUESTA																																				
RECOLECCION DE DATOS																																				
TABULACION DE LA INFORMACION																																				
ANALISIS E INTERPRETACION DE DATOS																																				
ENTREGA DE LA TERCERA ACTIVIDAD																																				
REVISION DEL TRABAJO DE INVESTIGACION																																				
PROYECCION DE LOS RESULTADOS ESPERADOS Y EVALUACION DE OBJETIVOS																																				
ELABORACION DE CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES																																				
REVISION DEL TRABAJO DE INVESTIGACION																																				
PRESENTACION DEL TRABAJO FINAL																																				

5.6 Cuadro de socialización

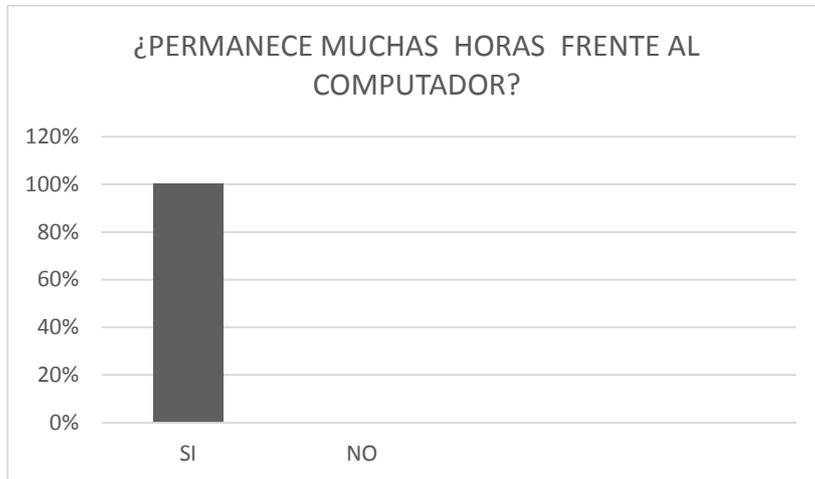
Producto	variable	Indicador	Categoría
POSTURAS INADECUADAS EN LOS TRABAJADORES DE LA E.P.S EMDISALUD, SEDE TIERRALTA	Ambientación laboral	Temperatura, ruido, iluminación y ventilación	¿El ambiente laboral es propicio y acogedor?
		Tipo de actividad realizada	¿Es demasiada monótona la actividad que realiza?
		Jornada laboral	¿Permanece muchas horas frente al computador? ¿Presentan intervalos de descanso en su trabajo?
	Mobiliario		¿Considera usted adecuados los muebles e instrumentos de la oficina para realizar su labor?
	Ergonomía		¿Ha sentido molestias musculares, Oseas, ocular? ¿Presenta sensación de cansancio? ¿Presenta usted dolores osteomuscular? ¿Cree usted que necesita atención en sus miembros articulares? ¿Presenta dolores frecuentes en la espalda? ¿Se le irrita con frecuencia la vista?

6. TABULACIÓN Y ANALISIS DE LA INFORMACIÓN

1. ¿PERMANECE MUCHAS HORAS FRENTE AL COMPUTADOR?

SI: 100%

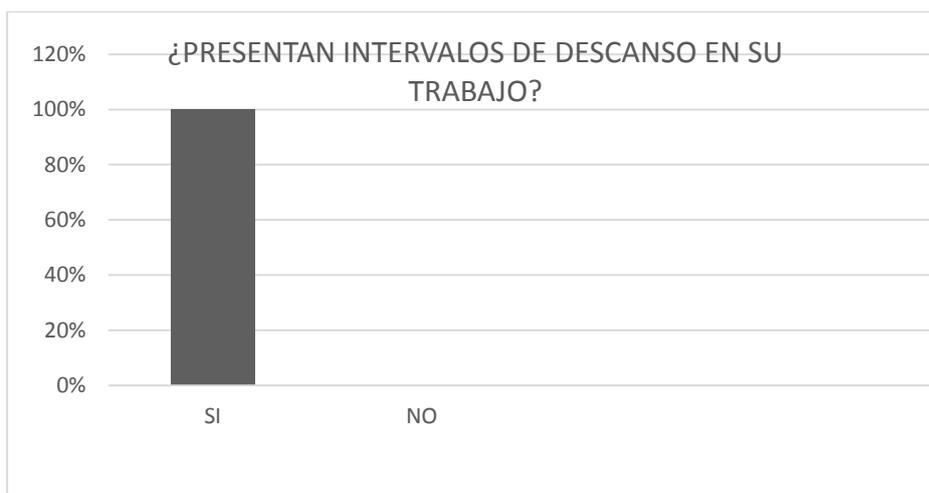
NO: 0%



Al realizar el análisis y posterior tabulación de la información es posible establecer que el 100% de los trabajadores duran incluso más de 8 horas diariamente frente al computador, ello hace que la jornada se torne extenuante, difícil y además produce cansancio.

2. ¿PRESENTAN INTERVALOS DE DESCANSO EN SU TRABAJO?

SI 100% NO 0%

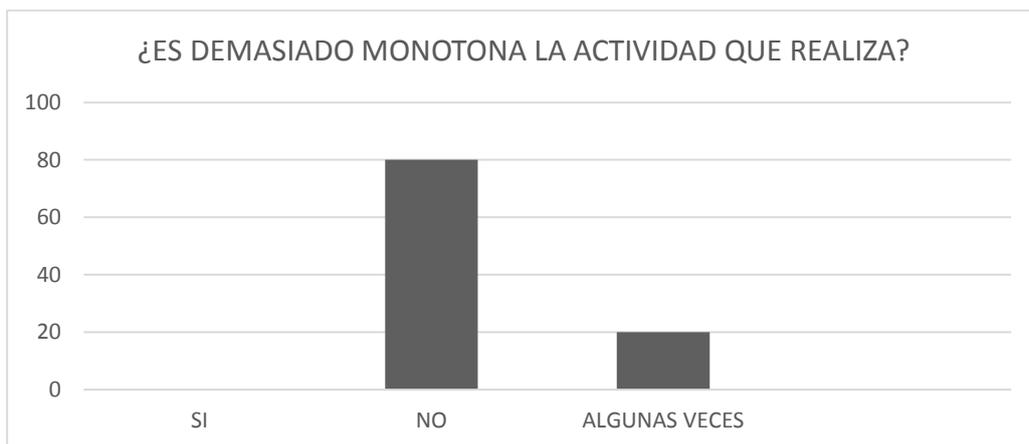


Al realizar la tabulación de la información es posible establecer que el 100% de los trabajadores tienen un espacio para el almuerzo, es decir de 12 m a 2p m, el cual se podría

considerar como un lapso en el cual los trabajadores pueden ir a casa, almorzar y relajarse un poco.

3. ¿ES DEMASIADA MONÓTONA LA ACTIVIDAD QUE REALIZA?

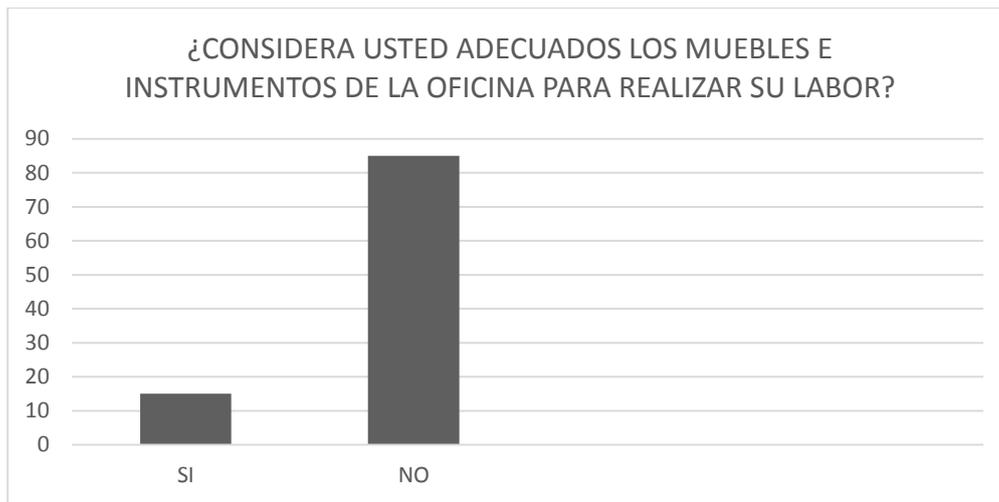
SI: 0 NO: 80% ALGUNAS VECES: 20%



Al realizar la tabulación de la información es posible establecer que el 80% de los trabajadores manifiestan que es bueno el trabajo, lo que sucede es que se cuenta con muchos usuarios y algunos se tornan un poco groseros, pero de manera general les gusta la actividad que realizan.

4. ¿CONSIDERA USTED ADECUADOS LOS MUEBLES E INSTRUMENTOS DE LA OFICINA PARA REALIZAR SU LABOR?

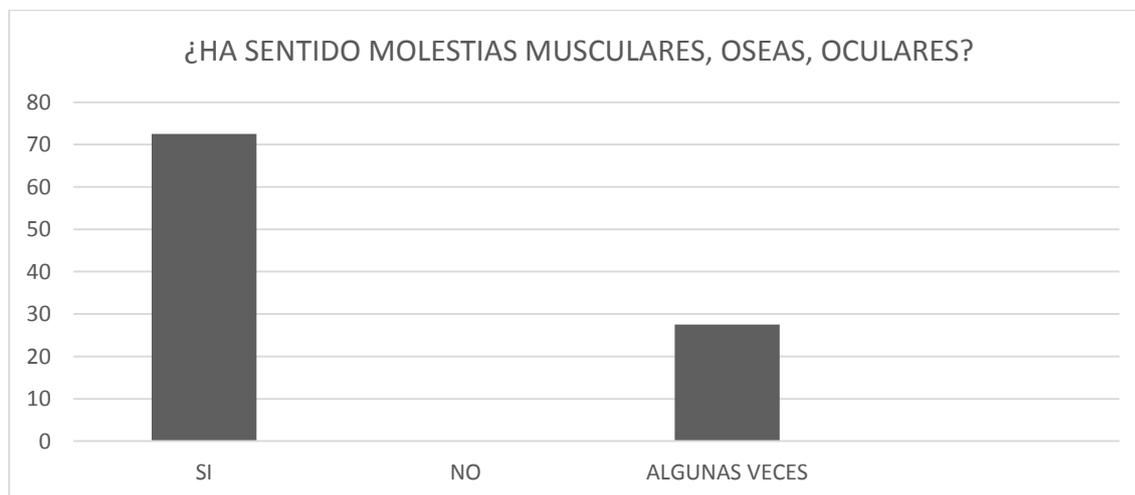
SI: 15 % NO: 85%



Al realizar la tabulación de la información es posible afirmar que el 85% de los trabajadores consideran que el mobiliario usado por ellos es incómodos y demasiado rígidos, lo cual les produce estrés, cansancio y dolores musculoesqueléticos.

5. ¿HA SENTIDO MOLESTIAS MUSCULARES, OSEAS, OCULAR?

SI: 72,5% NO: 0% ALGUNAS VECES: 27,5%

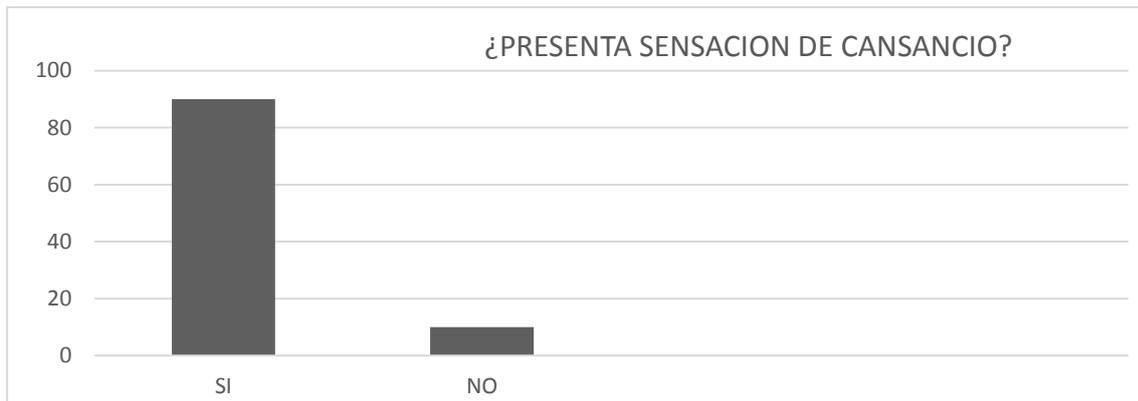


Al realizar el análisis y tabulación de la información es posible establecer que el 72% de los trabajadores consideran normal el sentir dolores en las articulaciones, molestias en la vista. Y otros síntomas, todo ello debido al estrés laboral.

6. ¿PRESENTA SENSACIÓN DE CANSANCIO?

SI: 90%

NO: 10%

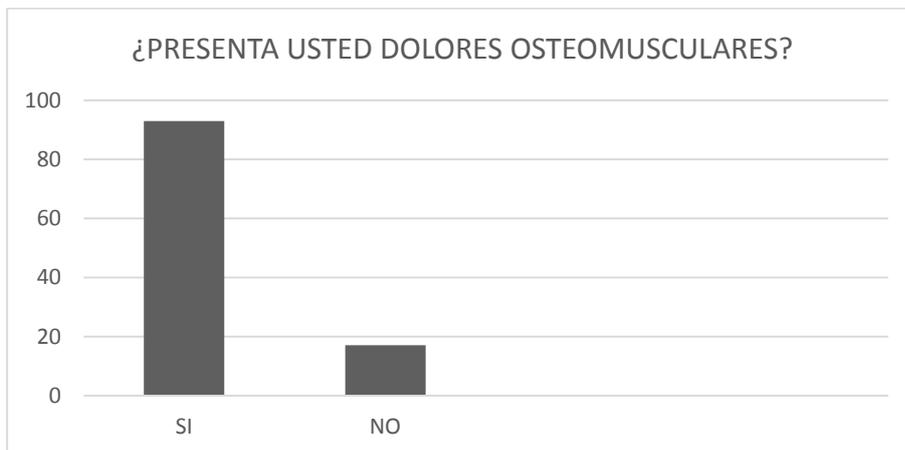


Al realizar la tabulación de la información es posible establecer que para el 90% de los trabajadores al finalizar las jornadas laborales presentan sensación de cansancio, fatiga y dolores musculo esqueléticos.

7. ¿PRESENTA USTED DOLORES OSTEOMUSCULAR?

SI: 93%

NO: 17%

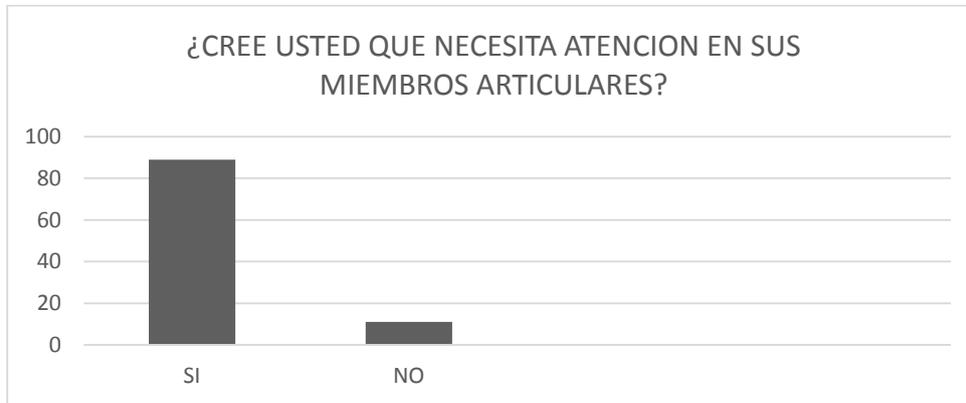


Al realizar la tabulación de la información es posible establecer que el 93% de los encuestados manifiestan que los dolores son frecuentes, tanto en los músculos como en las articulaciones, originando en algunas ocasiones demoras y traumas en el servicio que ellos ofrecen al público.

8. ¿CREE USTED QUE NECESITA ATENCIÓN EN SUS MIEMBROS ARTICULARES?

SI: 89%

NO: 11%

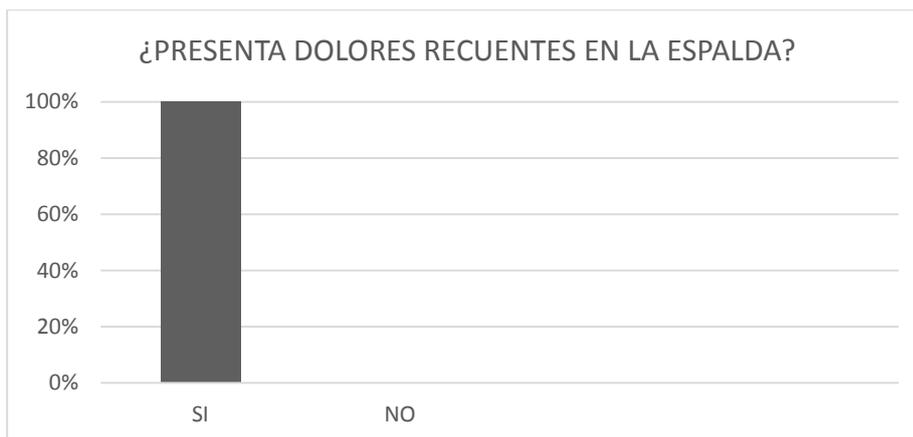


Al realizar el análisis y tabulación de la información es posible establecer que el 89% de los trabajadores manifiesta que presenta problemas articulares, sobre todo en las extremidades superiores, con dolor e inflamación.

9. ¿PRESENTA DOLORES FRECUENTES EN LA ESPALDA?

SI: 100%

NO: 0%

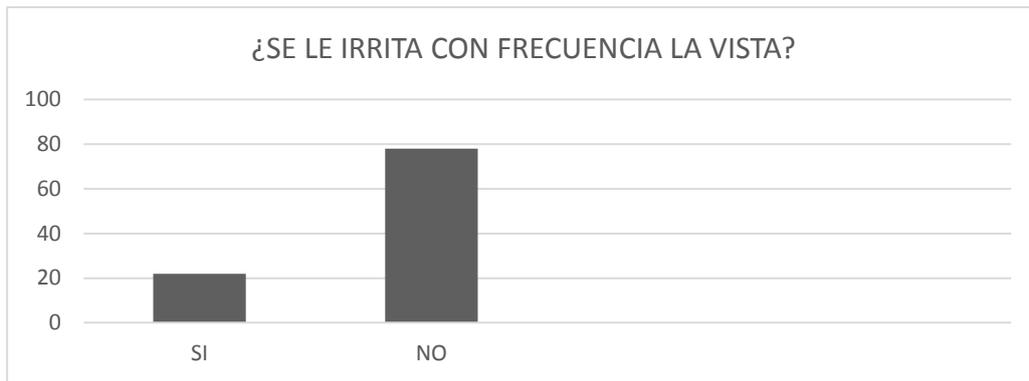


Al realizar el análisis y tabulación de la información es posible establecer que el 100% de los trabajadores aducen sentir frecuentemente dolores en la espalda, por la posición que ejercen con el cuerpo, al realizar las actividades diarias.

10. ¿SE LE IRRITA CON FRECUENCIA LA VISTA?

SI: 22%

NO: 78%

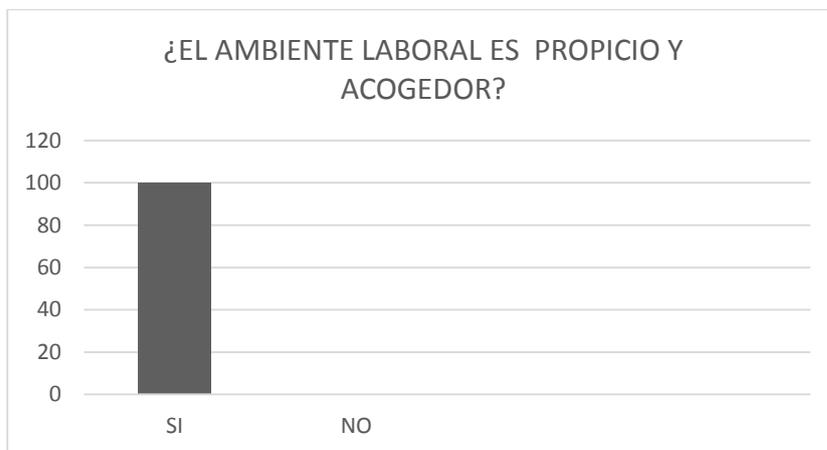


Al realizar el análisis y tabulación de la información es posible establecer que Solo el 22% de los trabajadores manifiestan problemas visuales, ellos están relacionados con disminución en la visión, enrojecimiento de la misma y cansancio

11. ¿EL AMBIENTE LABORAL ES PROPICIO Y ACOGEDOR?

Si: 100%

No: 0%



Al realizar el análisis y tabulación de la información es posible establecer que el 100% de los trabajadores consideran agradable y ameno el sitio de trabajo, sin embargo el problema son las jornadas de trabajo debido a que la empresa cuenta con muchos usuarios, por lo cual deben atender demasiadas personas en un día y los muebles de la oficina no son los adecuados para las largas jornadas de atención a usuarios.

7. CONCLUSIONES

Después del análisis y tabulación de la información se presentan las siguientes conclusiones como elementos a tener en cuenta en la puesta en práctica de mecanismos que permitan minimizar los riesgos laborales en la empresa emdisalud.

Se debe brindar capacitación concreta y precisa a los trabajadores, en relación a la ergonomía y la aplicación de la misma por parte de ellos en las actividades que realizan al interior de la empresa, es importante que estas capacitaciones tengan el carácter de obligatoriedad en relación a la asistencia y la puesta en práctica de los mecanismos que en ella se socialicen.

Se debe hacer un diagnóstico individual de la situación que vienen padeciendo los trabajadores que presentan afecciones a su salud, en procura de remitirlos a un segundo nivel, con la intención de establecer el camino a seguir en cada caso.

Los directivos de la empresa deben asumir con mayor responsabilidad el seguimiento a las afecciones que vienen presentando los trabajadores, en procura de individualizar la situación de cada uno de ellos para realizarles los controles pertinentes y de esta manera obtener un diagnóstico preciso que permita conocer el camino a seguir en cada uno de los casos que presentan los trabajadores afectados.

El seguimiento y control a las medidas de promoción y prevención de riesgos por parte de los trabajadores de la empresa, debe ser asumido por parte de los directivos de manera más estricta, ello teniendo en cuenta que los trabajadores reconocen que en muchas ocasiones no asumen las medidas de protección y prevención de riesgos tal como están contempladas en el manual de prevención de riesgos existente en la empresa.

8. RECOMENDACIONES

- ✓ Para evitar la presencia de afecciones o dolencias, es necesario adquirir el conocimiento necesario sobre las normas de higiene postura y ergonomía y prestar atención a las medidas ergonómicas de los espacios en los cuales los trabajadores cumplen su función, así como también a los equipos y herramientas que se utilizan para ejecutar las tareas.
- ✓ Es necesario conocer los distintos métodos de evaluación ergonómicos, los cuales serán de utilidad para determinar los distintos riesgos que se pueden presentar en las distintas tareas que realiza Los trabajadores de la empresa.
- ✓ Debe incluirse en los programas de prevención de riesgos laborales un capítulo referido a explicar las diversas posturas ergonómicas así como su aplicación en las diversas funciones que realiza cada trabajador al interior de la empresa.

Bibliografía

- ANDI. (2018). *Balance y perspectivas*. Bogota:
<https://imgcdn.larepublica.co/cms/2018/12/28132344/ANDI-Balance-y-Perspectivas.pdf>.
- ANDI. (2018). *Balance y perspectivas*. Bogota.
- Arce, G. S. (2016). *Gestion Estrategica en la Implementacion del SGSST y la integracion a las TIC*. Bogota: Ponencia.
- Badley, E. R. (1994). *Importancia relativa de los trastornos musculoesqueleticos como causa de problemas de salud cronicos, discapacidad y utilizacion de la asistencia sanitaria*. Ontario-Canada: Trabajo de grado.
- Bailón, A. S. (2017). *“Evaluacion ergonomica por postura forzada para determinar el nivel de riesgo a trabajadores y empleados de la direccion de gestion ambiental del gobierno provincial de Manabi”*. PORTOVIEJO – MANABÍ - ECUADOR: Trabajo de grado.
- congreso. (1993). *Ley 100*. Bogota: Diario oficial .
- Dinero, R. (2014). *Accidentes laborales cobran anualmente 2,3 millones de vidas*. Bogota:
www.dinero.com/pais/articulo/cuantos-accidentes-laborales-registran-anualmente-colombia/.
- FASECOLDA. (2018). *En el año 2017 cada día se accidentaron 1800 personas en su trabajo*. Bogota: el tiempo.
- Fernandez, C. G. (2016). *Evaluacion de los requisitos ergonomicos de los puestos de trabajo de empleados administrativos que ejecutan trabajo con video terminales 21 en la empresa HCT SA, Bajo la NTC5831*. Bogota: trabajo de grado .
- Garcia, R. R. (2018). *Identificacion de la prevalencia de desordenes musculo esqueleticos (DME) En la poblacion trabajadora de la empresa sumintegral monteria*. Monteria: Trabajo de grado.
- Guerrero, R. C. (2018). *Identificacion de prevalencia de desordenes musculo esqueleticos de los trabajadores del area administrativa del hospital local de San Onofre*. Sincelejo- Sucre : Trabajo de grado .
- Jose, P. (2000). *educacion postural*. Ciudad de Mexico: Inde.
- Karen, C. A. (2011). *Enfoque ergonómico de las posturas adoptadas en sus*. Lima - P eru.
- Kiok Baek, S. Y. (2018). *Asociacion de factores Psicosociales en el lugar de trabajo y dolor musculo esqueletico entre trabajadores emocionales coreanos*. Corea: Trabajo de grado .
- Mario, T. T. (2003). *El proceso de la investigacion Cientifica*. Mexico: Limusa.
- Molano, J. (2018). *De la salud ocupacional a la gestion de la seguridad y salud en el trabajo: mas que semantica, una transformacion del sistema de riesgos laborales*. Trabajo de grado .
- Niu, S. (2010). *Ergonomia y Seguridad y Salud en el Trabajo: una perspectiva de la OIT*. Ginebra-Suiza: Articulo.
- pag. (1). *accidentes de trabajo en colombia en cifras*.
- pag. (2). *balances y perspectivas*.

- Palomino, G. A. (2018). *Seguridad y Salud en el Trabajo, Una Perspectiva empresarial en Servigenerales s.a. esp* . Sincelejo: Trabajo de Grado .
- Republica, C. d. (1979). *Ley 9 de 1979*. Bogota: Diario oficial.
- Republica, C. d. (2016). *ley 29783*. Bogota.
- republica, P. d. (1984). *decreto 614 de 1984*. Bogota.
- Restrepo, P. C. (2013). *Implementacion de un modelo de vigilancia epidemiologica ocupacional para la intervencion requerida de desordenes musculo esqueleticos en trabajadores que utilizan computador en una institucion de educacion superior de la ciudad de popayan* . Santiago de Cali: 2013.
- Rincones, O. A. (2016). *Prevencion de desordenes musculo esqueleticos de origen laboral en Colombia: un estudio de futuro para el año 2025*. Bogota: Trabajo de grado .
- Salgado, Q. C. (2018). *valoracion de riesgos y peligros laborales en los trabajadores del restaurante Rancho Grande en Sincelejo Sucre*. Sincelejo: Trabajo de grado .
- social, M. d. (1979). *resolucion 2400 de 1979*. Bogota: Diario oficial.
- tecnicas-ICONTEC, I. C. (2010). *Guia para la identificacion de los peligros y la valoracion de los riesgos en seguridad y salud ocupacional*. Bogota.D C: ICONTEC.
- Tolosa - Guzman, I. (2015). *Riesgos biomecanicos asociados al desorden musculo esqueleticos en pacientes del regimen contributivo que consultan un centro ambulatorio de Madrid Cundinamarca*. Madrid - Cundinamarca: Trabajo de grado.
- Van der Molen, H. F. (2016). *Exploracion de diseños de estudio para la evaluacion de intervenciones destinadas a reducir enfermedades y lesiones ocupacionales*. Amsterdam : trabajo de grado .
- Yves, R. (2016). *Promover una representacion comparativa de las actividades de los trabajadores para mejorar la prevencion integrada de los trastornos musculo esqueleticos relacionados con el trabajo*. Francia : Trabajo de grado .

ANEXOS

ENCUESTA.

OBJETIVOS:

Recopilar información que permita identificar las diversas posturas ergonómicas que asumen los trabajadores de la EPS EMDISALUD, sede tierralta durante su jornada laboral, con el fin de implementar estrategias que permitan mejorar y prevenir enfermedades profesionales.

Señores trabajadores de la EPS EMDISALUD, un estudiante de la universidad ECCI, Seccional Bogotá está realizando una investigación que redundara en su beneficio puesto que ella pretende conocer las diversas posturas ergonómicas asumidas por usted en su jornada laboral, para prevenir enfermedades laborales, por ello le solicitamos el favor de responder con honestidad y claridad las siguientes preguntas.

1. ¿Permanece muchas horas frente al computador?

SI _____ NO _____

2. ¿Presentan intervalos de descanso en su trabajo?

SI _____ NO _____

3. ¿Es demasiada monótona la actividad que realiza?

SI _____ NO _____ AVECES _____

4. ¿Considera usted adecuados los muebles e instrumentos de la oficina para realizar su labor?

SI _____ NO _____

5. ¿Ha sentido molestias musculares, Oseas, ocular?

SI _____ NO _____ AVECES _____

6. ¿Presenta sensación de cansancio?

SI _____ NO _____

7. ¿Presenta usted dolores osteomuscular?

SI _____ NO _____

8. ¿Cree usted que necesita atención en sus miembros articulares?

SI _____ NO _____ AVECES _____

9. ¿Presenta dolores frecuentes en la espalda?

SI _____ NO _____

10. ¿se le irrita con frecuencia la vista?

SI _____ NO _____

11. ¿el ambiente laboral es propicio y acogedor?

SI _____ NO _____

