

Posturas Forzadas y Trastornos musculoesqueléticos en técnicos de una empresa de telecomunicaciones

AUTOR: MD. Glenda Belén Rivera Valencia

TUTOR: MSc. Aimée Vilaret

Especialización en Salud y Seguridad Ocupacional
con Mención en Ergonomía Laboral

INTRODUCCION

En la jornada laboral el trabajador realiza: sobre esfuerzo, posturas forzadas por tiempos prolongados, que pueden desencadenar alteraciones musculo-esqueléticas.

Las posturas forzadas son posiciones que adopta el trabajador y que expone a una o varias regiones anatómicas a estar fuera de lo natural y del confort, provocando lesiones por sobrecarga.

Los trastornos músculo esqueléticos (TME) de origen laboral son afecciones del aparato locomotor producidas o agravadas por diversos factores del trabajo. Los síntomas se presentan desde dolores leves y transitorios hasta enfermedades irreversibles e incapacitantes.

La OIT en el 2013 determinó que los TME a nivel mundial constituían el 59% de las enfermedades profesionales.

En América central en el 2015 se encontró una alta prevalencia de TME en Panamá (32%) y en Nicaragua (64%).

En Ecuador en el 2013 se encontró que los TME, son la principal fuente de ausentismo laboral, ocupando las lumbalgias el 36% de las patologías encontradas.

En Ecuador en una empresa de telecomunicaciones en el 2017 se evidenció más casos de lesiones osteomusculares en el personal joven, donde el 30% de las molestias fue a nivel lumbar y antebrazo.

JUSTIFICACIÓN

El presente estudio quiere evaluar las posturas forzadas de los técnicos de una empresa de telecomunicaciones que realizan trabajos de instalación de internet, para establecer medidas correctivas en este puesto de trabajo y prevenir el aparecimiento de TME. Logrando que el trabajo sea más seguro, cómodo y adecuado.

OBJETIVOS

- Determinar la prevalencia de trastornos musculo esqueléticos en los trabajadores de una empresa de telecomunicaciones de Ibarra y Cayambe en el año 2020.
- Evaluar las posturas forzadas en trabajadores técnicos de una empresa de telecomunicaciones.
- Definir la prevalencia de Trastornos musculo-esqueléticos según variables sociodemográficas y laborales.

MÉTODO

Estudio tipo transversal descriptivo.

Muestra: 36 técnico de telecomunicaciones.

Se utilizaron 3 instrumentos:

- método OWAS
- método REBA
- Cuestionario nórdico

Análisis de datos:

- Prevalencia de TME
- Evaluación y frecuencia relativa de posturas forzadas

RESULTADOS

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y LABORALES

	N	%
Edad (años)		
20-29	25	69,4
30 – 39	9	25
40 – 49	1	2,8
50 – 59	1	2,8
Antigüedad (años)		
0 – 2	22	61,1
2 – 4	5	13,9
4 – 6	4	11,1
6 – 8	3	8,3
8 – 10	2	5,6
Nivel educativo		
Educación Básica	1	2,8
Bachillerato	12	33,3
Tecnología	2	5,6
Tercer nivel	21	58,3

CARACTERÍSTICAS DE LAS MOLESTIAS SEGÚN SEGMENTO CORPORAL

[illegible]

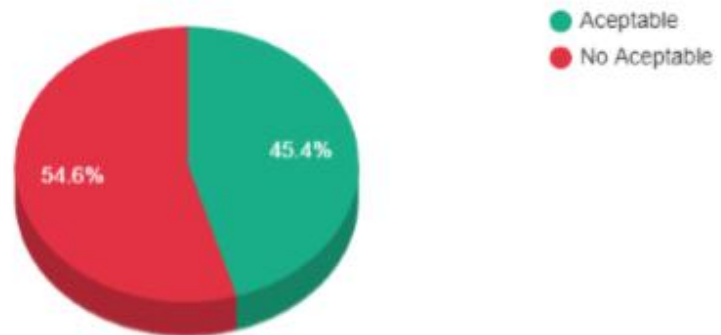
CARACTERÍSTICAS DE LAS MOLESTIAS SEGÚN SEGMENTO CORPORAL

[illegible]

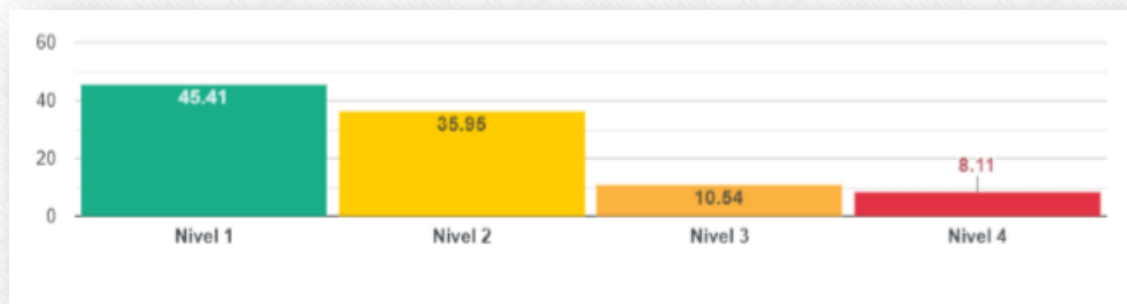
CARACTERÍSTICAS DE LAS MOLESTIAS SEGÚN SEGMENTO CORPORAL

	cuello		hombro		lumbar		codo		muñeca	
	n=9	%	n =7	%	n=15	%	n=4	%	n=7	%
Percepción de causa de la molestia										
Estrés	6	14.2	1	2.4	-	-	-	-	-	-
Levantamiento de cargas	-	-	3	7.1	4	9.5	3	7.1	1	2.4
Mala postura	-	-	-	-	2	4.8	-	-	-	-
Accidentes previos	-	-	1	2.4	1	2.4	1	2.4	2	4.8
Herramientas en mal estado	-	-	-	-	-	-	-	-	2	4.8
Enfermedades reumáticas	-	-	-	-	-	-	-	-	2	4.8
Otras causas	-	-	-	-	4	9.5	-	-	-	-
No responde	3	7.1	2	4.8	4	9.5	-	-	-	-

Categoría de riesgo por posturas forzadas (OWAS)



Frecuencia relativa por categoría de riesgo (OWAS)



Categoría de riesgo por segmento de cuerpo (OWAS)

	Frecuencia	%	Categoría de riesgo
Segmento Corporal			
Espalda			
Recta	184	49.7	1
Inclinada	146	39.5	2
Girada	12	3.2	1
Inclinada y Girada	28	7.6	1
Brazos			
Ambos por debajo del nivel hombro	246	66.5	1
Uno a/por encima del nivel del hombro	47	12.7	1
Ambos a/por encima del nivel del hombro	77	20.8	2
Piernas			
Sentado	65	17.6	1
De pie con las dos piernas rectas	179	48.4	1
De pie, el peso en una pierna recta	24	6.5	1
De pie con las rodillas flexionadas	61	16.5	2
De pie con el peso en una pierna y la rodilla flexionada	8	2.16	1
Arrodillado en una/dos piernas	7	1.9	1
Caminando	26	7	1



Categoría de riesgo por lado de cuerpo (REBA)

Puntuación		Categoría de riesgo
Mientras Conduce		
lado derecho	3	bajo
Lado izquierdo	3	
Mientras Programa (Computadora)		
lado derecho	3	bajo
Lado izquierdo	2	



Presencia de sintomatología de TME según variables sociodemográficas y laborales.

	cuello		hombro		lumbar		codo		muñeca	
	n=9	%	n =7	%	n=15	%	n=4	%	n=7	%
Edad (años)										
20-29	7	16,7	3	7,1	11	26,2	1	2,4	4	9,5
30 – 39	2	4,8	3	7,1	4	9,5	2	4,8	2	4,8
40 – 49	0	0	1	2,4	0	0	1	2,4	0	0
50 – 59	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2,4
Antigüedad (edad)										
0 – 2	4	9,5	2	4,8	7	16,7	1	2,4	4	9,5
2 – 4	0	0	0	0	3	7,1	1	2,4	0	0
4 – 6	2	4,8	1	2,4	2	4,8	1	2,4	1	2,4
6 – 8	2	4,8	3	7,1	2	4,8	1	2,4	1	2,4
8 – 10	1	2,4	1	2,4	1	2,4	0	0	1	2,4
nivel educativo										
Educación básica	0	0	1	2,4	0	0	1	2,4	0	0
Bachillerato	3	7,1	4	9,5	4	9,5	2	4,8	3	7,1
tecnología	2	4,8	0	0	1	2,4	0	0	1	2,4
tercer nivel	4	9,5	2	4,8	10	23,8	1	2,4	3	7,1

DISCUSIÓN

La mayor prevalencia de molestias osteomusculares fue en la región lumbar (35,7%) y cervical (21,5%).

Con OWAS se determinó que las posturas más frecuentes fueron: espalda inclinada, ambos brazos por encima del nivel del hombro, y de pie con las rodillas flexionadas, lo cual se calificó como riesgo de categoría 2.

Con REBA en las posturas mientras conducía y utilizaba la computadora se determinó una categoría de riesgo bajo.

Los TME más relevantes fueron las molestias a nivel lumbar y cervical, las cuales se observaron con mayor prevalencia en los trabajadores jóvenes, con una antigüedad de 0 a 2 años y con estudios de tercer nivel.

El dolor lumbar fue el más prevalente y se caracterizó por presentar una duración de 1 a 7 días, con episodios de 1 a 24 horas, lo cual origina ausentismo laboral en este grupo de trabajadores.

CONCLUSIONES

- Las posturas que adoptan los técnicos al realizar las instalaciones del internet tienen un riesgo medio en relación a los segmentos de: espalda y brazos, lo que puede tener una relación con los dolores encontrados mediante el cuestionario nórdico a nivel lumbar y cervical.

RECOMENDACIONES

- Aplicar medidas preventivas para disminuir el riesgo y las molestias osteomusculares.
- Las cuales pueden ser:
 - Formación e información al personal sobre los riesgos por posturas forzadas.
 - Establecer políticas internas en la empresa.
 - Valoración médica al personal.