

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO.



IBEROAMERICANA
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA

AUTORAS

DANIELA ALEJANDRA ANDRADE FUERTES

EDITH JULIANA WILCHES MARCELO

CORPORACION UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA

FACULTAD: CIENCIAS EMPRESARIALES

ESPECIALIZACION GERENCIA DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

BOGOTÁ D.C

NOVIEMBRE 2020

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO.



IBEROAMERICANA
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA

AUTORAS

DANIELA ALEJANDRA ANDRADE FUERTES

EDITH JULIANA WILCHES MARCELO

DOCENTE ASESOR

FABIO ENRIQUE CASTRO ARDILA

CORPORACION UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA

FACULTAD: CIENCIAS EMPRESARIALES

ESPECIALIZACION GERENCIA DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

BOGOTÁ D.C

NOVIEMBRE 2020

**FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN
DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL
DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL
SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO**

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION.....	1
CAPÍTULO 1.DESCRIPCIÓN GENERAL DEL PROYECTO.....	2
1.1 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	3
1.1.1 Planteamiento del Problema.....	3
1.1.1.2 Contexto social del Municipio de Ipiales.....	4
1.1.2 Formulación del Problema.....	5
1.1.3 Sistematización del Problema.....	6
1.2 OBJETIVOS.....	6
1.2.1 Objetivo General.....	6
1.2.1.1 Objetivos Específicos.....	6
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	7
CAPÍTULO 2. MARCO DE REFERENCIA.....	9
2.1 Marco Teórico.....	34
2.2 Marco Conceptual.....	42
CAPÍTULO 3. MARCO METODOLÓGICO.....	44
3.1 Tipo de estudio.....	46
3.2 Población.....	46
3.3 Procedimientos.....	46
3.4 Técnicas para la recolección de la Información.....	47
3.5 Técnicas para el análisis de la información.....	47

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

3.6 Consideraciones éticas.....	47
CAPÍTULO 4. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	49
4.1 Guía para el Fisioterapeuta.....	50
Conclusiones.....	126
Sugerencias.....	128
REFERENCIAS.....	129

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA No. 1	
MARCO DE REFERENCIA	9
TABLA No. 2	
CRONOGRAMA.....	56
TABLA No. 3	
DISEÑO DEL INSTRUMENTO.....	58
TABLA No. 4	
FICHA TECNICA.....	59
TABLA No. 5	
APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO.....	60

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA No. 1	
MANIPULACION DE CARGAS.....	51
FIGURA No. 2	
MANIPULACION DE CARGAS.....	52
FIGURA No. 3	
MANEJO DE PACIENTE EN CAMA	52
FIGURA No. 4	
MANEJO DE PACIENTE CON AYUDAS ELECTRONICAS O CON AYUDA EXTERNA.....	53
FIGURA No. 5	
POSTURAS ADECUADAS VS POSTURAS INADECUADAS.....	54
FIGURA No. 6	
POSTURAS ADECUADAS PARA EL MANEJO DEL PACIENTE	54

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

INTRODUCCION

El presente trabajo tiene como objetivo principal el desarrollo de una nueva guía dirigida a los profesionales del área de fisioterapia que cuenta con elementos básicos y generales que facilite el manejo adecuado de cargas, manejo de la postura, tiempos adecuados para las pausas y promueva el cuidado del cuerpo especialmente de la zona cervicodorsolumbar en el desarrollo de sus actividades laborales.

En este sentido, se ha abordado diferentes tipos de estudios, los cuales presenta un análisis de todos los factores de riesgo que se presentan en el quehacer del fisioterapeuta y que generan lesiones importantes en su anatomía y funcionalidad que de alguna manera interfieren con su calidad de vida.

De esta manera, en el presente ejercicio investigativo se dan a conocer los grandes hallazgos de cada investigación realizada los cuales representan un insumo importante en la identificación de dichas lesiones. Lo anterior, con el propósito de aportar en la realización de la guía como producto final y recomendar en torno a la importancia de la realización de más estudios enfocados en cada área de la fisioterapia, con el fin de manejar adecuada y específicamente cada postura, tiempo y carga dentro del rol fisioterapéutico

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

1. DESCRIPCIÓN GENERAL DEL PROYECTO

El objetivo principal del presente estudio de investigación está dirigido a diseñar una guía que facilite el manejo adecuado de cargas y promueva el cuidado del cuerpo especialmente de la zona cervicodorsolumbar en el personal de fisioterapia que se desempeña en las diferentes Instituciones prestadoras del servicio de salud que deseen implementar este procedimiento. A través de un estudio de tipo cualitativo a realizarse entre los meses de febrero a octubre de 2020 se pretende identificar por medio de revisión bibliográfica cuales son las alteraciones cervicodorsolumbar más predominantes en los profesionales de fisioterapia.

Se logra por medio de criterios de exclusión e inclusión, encontrar soporte bibliográfico donde nos refieren las alteraciones más importantes a nivel lumbar y dorsal del personal de fisioterapia, al momento de tener riesgos ergonómicos durante la ejecución de sus actividades laborales. Evidenciando que estas alteraciones tienen un aporte negativo en la calidad de vida del fisioterapeuta, generando alteraciones posturales significativas, presencia de dolor constante, daños estructurales y baja calidad en sus resultados laborales.

Finalmente, es preciso afirmar que existe una tasa elevada de prevalencia de dichas alteraciones musculoesqueléticas en los profesionales de fisioterapia que afectan en determinada en la ejecución de las actividades laborales asignadas y por otra parte afectan de manera significativa en su calidad de vida.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

1.1 Problema de Investigación

Se busca por medio de esta investigación de tipo cualitativa; conocer cuales, con las alteraciones más relevantes a nivel osteomuscular en el personal de fisioterapia, con el fin de poder desarrollar una guía que se dirija a evitar dichas alteraciones durante el desempeño de su rol profesional en la atención a pacientes en el servicio de salud.

1.1.1 Planteamiento del Problema

Molestias musculoesqueléticas en el personal de fisioterapia de las Instituciones prestadoras de salud de Ipiales-Nariño.

Principales molestias musculo esqueléticas de origen biomecánico en el personal de fisioterapia de las Instituciones prestadoras de salud de Ipiales Nariño.

Los factores de riesgo ergonómicos determinantes en la aparición de alteraciones musculo esqueléticas lumbares en el personal de fisioterapia de las Instituciones prestadoras de salud de Ipiales-Nariño.

Principales alteraciones lumbares de origen biomecánico en el personal de fisioterapia de las Instituciones prestadoras de salud de Ipiales-Nariño.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

CONTEXTO SOCIAL DEL MUNICIPIO DE IPIALES

Ipiales está ubicado al sur del departamento de Nariño; pertenece a la subregión de la ex provincia de Obando (Gobernación de Nariño, 2016). Además, el municipio es uno de los más importantes del departamento debido a su condición de ciudad fronteriza con la República de Ecuador; limita por el norte con los municipios de Potosí, Córdoba y Puerres, por el sur con Ecuador, por el norte con los municipios de Pupiales, Gualmatán y Contadero y por el occidente con el municipio de Cuáspud (Alcaldía de Ipiales, 2016).

Con respecto a la población, la ciudad posee 145.073 habitantes de los cuales el 72,98% está en la cabecera y el 27,02% en resto, esto representa el 8,1% de la población departamental (Dane, 2017). Ipiales tiene una población equilibrada entre hombres y mujeres. El número de personas que pertenecen a grupos étnicos son significativas en Ipiales, aproximadamente el 20% son indígenas y el 0,14% son negros, mulatos o afrocolombianos, además, la mayoría de esta población está ubicada en la zona rural del municipio y están en resguardos.

Según el Ministerio de Minas (2016) y el Ministerio de Tecnología y Comunicaciones (2015), Ipiales tiene una cobertura de energía eléctrica del 100%, cobertura de acueducto de 83,1% y 3% de penetración de internet (suscriptores/número de personas) para el 2015. Ipiales no tiene servicio de gas natural (DNP 2017). Lo anterior indica que Ipiales cuenta con un adecuado acceso de servicios públicos en comparación con otros municipios del departamento. Para el caso de la salud, la mayor parte de la población está afiliados al régimen subsidiado (92.385), en comparación de el régimen contributivo (29.587), Además, Ipiales tiene una cobertura de vacunación DTP en 2015 del 91,6%, dicha cobertura es menor a la departamental

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

(92,5%) y un poco mayor a la regional (91,5%) (MinSalud 2017) para la vigencia 2018 el municipio destino recursos para el sector salud correspondientes a \$43.319.1489.2363.

Con respecto a la educación, Ipiales cuenta con una alta cobertura en educación primaria, básica y secundaria, sin embargo, posee una cobertura baja en educación preescolar y educación media, en este aspecto, el municipio tiene una gran vulnerabilidad, dado que no tiene una adecuada cobertura neta en tópicos importantes para el desarrollo.

El municipio de Ipiales presenta un 30,66% de necesidades básicas insatisfechas (NBI), dicho indicador está relacionado con una baja cobertura en vivienda, servicios públicos básicos, espacios domésticos, asistencia escolar y dependencia económica. Asimismo, el índice de pobreza multidimensional (IPM) indica el grado de privación que tienen las personas en las dimensiones: condiciones educativas del hogar, de niñez y juventud, trabajo, salud, servicios públicos y vivienda, para el caso de Ipiales tiene un IPM de 30,7% en promedio para los últimos 4 años.

1.1.2 Formulación del Problema

¿Cuáles son las alteraciones más significativas y frecuentes a nivel cervical, dorsal y lumbar en profesionales de fisioterapia en las diferentes instituciones prestadoras de servicios de salud en la ciudad de Ipiales Nariño?

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

1.1.3 Sistematización del Problema

¿Cuáles son los factores que más influyen en las alteraciones musculoesqueléticas en los profesionales de fisioterapia?

¿Cuáles son las alteraciones musculoesqueléticas más frecuentes en los profesionales de fisioterapia?

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo General

Diseñar una guía que facilite el manejo adecuado de cargas y promueva el cuidado del cuerpo especialmente de la zona cervicodorsolumbar en el personal de fisioterapia que se desempeña en las diferentes Instituciones prestadoras del servicio de Salud de la Ciudad de Ipiales-Nariño.

1.2.1.1 Objetivos Específicos

Identificar cuáles son las alteraciones musculoesqueléticas cervicodorsolumbar del personal de fisioterapia.

Establecer cuál es la zona de la espalda que más se afecta en el personal de fisioterapia ante el manejo de cargas y las actividades realizadas dentro de su rol laboral.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Describir las alteraciones musculoesqueléticas más frecuentes con el fin de plantear estrategias de cuidado y autocuidado en los profesionales de fisioterapia.

1.3 JUSTIFICACIÓN

Los factores de riesgo ergonómicos hacen referencia a todos aquellos factores inherentes al proceso o tarea que incluyan aspectos organizacionales, de la interacción del hombre-medio ambiente-condiciones de trabajo y productividad que tienen repercusión en: carga física, carga estática, posturas. (Guía técnica para el análisis de exposición a factores de riesgo ocupacional). De ahí que los Profesionales del área de Fisioterapia en su desempeño laboral están expuestos a este tipo de riesgos en tanto que con frecuencia tienden a realizar actividades relacionadas con movimientos repetitivos, cargas y descargas de pesos haciéndolos más propensos a desarrollar enfermedades y alteraciones de tipo musculo esqueléticas incapacitantes que afectan su calidad de vida.

Para la presente investigación, se tiene en cuenta la carga física que los profesionales del área de fisioterapia ejercen en su desempeño laboral al momento de brindar una calidad asistencial a sus pacientes; esta, se refiere a los factores que entorno a la labor realizada imponen en el trabajador un esfuerzo físico e implica el uso de los componentes del sistema osteomuscular y cardiovascular. Estos factores son: postura, fuerza y movimiento. Por su parte, las alteraciones musculoesqueléticas se define como aquella lesión o disfunción que afecta a músculos, huesos, tendones, nervios, ligamentos, articulaciones o discos intervertebrales; en este sentido, las alteraciones musculoesqueléticas lumbares que pueden llegar a desarrollarse en los profesionales del área de fisioterapia no solo pueden afectar la calidad de la prestación de la atención al paciente; sino que pueden ser determinantes en su propia calidad de vida.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Los profesionales del área de fisioterapia, no solo se desempeñan en el campo asistencial, sino que por su parte se desarrollan en múltiples entornos tanto sociales, comunitarios, académicos y en ellos es indispensable que su estado de salud y bienestar sea óptimo, en el que se adapten prácticas adecuadas para el ejercicio de sus tareas sin afectar su salud y en el que se minimice el riesgo de padecer patologías incapacitantes. De ahí la importancia de investigar en torno a aquellos Factores de riesgo ergonómicos determinantes en la aparición de alteraciones musculoesqueléticas lumbares especialmente en el personal de fisioterapia.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

2. MARCO DE REFERENCIA

La presente propuesta investigativa se encuentra soportada desde diversos estudios de tipo nacionales e internacionales en los cuales se hace un abordaje necesario que facilita pautas importantes para el desarrollo de la guía o instructivo tomando como referencia enfoques complejos y alusivos al tema de investigación.

Tabla No. 1 Marco de Referencia

Nombre del Artículo/Referencia	Autores	Lugar/Instituto donde se realizó el estudio	Año	Volumen/ Paginas	Temática	Población	Resumen o conclusiones de los autores
--------------------------------	---------	---	-----	---------------------	----------	-----------	---------------------------------------

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Condiciones ergonómicas de la actividad en fisioterapeutas de instituciones prestadoras de salud en Bogotá.	Crales O, I Susana	Bogotá	2011	1	Disminución de algunas posibles causas de las alteraciones a las que se ven expuestos los Terapeutas Físicos, durante desempeño en el área clínico asistencial.	Fisioterapeutas que se desempeñan en áreas clínicas asistenciales en Instituciones Prestadoras de Salud (IPS)	Los Terapeutas Físicos quienes laboran en el área clínica asistencial en Instituciones Prestadoras de Salud (IPS), realizan actividades de promoción, prevención e intervención en alteraciones de origen musculoesquelético, y para esto deben utilizar elementos tales como: vibradores, ultrasonidos, electroestimuladores, hidrocollectors y congeladores, en donde además emplean otros recursos terapéuticos, como masajes, estiramientos, fortalecimientos y otras técnicas específicas de la profesión.
---	-----------------------	--------	------	---	---	---	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Guevara V,
Sonia del
Pilar

257

Por ende, existen numerosas actividades que los Fisioterapeutas realizan a lo largo de la jornada laboral, que llevan a la aparición de lesiones en el organismo en especial en el sistema musculo esquelético, debido al aumento de la demanda la cual origina incremento en el ritmo de trabajo, concentrándose el esfuerzos, en elementos pequeños de la anatomía, especialmente en: manos, muñecas, codos y hombros. Estos factores, junto con la falta de períodos de descanso y recuperación hacen que aumenten la fatiga y las lesiones.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Zamora E,
Hugo Hernan

En Colombia las enfermedades profesionales afectan a un grupo importante de la población trabajadora. De ellas, los desórdenes de origen musculoesquelético ocupan el primer lugar de la morbilidad profesional del régimen contributivo según la Guía de atención basada en la evidencia para Desórdenes Musculoesqueléticos (DME) relacionadas con movimientos repetitivos de miembro superior. Según Weil, el dolor musculoesquelético produce grandes limitaciones funcionales en el desarrollo de actividades laborales, extralaborales y de la vida diaria, viéndose afectada la productividad y la calidad en la atención de los servicios. Aspectos relevantes hoy en día

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

en relación con la Ergonomía, como también en la prevención de los trastornos musculoesquelético que pueden derivarse de una inadecuada concepción del puesto de trabajo o de un desequilibrio en las actividades de la vida diaria, trabajo y esparcimiento.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Se ha demostrado que las posturas de trabajo muy exigentes por tiempos prolongados como bipedestación, con flexión, o torsión constante de tronco, levantamiento constante de cargas ligeras ó pesadas, manejo constante de materiales manuales, halar o empujar, posición de cuclillas o arrodillado, aplicación de fuerzas y desviaciones posturales significativas de espalda, cuello y muñecas, son factores que pueden influir en la aparición de procesos dolorosos. Además es de anotar que las posturas forzadas tiene efectos musculoesqueléticos, los cuales son de aparición lenta y de carácter inofensivo en apariencia, por lo que se suele ignorar el síntoma hasta que se hace crónico y aparece el daño permanente; se

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

localizan
fundamentalmente
en el tejido
conectivo, sobretodo
en tendones y sus
vainas, y pueden
también dañar o
irritar los nervios, o
impedir el flujo
sanguíneo a través
de venas y arterias.
Son frecuentes en la
zona de hombros y
cuello.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia	García. G, H Torres L. M.	Universidad de Alcalá	2018	Vol 40	Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia en algún momento de la vida y en los últimos 12 meses.	Profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia	Existe una alta prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia.
		Madrid-España		Pag 112-121			

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

<p>Análisis de factores de riesgo ergonómico que se correlacionan con la aparición de trastornos músculo-esqueléticos en el personal de fisioterapia del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N. 1.</p>	<p>Robayo H, Stephanie Haydee S.</p>	<p>Universidad Católica de Ecuador.</p>	<p>2015</p>	<p>1</p>	<p>Relación entre la inadecuada ergonomía y los trastornos músculo-esqueléticos de los profesionales en fisioterapia</p>	<p>13</p>	<p>Fisioterapeutas del Servicio de Rehabilitación del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N° 1</p>	<p>Los fisioterapeutas del Servicio de Rehabilitación del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N° 1 son una población especialmente susceptible a sufrir trastornos músculo-esqueléticos relacionados con el trabajo, dado que con frecuencia, la mayoría no utilizan medidas preventivas que están a su alcance para evitarlos.</p>
---	--------------------------------------	---	-------------	----------	--	-----------	---	--

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

<p>Características laborales y prevalencia de dolor músculo-esquelético en las fisioterapeutas de una unidad hospitalaria de Bucaramanga</p>	<p>Quintero M. S.</p>	<p>Bucaramanga 2006</p>	<p>1 Características laborales y la prevalencia de dolor músculo-esquelético en las fisioterapeutas de una unidad hospitalaria de Bucaramanga.</p>	<p>Muestra de fisioterapeutas seleccionadas por conveniencia</p>	<p>La mayoría de fisioterapeutas de este estudio refirió que los dolores músculo-esqueléticos eran derivados de su ejercicio profesional, esto es de gran importancia considerando que conocen a profundidad la relación existente entre biomecánica corporal, ergonomía y dolor músculo-esquelético y lo han evidenciado a partir de su experiencia. Se recomienda para futuras investigaciones, incluir un número mayor de fisioterapeutas de diferentes instituciones y de áreas especializadas.</p>
--	-----------------------	-------------------------	--	--	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Problemas músculo-esqueléticos en los fisioterapeutas	Skiadopoulos A.	Universidad del Rosario	2014	Vol 36	Tipo de problemas músculo-esqueléticos relacionados con el trabajo que presentan los fisioterapeutas durante el ejercicio de su actividad profesional.	Fisioterapeutas	Se puede indicar que el nivel de riesgo de presentar problemas músculo-esqueléticos relacionados con el trabajo es alto y, por lo tanto, es necesario organizar el trabajo con criterios ergonómicos, así como mejorar el diseño de los elementos del entorno de trabajo de los fisioterapeutas.
	Gianikellis K.			No. 3			Pág 117-126

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Trastornos músculo-esqueléticos de	García Brito Laura	Universidad de La Laguna	2015 Pag 39	Incidencia y prevalencia de los trastornos musculoesqueléticos en	Fisioterapeutas	Los trastornos músculo-esqueléticos tienen una gran prevalencia e incidencia en la profesión de fisioterapeuta. En su mayoría, los profesionales lo han padecido en algún momento de su carrera.
origen laboral en Fisioterapeutas				Fisioterapeutas		La patología más frecuente es el dolor lumbar, seguido del cervical y enfermedades relacionadas con el pulgar.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

La edad de aparición de TME en fisioterapeutas es a los 30 años. Existe mayor

prevalencia en mujeres pero esto es debido a que es una profesión donde el sector femenino es predominante.

No existen estudios que relacionen en que especialidad de la profesión hay mayor prevalencia de TME.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Los factores desencadenantes según los propios fisioterapeutas son: el manejo y elevación de pacientes, realizar la misma tarea una y otra vez, y trabajar largo periodos de tiempo en la misma posición. Otros factores no tan destacados son la inclinación del tronco y el gran número de pacientes diarios.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Entre las estrategias preventivas como respuesta a su TME, los fisioterapeutas cambian la altura de la camilla, cambian su postura o la del paciente o piden ayudan para la elevación y traslado de pacientes pesados. Entre las menos frecuentes se encuentra dejar de tratar a ciertos pacientes o usar la

electroterapia como alternativa al tratamiento manual.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Muchos
fisioterapeutas
trabajan más
espacio debido a su
TME, pero no

limitan su práctica ni
se plantean dejar la
profesión. Un muy
escaso porcentaje

deja la profesión o
cambia de
especialidad.

Muy pocos
fisioterapeutas
reconoce hacer una
rutina de
calentamiento y
estiramientos antes o
después de su
jornada laboral

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Dolor musculoesquelético en fisioterapeutas pediátricos.	Arellano Muguruza	Universidad Peruana Cayetano Heredia	2017 Pag 35	Frecuencia del dolor músculo-esquelético en fisioterapeutas pediátricos en instituciones de salud de la ciudad de Lima	47 Fisioterapeutas pediátricos en instituciones de salud de la ciudad de Lima	La presencia de dolor musculoesqueléticos en fisioterapeutas pediátricos en los últimos 12 meses fue de 95,7 % y en los últimos 7 días 89,4%. A pesar de conocer las estrategias y las medidas preventivas observamos que los fisioterapeutas no lo realizan con frecuencia.
	Liseth Akemi Oropeza Melgar					
	Lucía Jenny					

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral en el cuello y las extremidades superiores de los fisioterapeutas en Cataluña.	Malca Sandoval Sonia Carmen	Universitat de Lleida (España)	2017 Pag 354	Prevalencia de TMOLCES en los fisioterapeutas de Cataluña, investigar las asociaciones entre TMOLCES y áreas anatómicas, aspectos demográficos y laborales de los fisioterapeutas, sus respuestas y	Fisioterapeutas	La prevalencia de TMOLCES entre los fisioterapeutas en Cataluña es más alta que la reportada en otros países. Las zonas afectadas más
---	-----------------------------	----------------------------------	--------------	---	-----------------	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

los factores de riesgo percibidos como causas de TMOLCES del Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña frecuentemente fueron el hombro, la muñeca y mano. Nuestros datos sugieren que el género, las áreas de especialidad y las técnicas utilizadas están correlacionados con esta alta prevalencia

Lesiones musculoesqueleticas presentes en fisioterapeutas.	Rodríguez Bustamante Elizabeth Jazmín	Ciudad de México	2016	Principales lesiones en Fisioterapeutas	Profesionales del área de Fisioterapia	Los fisioterapeutas, como trabajadores del sector salud, están expuestos a diversos riesgos laborales, principalmente por factores ergonómicos.
--	---------------------------------------	------------------	------	---	--	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Romero
Padilla Irais

La prevención de las lesiones en los fisioterapeutas es posible siempre y cuando exista una cooperación activa y permanente de parte del mismo fisioterapeuta y los encargados de diseñar el área de trabajo.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Sánchez
Hernández
Delia Judith

Es importante conocer todos los factores de riesgo latentes en el área de trabajo del fisioterapeuta para poder tomar medidas de prevención de lesiones, también es importante que el fisioterapeuta cuide su higiene postural en todo momento debido a la carga de trabajo articular y muscular que requiere en su vida laboral.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Silva
Aparicio
Luciano

Existen lesiones comunes en todos los fisioterapeutas, algunas más prevalentes que otras, pero también existen lesiones específicas del área de rehabilitación en la que ejerza el fisioterapeuta.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Solís
Barrientos
Vania

Es importante cuidar los desbalances anatómicos en los futuros fisioterapeutas ya que aún no se ha iniciado activamente el ejercicio profesional propiamente dicho, si esta situación no es corregida a tiempo los años de vida profesionales potencialmente saludables se verán reducidos por la presencia de lesiones músculoesqueléticas derivadas de los desajustes posturales; por ello es importante recomendar un programa de control postural sobre esta población.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Verdejo
Zúñiga Israel

De nada sirven todas las medidas preventivas si las personas interesadas no ponen la intención y actitud necesarias para aplicar de manera estricta todas las indicaciones que se les especifica para evitar los problemas.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

De nada sirve que los trabajadores tengan la actitud correcta, pero la dirección del centro no se implique, por lo que se debe tratar de lograr el punto intermedio de equilibrio.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

2.1 Marco Teórico

Trastornos Musculo esqueléticos

Con el fin de documentar el presente trabajo de investigación, se inicia con el abordaje de los conceptos básicos que permiten aportar ideas importantes para el cumplimiento del objetivo de esta propuesta.

Dos entidades han definido a los trastornos musculoesqueléticos como: La OMS los define de la siguiente manera: Por trastornos musculoesqueléticos se entienden los problemas de salud del aparato locomotor, es decir, de músculos, tendones, esqueleto óseo, cartílagos, ligamentos y nervios. Esto abarca todo tipo de dolencias, desde las molestias leves y pasajeras hasta las lesiones irreversibles e incapacitantes (OMS, 2004). Por otra parte, la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo define los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral como las alteraciones que sufren las estructuras corporales como los músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, nervios, huesos y el sistema circulatorio, causadas o agravadas fundamentalmente por el trabajo y los efectos del entorno en el que éste se desarrolla. (OSHA-Europa, 2007)

Tomando como referencia a García (2017), quien define que es un trastorno musculoesquelético, es una “lesión o disfunción que afecta a músculos, huesos, tendones, nervios, ligamentos, articulaciones”. Se enfatiza en espalda, la definición sería lesión o disfunción de estos componentes, pero a nivel de discos intervertebrales o espalda. Lo anterior de acuerdo a su estudio de investigación: Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en rehabilitación.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

En ese sentido, al dirigir estas definiciones al ámbito laboral, dicha disfunción o lesión se puede presentar por varios factores que se caracterizan así:

La realización de movimientos rápidos de forma repetida, aun cuando no supongan un gran esfuerzo físico (por ejemplo: empaquetado, mecanografía, etc.)

El mantenimiento de posturas que suponga una contracción muscular continua de una parte del cuerpo (mobiliario o herramientas inadecuadas), o la realización de esfuerzos más o menos bruscos con un determinado grupo muscular.

La manipulación de cargas, pueden generar alteraciones por sobrecarga en las distintas estructuras del sistema osteo-muscular a nivel de los hombros, la nuca o los miembros superiores.

Por otra parte, se puede precisar otros factores de riesgo, como los Psicosociales que están muy relacionados con la organización del trabajo y de los que se ha demostrado que son importantes en la presencia de estas alteraciones. Así mismo, el trabajo monótono, la falta de control sobre la propia tarea, la presión del tiempo de trabajo, las malas relaciones sociales de trabajo y la penosidad percibida también son factores que influyen de alguna manera en la aparición de las alteraciones y de estas enfermedades de tipo musculoesqueléticas (El Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS), informe sobre el impacto de las enfermedades laborales en España, 2004)

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Es así, como se dirige esta observación al personal de la salud, quienes por la naturaleza en la realización de sus actividades laborales se encuentran sometidos y expuestos a muchos de los factores de riesgo que anteriormente se mencionaron. En este sentido, orientamos esta propuesta investigativa hacia el personal del área de Fisioterapia, quienes por tratamientos, protocolos de manejo y de las mismas patologías de sus pacientes a cargo, deben asumir posiciones o posturas por tiempos prolongados, realizar también manejo de cargas de manera constante e inadecuada por lo general cuando se enfrentan a pacientes que presentan disminución en su movilidad; lo que provoca sobrecargas y realización de palancas largas, haciendo que el estrés sobre cada disco intervertebral y en la columna sea alto.

En este sentido, Hidalgo S (2015), se refiere al personal de la salud, principalmente al Fisioterapeuta, como aquel que brinda un tratamiento al paciente con alteraciones musculoesqueléticas.

Sin embargo, desde las definiciones de la fisioterapia, se considera que esta es una disciplina de la salud que ofrece una alternativa terapéutica, utiliza diferentes formas de energía tanto naturales como elaboradas técnicamente y sus procedimientos tienen cómo requisito obligatorio la elaboración de un diagnóstico por parte del profesional del área de Fisioterapia previo a la aplicación del tratamiento.

Cabe destacar, que el tipo de procedimientos aplicados por los profesionales del área de fisioterapia permiten un acercamiento asertivo entre el terapeuta y el paciente, lo que favorece y aporta de manera significativa hacia el proceso de recuperación.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

El objetivo principal de la fisioterapia está orientado a promover la rehabilitación a través de la optimización y utilización de procedimientos naturales. Para Ehrenberg (2010), hace referencia acerca del tratamiento propio para este, siendo esta víctima de estas patologías o lesiones dadas por su quehacer diario.

Por esta razón, se considera que estos profesionales del área de fisioterapia, presentan un alto riesgo de padecer lesiones de tipo musculoesqueléticas, según lo evidencia un estudio realizado en el año 2017, por García H, donde refiere que son altas estas lesiones y las zonas más afectadas son la cervical y la lumbar, debido a las malas posturas en que los fisioterapeutas deben trabajar y el manejo de cargas que realizan, junto a ello, también sumado las extensas jornadas laborales que deben darle cumplimiento obligatorio. Sin embargo, es preciso señalar algo importante y es que la alteración de postura y alteración en su ergonomía en su conceptología refiere diferencias. Remitiéndonos a la historia, cabe mencionar que en el año 1857, fue la primera vez que se utilizó el término Ergonomía por el Ingeniero Polaco, W. Jastrzebowski, en su obra "Esbozo de la Ergonomía" (Ramírez Cavassa, 2010, pág. 13) y Murrell (1949) dio por primera vez una definición de ergonomía, como "El conjunto de los estudios científicos de la interacción entre el hombre y su entorno de trabajo". De la misma manera, es importante clarificar la definición de ergonomía y postura; Hidalgo S. (2015) relaciona que la palabra ergonomía se deriva de la palabra griega "ergon" que significa trabajo y de "nomos" que significa leyes, para expresar la ciencia del trabajo.

En este sentido, entonces se puede definir el término postura como la posición de los segmentos en el espacio, que se mantienen por tiempos prolongados, haciendo o provocando alteraciones en esta, desarrollando las "malas posturas". En este sentido ergonomía y postura se relacionan en que la posición dentro del ambiente laboral lo

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

determina la postura que se debe asumir en cada una de las actividades y la posición del entorno junto con el rol laboral.

Junto con lo anterior, es preciso señalar cuales son las condiciones en las que el Fisioterapeuta se desempeña en la realización de sus labores y la razón por la cual se determina la afectación de su sistema musculoesquelético en la realización de sus actividades de tipo laboral. Para ello, es importante diferenciar las áreas en las cuales se desempeña y los diferentes roles que debe cumplir, por ejemplo:

En el área de neurorrehabilitación el fisioterapeuta debe cumplir con levantamiento de cargas de pacientes con alteración en su sistema nervioso central o periférico; dichos pacientes recibirán tratamiento en modalidades como hidroterapia, mecanoterapia, gimnasio, entren otros.

Si se desempeña en un área Osteomuscular, el fisioterapeuta debe cumplir sus funciones en modalidades como consulta externa, atención domiciliaria entre otras.

Si por su parte el fisioterapeuta trabaja en áreas como terapia respiratoria o UCI, su modalidad será cuidado crítico, hospitalización y atención domiciliaria. Lo anterior para relacionar el manejo de su cuerpo de acuerdo a cada lesión o patología que el paciente refiera y la cantidad de tiempo que debe durar en estas posturas.

En cada una de las modalidades que anteriormente se mencionan, el fisioterapeuta cumple con la realización de ciertas funciones; -en el estudio realizado por Hidalgo S (2015) que referencia a Merino (2010), establece que entre las funciones propias del quehacer del profesional del área de fisioterapia se mencionan las siguientes:

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Realizar valoraciones diagnósticas adecuadas.

Establecer intervenciones en los pacientes a través de la técnica de fisioterapia más adecuada.

Realizar técnicas manuales de acuerdo a cada patología.

Aplicación de equipos de electromagnéticos.

Tratamientos con frío y termoterapia

Ejercicios terapéuticos para incrementar la fuerza y resistencia y mejorar la movilidad y coordinación.

Colocación y retirada de férulas

Realización de vendajes y vendajes funcionales

Asesorar a los pacientes y a sus familiares, acerca de técnicas domiciliarias de tratamiento de acuerdo a su patología.

Establecer acciones encaminadas a la promoción de salud.

Es decir, cumple con muchas funciones que implican el mantener posturas o posiciones por tiempo prolongados, realizar maniobras o cargas altas, lo que implica alteración en la ergonomía del fisioterapeuta dentro de su rol laboral.

En este sentido y como un punto importante encontrado en la literatura, refiere una relación estrecha entre los trastornos musculoesqueléticos con los factores de riesgo de tipo psicosociales; estudios evidenciados dentro del manual de alteraciones musculoesqueléticas, (posturas del trabajo, evaluación de alto riesgo, España 2015) sugieren que la percepción de la intensidad de la carga de trabajo, el trabajo monótono, un limitado control sobre el trabajo, poca claridad de las funciones (ambigüedad del rol) y un bajo apoyo social están asociados con varios de los trastornos musculoesqueléticos derivados del trabajo, aunque estos estudios no presenten aportes concluyentes, ya que no relacionan 100% la aparición de síntomas físicos con alteración psicosocial únicamente; el relación con la labor del fisioterapeuta, este se

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

puede ver afectado por este factor psicosocial, debido al manejo de personas con enfermedades, que en ocasiones requieren apoyo emocional ya por su condición inicial y no tan solo física y dos, por carga laboral que genera altos niveles de estrés que se manifiestan o se convierten en síntomas físicos.

Al presentarse alteraciones musculoesqueléticas, se desarrollan síntomas que permiten identificar el área alterado, en este sentido se pueden señalar algunas manifestaciones de las alteraciones musculoesqueléticas en esta población y a nivel general como lo son:

Dolor en los músculos o las articulaciones

Sensación de hormigueo en el brazo o la mano

Pérdida de fuerza y sujeción en la mano

Pérdida de sensibilidad y hormigueo (Manual de alteraciones musculoesqueléticas, 2004).

En este caso nos vamos a dirigir especialmente a estas manifestaciones nivel de espalda, se dice que las alteraciones de espalda, se relacionan más con levantamiento de cargas o trabajo pesado (posturas del trabajo, evaluación de alto riesgo, España 2015); podríamos relacionarlo en la modalidad de hospitalización y neurorrehabilitación, donde el fisioterapeuta, debe realizar levantamiento de pacientes con cirugías recientes, pacientes con alteraciones neurológicas, donde su movilidad esta reducida o nula en algunos casos, provocando que el Fisioterapeuta para lograr más funcionalidad en este, realice:

Levantamiento de segmentos corporales pesados

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Movilizaciones que le provoquen asumir posturas inadecuadas, con palancas largas generando rotaciones y malos posicionamientos de espalda por algún tiempo

Incorporar a pacientes que llevan tiempo de inmovilización, lo cual no favorecen el cambio de posición, entre otras actividades

Conllevando así, a la adopción de posturas inadecuadas y alteración de la ergonomía durante la jornada laboral, dando paso a las manifestaciones que anteriormente se mencionaron; pero a nivel de espalda, aumentando así las incapacidades de incorporarse, mantener alineación postural (esta entendida como la simetría de los segmentos corporales dentro de una base de sustentación, junto con cargas de peso simétricas en miembros inferiores y tronco)

Desde lo anteriormente referenciado, es importante precisar que los profesionales del área de fisioterapia, haciendo parte del grupo del personal de los profesionales de la salud, se enfrentan en diferentes modalidades y áreas de trabajo; alterando de una manera importante la ergonomía y las posturas durante sus jornadas laborales. Además, en algunas áreas específicas no se les permite cuidar adecuadamente las estructuras de la espalda dado el levantamiento de cargas, por ejemplo. Es así como, se tiende a mejorar la activación de la musculatura anti gravitatoria con el fin de favorecer estabilidad lumbar, distribución de cargas, generar pausas activas durante jornadas laborales más enfatizadas al manejo de palancas, estiramientos y fortalecimiento muscular de tronco

Es preciso, recordar siempre que la prevención primaria es más que importante para evitar la presencia de lesiones que provoquen incapacidades o ausentismo laboral

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

2.2 Marco Conceptual

Factor de Riesgo: Posible causa o condición que puede ser responsable de la enfermedad, lesión o daño (Resolución 2646, 2008)

Riesgo ergonómico de carga física: Todos aquellos aspectos organizacionales derivados de las tareas o los procesos que ejecute el empleado, es decir, son las condiciones de trabajo que generan repercusión en la salud, causando afectación en la productividad del trabajador por motivo de cargas físicas (estáticas o dinámicas), posturas o por el diseño del puesto de trabajo.

Fisioterapia: Es una rama de las ciencias de la salud que utiliza los agentes físicos (elementos naturales) para restaurar la función una vez perdida o evitar que se pierda en individuos o poblaciones. Está centrada en el movimiento y la función humanos y en maximizar su potencial. Se sirve de técnicas físicas para favorecer, mantener y restaurar el bienestar físico, psicológico y social, teniendo en cuenta las variaciones en el estado de salud. Es decir, tiene en cuenta la globalidad del paciente en el tratamiento.

Carga física: Se refieren a los factores que entorno a la labor realizada imponen en el trabajador un esfuerzo físico e implica el uso de los componentes del sistema osteomuscular y cardiovascular. Estos factores son: postura, fuerza y movimiento.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Carga estática: Originada por la prolongada contracción muscular es más fatigoso que el esfuerzo dinámico o sea el movimiento.

Posturas: La postura de trabajo, dentro del esfuerzo estático, es la que un individuo adopta y mantiene para realizar su labor. La postura ideal y óptima dentro de esta concepción sería: la posición de los diferentes segmentos corporales con respecto al eje corporal con un máximo de eficacia y el mínimo de consumo energético, además de un buen confort en su actividad.

Carga dinámica: Es la ocasionada por el trabajo muscular durante el movimiento repetitivo o durante acciones esforzadas como el levantamiento y transporte de cargas o pesos. Se convierte en factor de riesgo cuando el esfuerzo realizado no es proporcional al tiempo de recuperación, cuando el esfuerzo se realiza sobre una carga estática alta, cuando hay alto requerimiento de movimientos repetitivos.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

3. MARCO METODOLÓGICO

Se inicia con una exhaustiva recopilación de información bibliografía, encaminando nuestra investigación de tipo cualitativa cerca de las alteraciones musculoesqueléticas en personal de fisioterapia en diferentes modalidades y con diferente tipo de paciente, donde se busca identificar: Cuales son las alteraciones más importantes y que zona de la espalda es la más afectada.

Se tienen en cuenta criterios de exclusión e inclusión de esta revisión bibliografía

Criterios de búsqueda:

Palabras claves: Fisioterapia, alteraciones musculoesqueléticas, alteraciones cervicales, dorsales o lumbares, carga física, alteración ergonómica.

Criterios de inclusión:

Artículos indexados;

Estudios aplicados en personal de fisioterapia

Alteraciones musculo esqueléticas de zona de espalda

Alteraciones dadas por el rol laboral

Criterios de exclusión: Otro tipo de población el sector de la salud

Alteraciones en otras zonas del cuerpo

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Esta información se recopilará en una matriz bibliográfica, que será nuestro instrumento a utilizar, donde irán los siguientes criterios

Nombre del instrumento: Matriz de recopilación bibliográfica-Alteraciones musculoesqueléticas en personal de fisioterapia

Criterios de búsqueda: Palabras claves /indexación

Nombre del artículo/referencia: Título en el idioma del artículo

Autores (todos los autores)

Lugar: Institución de realización del estudio

Revista indexada (nombre completo de la revista)

Año: Año de la publicación

Volumen y Número

Referencia: Referencia tipo APA

Tipo de estudio

Nivel de evidencia

Temática

Naturaleza del artículo (porque querían estudiar los autores ese tema)

Población y muestra

Criterios de inclusión

Criterios de exclusión

Tipo de análisis de datos (si utilizan estadísticas, en investigaciones cualitativas)

Resumen de las conclusiones de los autores

Limitaciones del estudio según los autores

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Recomendaciones de los autores

Realización de la guía (documento en folleto), para el manejo de cargas, en este caso pacientes, realización de estiramientos antes y después de realizar las sesiones de terapia, manejo de activación muscular abdominal para el cuidado y estabilidad de columna, manejo de agarres, evitando la fatiga de la mano.

Esta guía será en forma de folleto, donde inicialmente se explica las consecuencias dadas por dichas alteraciones osteomusculares al personal de fisioterapia, y en cada alteración se podrá explicar mecanismos de autocuidado

3.1 Tipo de estudio

Descriptivo

3.2 Población

Profesionales de las áreas de Fisioterapia de las diferentes instituciones prestadoras del servicio de salud que operan en la Ciudad de Ipiales-Nariño.

3.3 Procedimientos

Ver Tabla No. 1 Cronograma de las actividades a desarrollar dentro de la ejecución del proyecto en los profesionales de fisioterapia de las instituciones prestadoras de servicios de salud de la ciudad de Ipiales Nariño

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

3.4 Técnicas para la recolección de la información

Se basó en la aplicación de una matriz bibliográfica, que cumple la función de recopilar toda la información de investigaciones anteriores que identifiquen las alteraciones musculoesqueléticas en profesionales de fisioterapia, sin importar el área de trabajo

Ver Tabla No. 2 Diseño del Instrumento y Tabla No. 3 Ficha Técnica

3.5 Técnicas para el análisis de la información

Ver Tabla No. 4 Aplicación del Instrumento; donde se utilizó la revisión bibliográfica y se distribuyó de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión de los artículos de investigación

3.6 Consideraciones Éticas

Para efectos del presente ejercicio de investigación, Se considera que se encuentra dentro de la clasificación a. Investigación sin riesgo: Son estudios que emplean técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos y aquellos en los que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio, entre los que se consideran: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se le identifique ni se traten aspectos sensitivos de su conducta.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

El abordaje de la guía brinda pautas precisas a los profesionales del área de Fisioterapia para el manejo adecuado de cargas y se promueva por el autocuidado del cuerpo que les facilite mejorar en su calidad de vida tanto profesional como laboral.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

4. Análisis de Resultados

Los resultados planteados de la presente investigación, se dirigen hacia las alteraciones musculoesqueléticas a nivel lumbar, ya que para realizar los levantamientos de los pacientes deben realizar distintos tipos de palancas que conllevan a mala distribución de cargas en el cuerpo del profesional. El desarrollo de la guía dará una perspectiva más clara para el cuidado del profesional y el mejoramiento de la calidad de vida de los fisioterapeutas dentro de su rol laboral.

Al realizar la matriz bibliográfica, se identificaron varios aspectos muy relevantes que se manifiestan en la calidad de vida del fisioterapeuta durante su quehacer profesional.

Los fisioterapeutas laboran en extensas jornadas, lo que implica un manejo de cargas que provocan lesiones osteomusculares, las cuales al no ser tratadas a tiempo, generan lesiones crónicas en segmentos corporales especialmente a nivel de espalda. En vista de que durante las jornadas de trabajo no se realiza pausas activas y no se implementan actividades de cuidado osteomuscular, las jornadas laborales siguen siendo prolongadas en relación al trabajo realizado, por lo cual genera fatiga muscular y por ende aumentar las lesiones ya instauradas.

En relación con lo anterior, se señala también que estas lesiones se desarrollan e instauran con mayor frecuencia, dado que el personal de fisioterapia por lo general no utiliza las medidas preventivas para evitar las alteraciones osteomusculares, además, desde la academia no se generan pautas sobre el autocuidado de las articulares y de los tejidos blandos.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Quintero (2006), refiere que la mayoría de fisioterapeutas de este estudio refirió que los dolores músculo-esqueléticos eran derivados de su ejercicio profesional, esto es de gran importancia considerando que conocen a profundidad la relación existente entre biomecánica corporal, ergonomía y dolor músculo-esquelético y lo han evidenciado a partir de su experiencia. Se recomienda para futuras investigaciones, incluir un número mayor de fisioterapeutas de diferentes instituciones y de áreas especializadas. Por lo cual es sumamente importante determinar el área de trabajo del fisioterapeuta, para determinar, programas de cuidado, tiempo de la jornada laboral, entre otras alternativas para su cuidado.

Se recomienda por otra parte, que en estudios posteriores, se realice una investigación por área de trabajo para determinar las lesiones más comunes en cada una y así generar una guía que sea específica y encaminada a cada necesidad.

4.1 Guía del fisioterapeuta

Esta guía se realiza con el fin de dar respuesta a las necesidades encontradas en nuestra búsqueda bibliografía, acerca de todas las alteraciones posturales y problemas de salud que presenta el fisioterapeuta en su quehacer diario. Es una base general acerca de cuidado de la postura, levantamiento de cargas, pausas activas dentro de la jornada laboral entre otros, teniendo en cuenta que este es un trabajo que supone presenta posiciones forzadas e incómodas durante toda la jornada laboral.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

En base a esto, se decide realizar la siguiente guía, con el fin de brindar al profesional un apoyo básico acerca del cuidado de la salud para poder seguir ejerciendo su profesión y dando buenos resultados con su quehacer profesional

Dentro de la investigación se observó dos tipos de causas que provocan mayores lesiones es el levantamiento de cargas y las posturas inadecuadas por tiempo prolongado, por lo cual iremos direccionando cada actividad a estas dos causas.

Figura 1: *Manipulación de cargas: Estas pueden generar:*



Nota: hace referencia a la presencia de fatiga muscular y las lesiones osteomusculares presentes por la misma . https://www.uv.es/sfpenlinia/cas/321fatiga_fsica.html

Dentro de esta manipulación de cargas, se busca proteger todas las estructuras de espalda tronco y miembros inferiores.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Figura 2: Manipulación de Cargas



https://www.researchgate.net/figure/Figura-1-Levantamiento-manual-de-carga-Fuente-Agita-2016_fig1_328542398

Se tiene en cuenta que, en ocasiones por agilidad y peso del paciente, la manipulación de este es más compleja:

Entonces:

1. Busca ayuda con el familiar o en su efecto con auxiliar de terapia y hacer la manipulación lo más cercana a la descripción anterior.

Figura 3: Manejo de paciente en cama



<https://libreria.xunta.gal/sites/default/files/documents/12-0230.pdf>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

2. Utiliza siempre medios que alivianen el peso del paciente

Figura 4: Manejo de paciente con ayudas electrónicas o con ayuda externa



<https://libreria.xunta.gal/sites/default/files/documents/12-0230.pdf>

Posturas inadecuadas

El personal de fisioterapia, de acuerdo a la recopilación de dato, se evidencia que maneja posturas inadecuadas y por tiempos prolongados; en las cuales provocan lesiones agudas que no son atendidas inmediatamente para convertirse en lesiones crónicas y posibles enfermedades

Dentro de estas están:

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

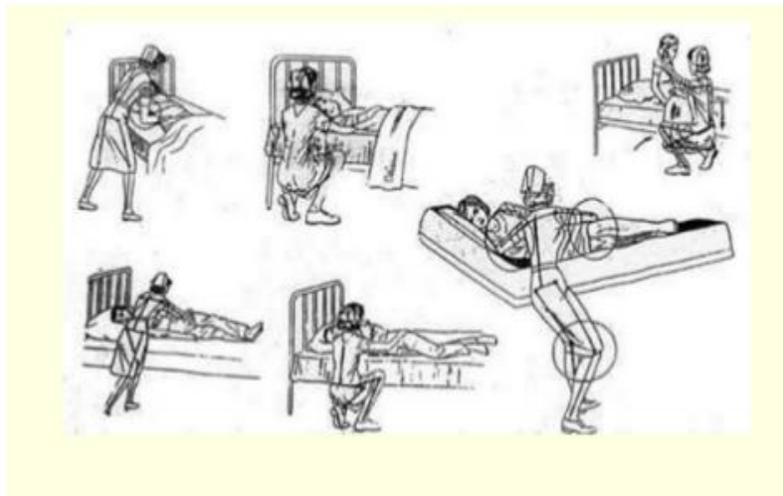
Figura 5: *Posturas adecuadas vs inadecuadas*



<https://es.slideshare.net/cicatsalud/riesgos-ocupacional-ergonoma-en-quirfano-cicatsalud>

Junto con:

Figura 6: *Posturas adecuadas para el manejo del paciente*



<https://es.slideshare.net/cicatsalud/riesgos-ocupacional-ergonoma-en-quirfano-cicatsalud>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Que se debe hacer:

Humanizar atención para el profesional. Organización de cada tarea por profesional

Generar turnos donde el fisioterapeuta tenga más tiempo de descanso

Instalación de ayudas técnicas y tecnológicas para la manipulación del paciente en tiempo más cortos

Entrenamiento a familia y cuidadores en la manipulación del paciente

Ajustar alturas de mobiliario con que se cuenta para el paciente

Manutención de este mobiliario

Pausas activas más frecuentes durante la jornada laboral

Realizar mayor estiramiento de zona cervicodorsal lumbar miembros inferiores y superiores

Mantener estabilidad de columna con adecuada contracción de musculatura abdominal

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

TABLAS

Tabla No. 2 Cronograma

FASE	ACTIVIDADES	SEMANAS									
		1 (3 Feb- 15 Mar)	2 (16 Mar- 5 Abr)	3 (13 Abr- 3 May)	4 (4 May- 7 Jun)	5 (12 Jun- 25 Jul)	6 (29 Jun- 6 jul)	7 (7 Jul- 10 Ago)	8 (17 Ago- 21 Sep)	9 (28 Sep- 19 Oct)	10 (20 Oct- 17 Nov)
INICIAL	Importancia de la Investigación El tema de Investigación Como definir el planteamiento del problema										
PREPARATORIA	Resumen de la Propuesta Antecedentes Justificación Problema de Investigación Objetivos Cronograma Presupuesto										
TRABAJO DE CAMPO	Metodología Consideraciones Éticas Datos Requeridos										
REVISION DEL GRUPO DE INVESTIGACION	Aval del Comité focal de Investigaciones										
APROBACION	Fase de aprobación para la presente ejecución										
ANALÍTICA	Revisión Bibliográfica										
DISEÑO	Guía o Instructivo										

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

INFORMATIVA	Informe de Investigación	
SOCIALIZACION	Presentación de resultados e impacto	

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Tabla No. 3 Diseño del Instrumento

Criterios de búsq ue da	No mb re del es	A ut or es	Lu gar	Re vis ta In xa da	Añ o	Vo lu men en (N ú m er o)	Ref ere ncia	Tip o de Est udi o (ap lica sol ent e par a los cul artí os ind ex ad os)	Niv el de Evi de ncia (ap lica sol ent e par a los cul artí os ind ex ad os)	Te m ática	Nat ural (ap lica sol ent e par a los cul artí os ind ex ad os)	Pobl ación (ap lica sol ent e par a los cul artí os ind ex ad os)	Mu estra (ap lica sol ent e par a los cul artí os ind ex ad os)	Crite rio de Inclu sión Ex clu sión (ap lica sol ent e par a los cul artí os ind ex ad os)	Crit erio de An ális is de dat os (ap lica sol ent e par a los cul artí os ind ex ad os)	Res um en de las Con clus ione s de los aut ores	Lim itaci ones del est udi o sobre seg ún los aut ores	Reco mend acion es de los autor es sobre interv ención
Palabras clave / Índex ación	Título	T odos los autores	Ins titución de rea liza ción del est udi o	El no br e de la revista	Año de pu blic ación	Ej. 25	La ref ere ncia	Ej. RC T, Co hor te, cas o (es tilo AP A)	Ce ntr e for Evi de ncia	Por qu e	La total de su jetos re ún en las cara cterísti cas que hac en part e del estu dio.	El gru po sub conjun to que deri van de la pobl ación	Est adístic a us ad a con qu é val or P (en an ális is cu alit ativ as	Durac ión, Técn icas utiliza da				

Fuente: elaboración propia

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Tabla No. 4 Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA MATRIZ BIBLIOGRÁFICA
<p>Con el propósito de dar cumplimiento al Objetivo General de la presente investigación, se utiliza como instrumento una Matriz de Recolección Bibliografía. Dicha Matriz, permite abordar los diferentes e importantes aportes relacionados con el Objetivo planteado del presente ejercicio de Investigación y de esta manera, tomar como referencia lo anterior, para el desarrollo de la Guía de Cuidado Ergonómico en el personal del área de Fisioterapeuta en la Ciudad de Ipiales-Nariño.</p> <p>La Matriz de Recolección Bibliográfica considera los siguientes aspectos importantes:</p> <p>CRITERIOS DE BÚSQUEDA: Se considera importante, para identificar o generar un primer filtro en la búsqueda de información y encontrar la que mas más se aplique a la presente investigación.</p> <p>Con fines de identificación de cada aporte y nivel de importancia a la investigación, se abordan criterios como: NOMBRE DEL ARTÍCULO, AUTORES, LUGAR DONDE SE REALIZO LA INVESTIGACIÓN, AÑO, SI FUE PUBLICADO EN REVISTA INDEXADA, VOLUMEN, REFERENCIA SEGÚN APA, TIPO DE ESTUDIO Y NIVEL DE EVIDENCIA.</p> <p>Ubicamos dentro de los aspectos de la Matriz, CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN, con el fin de ser más específicos en la recolección de la información que aplicara al desarrollo de la Guía como producto final del Ejercicio de Investigación.</p> <p>En este mismo sentido, planteamos un criterio de suma importancia para la Investigación, que es LA LIMITACIÓN QUE PRESENTO CADA ESTUDIO Y LAS RECOMENDACIONES DE LOS AUTORES SOBRE INTERVENCIÓN, esto con el fin de identificar posibles falencias del trabajo Investigativo y de esta manera evitarlas en el desarrollo de la Guía.</p>

Fuente: elaboración propia

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Tabla No. 5 Aplicación del Instrumento

Criterios de búsqueda	Nombre del Artículo/ Referencia	Autores	Lugar	Revista Indexada	Año	Volumen (Número)	Referencia	Tipo de Estudio (aplicación solamente para los artículos indexados)	Nivel de Evidencia (aplicación solamente para los artículos indexados)	Temática	Naturaleza (aplicación solamente para los artículos indexados)	Población (aplicación solamente para los artículos indexados)	Muestra (aplicación solamente para los artículos indexados)	Criterio de Inclusión de la muestra (aplicación solamente para los artículos indexados)	Criterio de Exclusión (aplicación solamente para los artículos indexados)	Tipo de Análisis de datos (aplicación solamente para los artículos indexados)	Resumen de las Conclusiones de los autores	Limitaciones del estudio según los autores	Recomendaciones de los autores sobre intervención
-----------------------	---------------------------------	---------	-------	------------------	-----	------------------	------------	---	--	----------	--	---	---	---	---	---	--	--	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Palabras claves/ Indexación	Título en el idioma del artículo	Todos los autores	Institución de realización del estudio	El nombre completo de la revista	Año de publicación	Ej. 25 (2)	La referencia completa (estilo APA)	Ej. RCT, Cohorte, caso estudio	Centros for Evidence-based Medicine	Porque quería estudiar los autores el tema.	La totalidad de sujetos que reúnen las características que los hacen parte del estudio	El subgrupo o subconjunto que derivan de la población	Estadística usada con qué valor P (en análisis cualitativos)	Duración, Técnicas utilizadas
-----------------------------	----------------------------------	-------------------	--	----------------------------------	--------------------	------------	-------------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------	---	--	---	--	-------------------------------

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ENFERMEDADES OSTEO MUSCULARES EN FISIOTERAPIAS	Dolor músculoesquelético en fisioterapeutas del Municipio de Popayán	Verdaz, P. Paz, Claral	Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud	LCC: Medicina (General)	2006 Vol 8	Verdaz, P. (2006). Dolor músculoesquelético en fisioterapeutas del Municipio de Popayán. Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud. Vol 8.	Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal	IV	Identificar la frecuencia de dolor músculoesquelético en los fisioterapeutas asistenciales que laboran en la Ciudad de Popayán	Que y cuales son los dolores musculoesqueléticos en los fisioterapeutas asistenciales de la Ciudad de Popayán	Personal de Fisioterapia	27 Profesionales de Fisioterapia	Que fueran profesionales de fisioterapia, tener contacto con mas de un año en las IPS de caucasia	Cualquier profesional de otra carrera de la salud	Utilizan dos cuestionarios: 1. identificación sociodemográfica, tipo de deficiencia forma de realizar el trabajo, riesgo de los equipos y formas de trabajo. Y un cuestionario #2, donde identifican síntomas	El dolor músculoesquelético más frecuente se encontró en la zona baja de la espalda, espalda media, hombro, rodillas, pies, caderas y codos.	No identifican limitaciones	Recomiendan medidas preventivas, desde las escuelas de formación de fisioterapia, con el fin de que los futuros profesionales puedan ejecutar las competencias propias del ejercicio con eficiencia, eficacia, efectividad y sin discapacidad
--	--	------------------------	--	-------------------------	------------	---	--	----	--	---	--------------------------	----------------------------------	---	---	---	--	-----------------------------	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

de
dolor
musc
uloes
quelet
ico.
Todo
Basad
o en
los
princi
pios
bioetic
os de
Helsin
ki.
Analis
is de
datos
con
una
base
en -
SPSS
11.0
(atlant
a -
Georg
ia
USA
2001)

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

CONDICIONES ERGONOMICAS, ACTIVIDAD EN FISIOTERAPIAS	Condiciones ergonómicas de la actividad en fisioterapia de instituciones prestadoras de salud en Bogotá.	Criales, Bogotá	Bogotá	2011	1	IV	Criales, Guevara, Zamora (2011). Condiciones ergonómicas de la actividad en fisioterapia de instituciones prestadoras de salud en Bogotá. Escuela Colombiana de Rehabilitación	Disminución de algunas posturas forzadas que tienen efecto muscular de las alteraciones aparicion lenta y caracter inofensivo aparicion, por lo que se ignora el síntoma hasta que se hace crónico y aparece el	Fisioterapia	No clasifican criterios de inclusion	Existen numerosas actividades que los Fisioterapeutas realizan a lo largo de la jornada laboral, que llevan a la aparición de lesiones en el organismo en especial en el sistema muscul	Los Terapeutas Físicos que laboran en el área clínica asistencial en Instituciones Prestadoras de Salud (IPS), realizan actividades de promoción, prevención e intervención en alteraciones de origen musculoesquelético, y para esto deben utilizar elementos como: vibradores, ultrasonid
---	--	-----------------	--------	------	---	----	--	---	--------------	--------------------------------------	---	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

daño	ulo	os,
perma	esqu	electroesti
nente;	elétic	muladores
se	o.	,
localiz		hidrocolle
an		ctors y
funda		congelado
mental		res, en
mente		donde
en el		además
tejido		emplean
conect		otros
ivo,		recursos
sobret		terapéutic
odo en		os, como
tendon		masajes,
es y		estiramien
sus		tos,
vainas		fortalecimi
, y		entos y
puede		otras
n		técnicas
tambié		específica
n		s de la
dañar		profesión.
o		
irritar		
los		
nervio		
s, o		
impedi		
r el		
flujo		
sanguí		
neo a		

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Gue
vara
V,
Son
ia
del
Pila
r

25
7

través
de
venas
y
arteria
s. Son
frecue
ntes
en la
zona
de
hombros
y
cuello.

Por ende,
existen
numerosas
actividades
que los
Fisioterapeutas
realizan a
lo largo de
la jornada
laboral,
que llevan
a la
aparición
de
lesiones
en el
organismo
en
especial
en el
sistema
musculo
esquelético,
debido
al
aumento
de la
demanda
la cual
origina
incremento
en el
ritmo de
trabajo,
concentrándose
el
esfuerzos,

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

en elementos pequeños de la anatomía, especialmente en: manos, muñecas, codos y hombros. Estos factores, junto con la falta de períodos de descanso y recuperación hacen que aumenten la fatiga y las lesiones.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Zamorano, E.,
Hugo
Hernan

En Colombia las enfermedades profesionales afectan a un grupo importante de la población trabajadora. De ellas, los desórdenes de origen musculoesquelético ocupan el primer lugar de la morbilidad profesional del régimen contributivo según la Guía de atención basada en la evidencia para Desordenes Musculoesqueléticos

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

os (DME)
relacionad
as con
movimient
os
repetitivos
de
miembro
superior.
Según
Weil, el
dolor
musculoe
squelético
produce
grandes
limitacione
s
funcionale
s en el
desarrollo
de
actividade
s
laborales,
extralabor
ales y de
la vida
diaria,
viéndose
afectada
la
productivi
dad y la
calidad en
la
atención
de los
servicios.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Aspectos relevantes hoy en día en relación con la Ergonomía, como también en la prevención de los trastornos musculoesquelético que pueden derivarse de una inadecuada concepción del puesto de trabajo o de un desequilibrio en las actividades de la vida diaria, trabajo y esparcimiento.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Se ha demostrado que las posturas de trabajo muy exigentes por tiempos prolongados como bipedestación, con flexión, o torsión constante de tronco, levantamiento constante de cargas ligeras ó pesadas, manejo constante de materiales manuales, halar o empujar, posición de cuclillas o arrodillado, aplicación de fuerzas y desviación

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

es
posturales
significativ
as de
espalda,
cuello y
muñecas,
son
factores
que
pueden
influir en
la
aparición
de
procesos
dolorosos.
Además
es de
anotar
que las
posturas
forzados
tiene
efectos
musculoe
squelético
s, los
cuales
son de
aparición
lenta y de
carácter
inofensivo
en
apariencia
, por lo
que se
suele

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ignorar el
síntoma
hasta que
se hace
crónico y
aparece el
daño
permanen
te; se
localizan
fundament
almente
en el
tejido
conectivo,
sobretudo
en
tendones
y sus
vainas, y
pueden
también
dañar o
irritar los
nervios, o
impedir el
flujo
sanguíneo
a través
de venas
y arterias.
Son
frecuentes
en la zona
de
hombros y
cuello.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

RIESGO ERGONÓMICO EN FISIOTERAPIAS	Riesgo ergonómico laboral en fisioterapeutas de un centro de rehabilitación física	Leyva, B. Martinez J; Meza J; Martinez A; Cerqueira C	Revista Médica Herediana	No reportada	2011	Vol 122	No definido tipo de estudio	IV	Determinar el riesgo ergonómico laboral de los fisioterapeutas, realizamos un estudio en fisioterapeutas del Departamento de Investigación y Docencia de Lesiones Centrales del Instituto Nacional de Rehabilitación del Callao	Leyva, B. (2011). Riesgo ergonómico laboral en fisioterapeutas de un centro de rehabilitación física. Revista Médica Herediana. Vol 22, P 42-43	Identificar el riesgo ergonómico en el que hacer de los fisioterapeutas de Departamento de Investigación y Docencia de Lesiones Centrales del Instituto Nacional de Rehabilitación del Callao	Fisioterapeutas del Departamento de Investigación y Docencia de Lesiones Centrales del Instituto Nacional de Rehabilitación del Callao	Se evaluaron a 9 fisioterapeutas	Mas de 6 horas laborales profesionales que se desempeñan con personas con discapacidad moderada severa, evaluadas en 4 posiciones diferentes	Jornadas laborales a 6 horas. Trabajo con pacientes, profesiona ls con alguna enfermedad aguda durante el periodo de evaluacion	Utilizaron la Rapid Entire Body Assessment (REBA). La REBA, ha sido validada y aplicada en Latinoamérica por Véliz y actualmente está siendo utilizada por la Sociedad Ergonómica del Perú	De acuerdo a las posiciones mantenidas y la division por genero, se presentan en mayor porcentaje algunas lesiones musculoesqueleticas	No identifican limitaciones, programas preventivos.	Recomiendas por el alto grado de riesgos, programas preventivos.
------------------------------------	--	---	--------------------------	--------------	------	---------	-----------------------------	----	---	---	---	--	----------------------------------	--	---	--	--	---	--

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

										Lesiones Centrales del Instituto Nacional de Rehabilitación del Callao							
ERGONOMIA, BIOMECANICA, CARGAS MECANICAS	Problemas musculoesqueléticos en los fisioterapeutas	Skidopoulos A.	Grupo de investigación BIOERGO, ~	Fisioterapia	2014	Vol 36	Skidopoulos,	Estudio epidemiológico descriptivo transversal	IV	Tipo de problemas musculoesqueléticos relacionados con el trabajo	Los fisioterapeutas, en muchos casos, atribuyen a su Fisioterapia 41 fisioterapeutas	No clasifican criterios de inclusión	El porcentaje de la población trabajadora masculina y femenina	Utilizan el protocolo Nordic Questionnaire, modificado por el Health and Safety Executive de	Se puede indicar que el nivel de riesgo de presentar problemas musculoesqueléticos relacionados con el trabajo es alto y, por lo tanto, es necesario	No identifican limitaciones	Es necesario organizar el trabajo con

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

<p>Gianikellis K. Universidad de Extremadura, Cáceres, España</p>	<p>Gianikellis (2014). Problemas musculoesqueléticos en los fisioterapeutas</p>	<p>que presentan los fisioterapeutas durante el ejercicio de su actividad profesional. Como los porcentajes indican, las zonas de las</p>	<p>(8 hombres y 33 mujeres), con edades comprendidas entre 25 y 55 años</p>	<p>que es capaz de ejercer las cuatro actividades dependientes solo de la actividad, sino también del percentil en que esté</p>	<p>Reino Unido</p> <p>organizar el trabajo con criterios ergonómicos, así como mejorar el diseño de los elementos del entorno de trabajo de los fisioterapeutas. Los datos obtenidos muestran que los fisioterapeutas presentan problemas de origen músculo-</p>	<p>criterios ergonómicos, así como mejorar el diseño de los elementos del entorno de trabajo de los fisioterapeutas</p>
	<p>Página 117-126</p>					

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

que
más
se
aqueja
n los
encue
stados
debido
a la
propia
activid
ad
laboral
son el
cuello,
la
parte
superi
or e
inferior
de
la
espald
a y las
munec
as/ma
nos. ~
Los
proble
mas
que
refiere
n se
han
clasific
ado
por
zonas
corpor

esquelétic
o en
unporcent
aje muy
alto.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ales y
se
presen
tan a

contin
uación

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

DOLOR MUSCULAR, ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS EN FISIOTERAPIAS	Características laborales y prevalencia de dolor musculoesquelético en las fisioterapeutas de una unidad hospitalaria de Bucaramanga	Quintero, S.	LCC: Medicina (General)	2014	Vol. 11	Quintero, S. (2014)	Características laborales y prevalencia de dolor musculoesquelético en las fisioterapeutas de una unidad hospitalaria de Bucaramanga. Revista facultad de Ciencias de	Estudio transversal descriptivo	IV	Describir las características laborales y la prevalencia de dolor musculoesquelético en el personal de fisioterapia de esta ciudad	Identificar cuales lesiones musculoesqueléticas aplican mas en el personal de fisioterapia de esta ciudad	Personal de fisioterapia de la Cuidad de Bucaramanga	Muestra adecuada	No clasificarios de inclusion	No se evidencia criterios de exclusion	Se aplicó una encuesta auto-administrada en el lugar de trabajo, compuesta por 19 preguntas relacionadas principalmente con el tiempo de ejercicio profesional, el horario de	Se evidencia que en su mayoría los profesionales de fisioterapia de esta ciudad han presentado dolor musculoesquelético alguna vez en el tiempo que lleva ejerciendo su actividad laboral. El 81.8% ha presentado dolor lumbar, seguido por el dolor cervical y de muñeca, ambos con el	Recomiendan ampliar la muestra con el fin de identificar mas claramente el principio de las lesiones
---	--	--------------	-------------------------	------	---------	---------------------	---	---------------------------------	----	--	---	--	------------------	-------------------------------	--	---	---	--

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Revisita Facultad de Ciencias de la Salud UDES	la Salud UDES. Vol 1. P 36-42.	ara man ga.	trabaj 45,5%. La o, mayoría número llevaba o y más de 5 tipo años de laborando, pacie por un ntes tiempo atendi mayor a 7 dos, horas condic diarias, iones atendiend del o en lugar promedio de 25 trabaj pacientes o, al día, con activid poco ades tiempo de realiz descanso. adas Paralelam durant ente, se e la encontró jornad que el a 81.8% de labora ellas no l, ejecutaba dolore ningún s tipo de músc ejercicio ulo- físico. esque Refiriendo létricos que estos a lo dolores lo largo presentan de la por el profes ejerccio ión, de la relaci profesion
--	--------------------------------	-------------	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ón
percib
ida
entre
el
trabaj
o y los
dolore
s
músc
ulo-
esque
léticos
que
han
prese
ntado
y la
ejecuc
ión de
ejercic
io
físico

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ERGONOMIA, FISIOTERAPIA, TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS en el personal de Fisioterapia del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N. 1.	Análisis de factores de riesgo ergonómico que se correlacionan con la aparición de trastornos musculoesqueléticos en el personal de Fisioterapia del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N. 1.	Hidalgo, S.	Universidad Católica de Ecuador	No reportada	2015	Vollmer	Estudio observacional	IV	Relación entre la inadecuada ergonomía y los trastornos musculoesqueléticos de los profesionales en fisioterapia	Obtener una evaluación de las condiciones ergonómicas de los fisioterapeutas que trabajan por más de 10 años en el Servicio de Rehabilitación del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N° 1, a través de un análisis	13 Fisioterapeutas	Fisioterapia que tiene más de 5 años de trabajo en el Servicio de Rehabilitación del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N°1	Fisioterapia que tiene más de 5 años de trabajo en el Servicio de Rehabilitación del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N°1	Se utilizan instrumentos: el Método REBA y el Cuestionario Nórdico Estandarizado (Modificado).	Los fisioterapeutas del Servicio de Rehabilitación del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. N° 1 son una población especialmente susceptible a sufrir trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo, dado que con frecuencia, la mayoría no utilizan medidas preventivas que están a su alcance para	Utilizar las herramientas (uso de mecánica corporal, antropometría, biomecánica, anatomía, valoración de puestos de trabajo, etc.), que tienen gracias a su formación, implementar medidas ergonómicas en su labor diaria, para

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Univer
sidad
Catoli
ca de
Ecuad
or

ergon
ómico,
como
una
estrategia de
atención
primaria de la
salud
y con
el fin
de
brindar
recomendaciones
para
mejorar la
relación
salud
y

evitarlos.

reducir
el
desarrollo de
TMER
Ts.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

trabajo
de
esta
poblac
ión.

Fisio
tera
peut
as
que
teng
an
simil
ar
núm
ero
de
hora
s
por
turn
o a
la
sem
ana.
(40
hora
s a
la
sem
ana)
Fisiot
erap
eutas
que
traba
jen
simul
táne
ame
nte
en
más
de
un
área
del
Hosp
ital
de
Espe
cialid
ades
de
las
F.F.A
.A.
Nº1

o
Imple
mentar
en su
rutina
un
progra
ma de
estira
miento
s antes
de
comen
zar su
jornad
a
laboral
, con el
fin de
prepar
ar su
sistem
a
múscul
o-
esquel
ético
para
atende
r la
alta
afluenc
ia de
pacient
es.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

<p>Fisio tera peut as que pue dan reali zar toda s las tare as que corr espo nde n a su prof esió n y no teng an algu na indica ció n médi ca que impi da su desa roll o.</p>	<p>Fisiot erap eutas que pres ente n enfer med ades cróni cas músc ulo- esqu elétic as de más de 2 años.</p>	<p>o Incluir dentro de su jornad a laboral pausas activas continua s, en las cuales no solo tomen un refriger io, sino tambié n se incluya n ejercici os de estira miento y relaja miento para continua r con su labor.</p>
---	--	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Tera
pista
s
Ocup
acion
ales

o Estar
consci
ente
que el
mante
ner
una
postur
a
ergonó
mica
no solo
compr
ende
mante
ner la
posició
n
fisiológ
ica de
la
column
a sino
tambié
n
cuidar
que las
articula
ciones
se
encue
ntren
en una
posició
n
óptima
.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Tera
pista
s de
Leng
uaje

Buscar
continu
ament
e estar
inform
ados
sobre
la
implem
entació
n de la
ergono
mía en
el
trabajo
de los
fisioter
apeuta
s.

Tera
pista
s
Resp
irator
ios

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Fisiot
erap
eutas
con
carg
o
milita
r que
labor
an
en el
Servi
cio
de
Reha
bilita
ción
del
Hosp
ital
de
Espe
cialid
ades
de
las
F.F.A
.A.
Nº1

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Estu
diant
es de
Tera
pia
Físic
a
que
colab
oran
en el
Servi
cio
de
Reha
bilita
ción
del
Hosp
ital
de
Espe
cialid
ades
de
las
F.F.A
.A.
Nº1

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

DOLOR LUMBAR, PROBLEMAS DE ORIGEN LABORAL, PATOLOGÍA, POSTURA	Trastornos musculoesqueléticos de	Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia Universidad de La Laguna	No reporta	2015	Página 39	IV	Incidencia y prevalencia de los trastornos musculoesqueléticos	Relación de los TME y los fisioterapeutas	Fisioterapeutas	No clasifican criterios de inclusión	No se evidencia criterios de exclusión	Revisión bibliográfica en	Los trastornos musculoesqueléticos tienen una gran prevalencia e incidencia en la profesión de fisioterapeuta. En su mayoría, los profesionales lo han padecido en algún momento de su carrera.	Entre las estrategias preventivas como respuesta a su TME, los fisioterapeutas
	origen laboral en Fisioterapeutas											origen laboral en Fisioterapeutas	Revisión bibliográfica en	La patología más frecuente es el dolor lumbar, seguido del cervical y enfermedades relacionadas con el pulgar.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Univer medl
 sidad ine,
 de La Pub
 Lagun med
 a ,

PED
 ro

a)
 Sienc
 e
 Direct.

La edad
 de
 aparición
 de TME
 en
 fisioterape
 utas es a
 los 30
 años.
 Existe
 mayor

ayuda
 n para
 la
 elevaci
 ón y
 traslad
 o de
 pacient
 es
 pesad
 os.
 Entre
 las
 menos

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

b) National electronic library for health .	prevalencia en mujeres pero esto es debido a que es una profesión donde el sector femenino es predominante.	frecuentes se encuentra dejar de tratar a ciertos pacientes o usar la
c) Cochrane library .	No existen estudios que relacionen en que especialidad de la profesión hay mayor prevalencia de TME.	electroterapia como alternativa al tratamiento manual.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Los factores desencadenantes según los propios fisioterapeutas son: el manejo y elevación de pacientes, realizar la misma tarea una y otra vez, y trabajar largo periodos de tiempo en la misma posición. Otros factores no tan destacados son la inclinación del tronco y el gran número de pacientes diarios.

d) Evidencia basada en medicina

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Entre las estrategias preventivas como respuesta a su TME, los fisioterapeutas cambian la altura de la camilla, cambian su postura o la del paciente o piden ayuda para la elevación y traslado de pacientes pesados. Entre las menos frecuentes se encuentra dejar de tratar a ciertos pacientes o usar la

e) Clínical evidencia.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

		f) Pubmed.	electroterapia como alternativa al tratamiento manual.	
		g) PEDro.	Muchos fisioterapeutas trabajan más despacio debido a su TME, pero no limitan su práctica ni se plantean dejar la profesión. Un muy escaso porcentaje	
		h) Google Academy.		
		i) Punto Q de La Universidad de La Laguna	deja la profesión o cambia de especialidad.	

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

													Muy pocos fisioterapeutas reconocen hacer una rutina de calentamiento y estiramientos antes o después de su jornada laboral	
FISIOTERAPIA, FACTORES DE RIESGO, PREVENCIÓN	Lesiones musculoesqueléticas presentes en fisioterapeutas.	Rodríguez Bustamante Elizabet Jazmín	Ciudad de México	Slideshow	2016	Rodríguez, Romero, Sánchez, Silva, Solís,	Descriptivo	IV	Principales lesiones en Fisioterapeutas	Profesionales del área de Fisioterapia	No clasifican criterios de inclusión	No se evidencia criterios de exclusión	Los fisioterapeutas, como trabajadores del sector salud, están expuestos a diversos riesgos laborales, principalmente por factores ergonómicos.	No identifican limitaciones

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Romero Padilla Irais

Verdejo.
(2016).
Lesiones musculoesqueléticas presentes en fisioterapeutas. Ciudad de Mexico

La prevención de las lesiones en los fisioterapeutas es posible siempre y cuando exista una cooperación activa y permanente de parte del mismo fisioterapeuta y los encargados de diseñar el área de trabajo.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Sán
che
z
Her
nán
dez
Deli
a
Judi
th

Es importante conocer todos los factores de riesgo latentes en el área de trabajo del fisioterapeuta para poder tomar medidas de prevención de lesiones, también es importante que el fisioterapeuta cuide su higiene postural en todo momento debido a la carga de trabajo articular y muscular que requiere en su vida laboral.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Silva
Aparicio
Luciano

Existen lesiones comunes en todos los fisioterapeutas, algunas más prevalentes que otras, pero también existen lesiones específicas del área de rehabilitación en la que ejerza el fisioterapeuta.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Solís
Barr
ient
os
Van
ia

Es
importante
cuidar los
desbalanc
es
anatómico
s en los
futuros
fisioterape
utas ya
que aún
no se ha
iniciado
activamen
te el
ejercicio
profesiona
l
propiamen
te dicho,
si esta
situación
no es
corregida
a tiempo
los años
de vida
profesiona
les
potencial
mente
saludable
s se verán
reducidos
por la
presencia
de
lesiones
músculoe

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

esqueléticas
derivadas
de los
desajustes
posturales
; por ello
es
importante
recomendar
un
programa
de control
postural
sobre esta
población.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Ver
dejo
Zúñi
ga
Isra
el

De nada
sirven
todas las
medidas
preventiva
s si las
personas
interesada
s no
ponen la
intención
y actitud
necesaria
s para
aplicar de
manera
estricta
todas las
indicacion
es que se
les
especifica
para evitar
los
problemas

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

De nada sirve que los trabajadores tengan la actitud correcta, pero la dirección del centro no se implique, por lo que se debe tratar de lograr el punto intermedio de equilibrio.

CONDICIONES DE TRABAJO, CONDICIONES LABORALES FISIOTERAPIA	Diseño y validación de un instrumento de evaluación de condiciones	Molina, N; Forero, S; Ramos C, D; Benavidez J; Quinta M. (2016)	Revisión de la Facultad de Medicina	2016	Vo I 64	Molina, N. Forero, S; Ramos C, D; Benavidez J; Quinta M. (2016)	Validación de instrumento	IV	Presencia de los procesos de construcción y validación del	Validación por medio de cuestionarios aplicados a profesionales de	1711 fisioterapeutas de Colombia egresados desde	1711 fisioterapeutas de Colombia egresados	No clasifican criterios de inclusión	No se evidencia criterios de exclusión	Se crea un instrumento	Crear un instrumento que identifique todas las condiciones en conjunto es más complicado evaluar cada	Herramientas de evaluación y estudios previos	Este proceso de construcción y validación generó una nueva
--	--	---	-------------------------------------	------	---------------	---	---------------------------	----	--	--	--	--	--------------------------------------	--	------------------------	---	---	--

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

iones de salud y trabajo de los fisioterapeutas en Colombia	ez J; Quiñtana M.	. Diseño y validación de un instrumento de evaluación de condiciones de salud y trabajo de los fisioterapeutas en Colombia. Revista facultad de medicina de la universidad Nacional de Colombia.	instrume- nto de dominado evaluación de condiciones de salud y	fisioterapia, año 1980 hasta año 2012.	desde el año 1980 hasta 2012.	riesgo depende de el quehacer del profesional por lo cual no se puede generalizar	aproximación a la salud y trabajo, dentro del gremio de fisioterapeutas
			trabajo de los fisioterapeutas en Colombia.			social es del desempeño; condiciones de trabajo; condiciones de	y le abrió las puertas al desarrollo de modelos sistemáticos de
						autonomía, participación y organización gremial,	evaluación de condiciones de trabajo en Colombia.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Vol
64. P
59-67

social
y
ciuda
dana;

		valora ción social de la profes ión; calida d de vida y biene star, y	
		condic iones de salud. Se formul aron 171 pregu ntas de selecc ión	

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

múltiple con única respuesta en escalas tipo Likert. Para establecer la validación de la consistencia interna de instrumentos (13), se utilizó el coeficiente alfa de Cronbach (14). Con este, se buscó

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Rev.
Fac.
Med.
2016
Vol.
64
Supl:
S59-
67 61

medir
la
relaci
ón
entre
las
respu
estas
a
cada
variab
le con
la
magni
tud

de
cada
categ
oría y
se
establ
eció si
existe
n
medici
ones
consis
tentes

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

con
un
eleva
do
nivel
de
correl
ación
entre
ellas

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

<p>TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS, FISIOTERAPIA, TRABAJO, FACTORES DE RIESGO</p>	<p>Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral en el cuello y las extremidades superiores de los fisioterapeutas en Cataluña.</p>	<p>Malca San dov al Son ia Car men</p>	<p>Univ ersit at Lleid a (Esp aña)</p>	<p>No repor ta</p>	<p>2017</p>	<p>Pa g 354</p>	<p>Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral en el cuello y las extremidades superiores de los fisioterapeutas en Cataluña. España</p>	<p>Estudio tran sver sal</p>	<p>IV</p>	<p>Prevalencia de TMOLES en los fisioterapeutas de Cataluña, investigamos las asociaciones entre TMOLES y áreas anatómicas, aspectos demográficos y labo</p>	<p>Se diseñó un cuestionario para la recolección de la información el cual contiene</p>	<p>Fisio tera peut as</p>	<p>Fisio tera peut as</p>	<p>Ser fisio terapeu ta , esta r cole gado en el Cole gio de</p>	<p>No se evide ncia criterios de exclu sion</p>	<p>Corresponde a la línea de investi gación sobre Patolo gías labora les en fisio te rapia,</p>	<p>La prevalencia de TMOLES entre los fisioterapeutas en Cataluña es más alta que la reportada en otros países. Las zonas afectadas más frecuente mente fueron el hombro, la muñeca y mano. Nuestros datos sugieren que el género, las áreas de especialidad y las técnicas utilizadas están correlacionados con esta alta prevalencia</p>	<p>Como es un estudio transver sal se basa en el autoinforme, por lo que</p>	<p>Sugiere que el género, el área de especialidad y las técnicas utilizadas</p>
---	--	--	--	--------------------	-------------	-----------------	---	------------------------------	-----------	--	---	---------------------------	---------------------------	--	---	---	--	--	---

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

rales
de
los
fisiot
erap
euta
s,
sus
resp
uest
as y

a. Los
fisioterape
utas están
en riesgo
de sufrir
trastornos

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

<p>los factores de riesgo o percibidos como causas de TM OLCES</p>	<p>preguntas cerradas con varias opciones de respuesta y otras de posible respuesta</p>	<p>del Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña</p>	<p>Fisioterapeutas de Cataluña (CF C) y aceptar participar en la encuesta preparada para</p>	<p>continuar así promoción de la investigación relacionada con la Fisioterapia del</p>	<p>musculoesquelético tiene la posibilidad del sesgo de selección y el posible incremento de la prevalencia de</p>
<p>múltiple. También contiene algunas preguntas abiertas.</p>	<p>este estudio en el año 2011.</p>	<p>este estudio en el año 2011.</p>	<p>Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña</p>	<p>documentados.</p>	<p>lesión. Además, este estudio al basarse en los incidentes de TMEs que los encuestados</p>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

<p>El cuestionario está dividido en secciones o bloques:</p>		<p>retrospectivamente recordaron, puede tener el peligro de que los individuos con</p>
<p>El primer bloque está destinado a los datos demográficos: edad, sexo, dominancia. Se</p>		<p>síntomas tienden a sobrevalorar su exposición (192) o subestiman su lesión; introduce un sesgo de recuerdo.</p>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

El enfoque no fue el ideal y no satisface todas las cuestiones metodológicas

utilizan preguntas cerradas.

relacionadas con la representatividad de los resultados. Al utilizar un diseño transversal,

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

no se
puede
n
extrae
r
infere
ncias
causa
les de
los

El
segun
do
bloque
está
destin
ado a
los
datos
profesi
onales
: años
en la
profesi
ón,
tipo

result
ados;
sólo
exami
namo
s las
asoci
acion
es
entre
variab
les.
Por
último
, este
estudi
o

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

de práctic a profesi onal, campo en el que trabaja , tareas/ técnic as princip ales. Se		se limita a los fisiote rapeut as en Catal uña; se desco noce si estos fisiote rapeut as
		difiere n de los de otras comu nidad es y/o paíse s, pero las difere ncias podría n limitar la
utiliza n pregu ntas cerrad as con varias opcion es		gener alizaci ón.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

FISIOTERAPIAS PEDIÁTRICAS, DOLOR MUSCULOESQUELÉTICO, ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN	Dolor musculoesquelético en fisioterapeutas pediátricos.	Arelano Muguruzza	Universidad Peruana Cayetano Heredia	No reportada	2017	Paig 35	Arellano, Oropeza. (2017). Dolor musculoesquelético en fisioterapeutas pediátricos. Universidad Peruana Cayetano Heredia	Estudio de tipo observacional – descriptivo de corte transversal	IV	Frecuencia del dolor musculoesquelético en fisioterapeutas pediátricos en instituciones de salud de la ciudad de Lima	47 Fisioterapeutas pediátricos en instituciones de salud de la ciudad de Lima	Fisioterapeutas pediátricos que laboran en los dos institutos, hombres y mujeres y que participan del estudio.	Fisioterapeutas que se hayan lesionado fuera de su campo laboral o que quieran ser parte del estudio	Validación de Instrumento Recolección de Información	La presencia de dolor musculoesquelético en fisioterapeutas pediátricos en los últimos 12 meses fue de 95,7 % y en los últimos 7 días 89,4%. A pesar de conocer las estrategias y las medidas preventivas observamos que los fisioterapeutas no lo realizan con frecuencia. El ejercicio profesional del fisioterapeuta dentro de su área	Falta de accesibilidad a otras instituciones para ejecutar el proyecto de investigación, ya que el trámite administrativo era tedioso y exigían que uno de nuestros asesores tuviera su institución por lo	Elaborar un plan de prevención para evitar lesiones musculoesqueléticas en fisioterapeutas pediátricos
--	--	-------------------	--------------------------------------	--------------	------	---------	--	--	----	---	---	--	--	--	---	--	--

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

laboral que s
 está no se centro
 caracteriz ingres s de
 ado por ó a salud.
 realizar dos
 movimient institu
 os cione
 repetitivos s de
 , cargas y salud.
 descargas Los
 de peso, result
 el cual si ados
 no se de la
 realiza de prese
 una nte
 manera investi
 adecuada gació
 tendrá n no
 como puede
 consecue n ser
 ncias gener
 alteracion alizad
 es os a
 músculo- todos
 esquelétic los
 as que fisiote

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Lise
th
Ake
mi
Oro
pez
a
Mel
gar

causan dolor. reapeut as pediátricos de las instituciones públicas o privadas para selección de actividades de movimiento repetitivos y evitar posturas mantenidas, o apoyo de un tercero durante el desarrollo del tratamiento.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Lucía
Jenny

ser de No
tipo llegar
descri a los
ptivo límites
no de
establ cargas
ece permiti
relaci dos
ón (25 kg
causa en
l entre varone
dolor s y 15
y el kg en
dese mujere
mpeñ s). se
o podría
labora pedir
l, solo el
descri apoyo
be la del
prese pacient
ncia e pero
de en
dolor este
musc caso
uloes con
quelét fisioter
ico en apeuta
este s
grupo pediátr
de icos no
profes se
ionale puede
s. foment
ar
dicha
colabo
ración,
sin

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

embar
go se
puede
utilizar
ayudas
mecáni
cas
como
barras
de
apoyo
para
ayudar
a la
moviliz
ación
y/o
traslad
o.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Proponer a las instituciones de salud donde laboran, un programa o taller dirigido de estiramientos musculares de manera que el fisioterapeuta lo realice antes de iniciar la jornada laboral y eso ayude a mejorar

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

r su
flexibili
dad.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Realiz
a
trabajo
s
continu
os de
1 o 2
horas
deberí
an
realiza
r
pausas
durant
e la
jornad
a
laboral
min de
15
minuto
s.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

ENFERMEDADES PROFESIONALES, FISIOTERAPIA	Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia	García, G, H Torres L. M.	Asociación Española de Fisioterapeutas	Fisioterapia	2018	Vol 40	García, G, H. Torres L. M. (2018). Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia. Vol 40. Pg 112-121	Se presenta un estudio epidemiológico de prevalencia, cuantitativo	IV	Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia en	Identificar la prevalencia de estas lesiones en personal de la salud	Personal de rehabilitación	291 participantes	No clasifican criterios de inclusión	No se evidencia criterios de exclusión	Utilizan Cuestionario Nórdico de Kuorinka, relaciones con paortecaje de acuerdo al resultado en la encuesta	Identifican estas lesiones a todo personal de rehabilitación, no únicamente fisioterapeutas	Realizar estudios específicos a cada profesional
--	--	---------------------------	--	--------------	------	--------	---	--	----	---	--	----------------------------	-------------------	--------------------------------------	--	---	---	--

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

algún
n
mo
men
to
de la
vida
y en
los
últim
os
12
mes
es.

Fuente: elaboración propia

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Conclusiones

Dentro del proceso investigativo realizado en el presente proyecto y desde la revisión de la literatura en el que se relaciona con la identificación de las alteraciones musculo esqueléticas del personal de fisioterapia, se logra identificar:

El quehacer del fisioterapeuta implica el levantamiento de cargas de manera inadecuada, mantenimiento de posturas que generan alteraciones posturales importantes y sintomatologías dolorosas que terminan en incapacidades laborales.

Se identificaron que dichas alteraciones se pueden presentar por: fatiga muscular continua, movimientos bruscos con sobrecarga en articulaciones y músculos a nivel de hombro, nuca o miembros superiores que repercuten en las zonas cervical y dorsal.

Entre los factores que determinan estas lesiones ya instauradas, se encuentran la falta de cuidado corporal por medio de pausas activas, auto cuidado con ejercicio y estiramiento muscular y el no cuidado en el momento de presentar el dolor o la posible alteración musculo esquelética.

Se identifica factores importantes en el área psicosocial, que generan altos niveles de estrés que son somatizados a nivel cervical y dorsal desencadenando sintomatología dolorosa

Desde el rol del profesional fisioterapéutico, se identifican varias áreas de intervención, esto determinando el tipo de trabajo a realizar, el tipo de carga y el

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

movimiento repetitivo que se realiza y por ende el tipo de alteración o lesión que se puede generar

Se identifica que los profesionales de fisioterapia, es una de las poblaciones con más alto riesgo tanto ergonómico, biomecánico dado por el tipo de trabajo que realice y el poco tiempo que se destina para el auto cuidado, esto dependiendo de las horas de jornada laboral

En este proyecto de investigación se busca determinar las alteraciones más frecuentes a nivel cervical, dorsal y lumbar, donde es posible identificar que en el personal de fisioterapia se pueden desarrollar mialgias (presencia de dolor) por sobrecargas en estas tres zonas. Por otra parte, en estas tres zonas se puede evidenciar con mayor prevalencia la lumbalgia por fatiga muscular y la cervicalgia por alteración psicosocial.

Los objetivos del presente ejercicio de investigación, buscan desarrollar una guía dirigida al fisioterapeuta, con el fin de brindar una herramienta de apoyo para el auto cuidado, la protección de su espalda y evitar las manifestaciones de lesiones significativas que generen ausentismo laboral.

Esta guía, se desarrolla en tres aspectos importantes: alteraciones posturales, levantamiento de cargas y realización de pausas activas; con el fin de que el profesional pueda desarrollar una serie de ejercicios y posturas como planes de cuidado dentro de su jornada laboral.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Sugerencias

Dentro de los importantes aportes bibliográficos encontrados, no se identificó que esto se hiciera de manera más específica; por ejemplo: el realizar investigaciones por área de intervención del fisioterapeuta. Si bien, es de conocer que el quehacer del profesional de esta área es mantener el movimiento corporal humano sin diferenciar grupo etareo, las actividades que desarrollan son diferentes por la patología, tamaño o segmento corporal. En este sentido, se debería desarrollar una guía en cada área de intervención con objetivos específicos para cargas y posturas protegiendo la calidad de la labor.

Proponer planes de cuidado de la salud específicos para el trabajo de los profesionales del área de fisioterapia dentro de la jornada laboral.

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Referencias

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). Posturas de trabajo: evaluación del riesgo (2015). Recuperado de: <https://www.insst.es/documents/94886/96076/Posturas+de+trabajo.pdf/3ff0eb49-d59e-4210-92f8-31ef1b017e66>

Criales O, I Susana, Guevara V, Sonia del Pilar, Zamora E, Hugo Hernan. (2011). Condiciones ergonómicas de la actividad en fisioterapeutas de instituciones prestadoras de salud en Bogotá, recuperado de <https://ecrdspace.metabiblioteca.com.co/handle/001/257>

Garcia. G, H. Torres L. M. (-2018). Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y unidades de fisioterapia. Vol 40. Pg 112-121. Recuperado: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0211563818300154>

Robayo H, Stephanie Haydee S. (2015-), Universidad Católica de Ecuador. Análisis de factores de riesgo ergonómico que se correlacionan con la aparición de trastornos músculo-esqueléticos en el personal de fisioterapia del Hospital de Especialidades de las F.F.A.A. No. 1. URI: <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/7715>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Quintero M. S. Características laborales y prevalencia de dolor músculo-esquelético en las fisioterapeutas de una unidad hospitalaria de Bucaramanga, 2006. Rev. Fac, ciencias salud UDES 2014. (1), pg 36-42. Recuperado de :<https://www.journalhealthsciences.com/index.php/UDES/article/view/6/pdf>

Skiadopoulos A. Gianikellis K. Problemas músculo-esqueléticos en los fisioterapeutas. (2014) Volumen 36, Número 3, Páginas 117-126, -recuperado de : <https://www-clinicalkey-es.ez.urosario.edu.co/#!/content/playContent/1-s2.0-S0211563813000916?returnurl=null&referrer=null>

Vernaza, P. (2006). Dolor musculo-esquelético en fisioterapeutas del municipio de Popayán. Revista de la Facultad de las ciencias de la salud. Vol 8. Recuperado: <http://eds.b.ebscohost.com.ez.urosario.edu.co/eds/detail/detail?vid=0&sid=6f4582738e60-48f7837283f99729ffe%40sessionmgr101&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZS5y29wZT1zaXRI#AN=edsdoj.601cb95c439c4c87b6aafd0b18ac2c1&db=edsdoj>

Leyva, B. (2011). Riesgo ergonómico laboral en fisioterapeutas de un centro de rehabilitación física. Revista médica Herediana. Vol 22, P 42-43. Recuperado: <http://eds.b.ebscohost.com.ez.urosario.edu.co/eds/detail/detail?vid=0&sid=eab0ed6c-1150-4d23bf0f6a9a314f264c%40sessionmgr103&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZS5y29wZT1zaXRI#AN=66323729&db=lth>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Molina, N. (2016). Diseño y validación de un instrumento de evaluación de condiciones de salud trabajo de los fisioterapeutas en Colombia. Revista facultad de medicina de la universidad Nacional de Colombia. Vol 64. P 59-67. Recuperado <http://eds.b.ebscohost.com.ez.urosario.edu.co/eds/detail/detail?vid=0&sid=8489dbb0-8fc7-4224>

84a29fccdf520c5a%40pdcvsessmgr01&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1lZHMt bGl2ZSszY29wZT1zaXRI#AN=121771493&db=lth

Quintero, S. (2014). Características laborales y prevalencia de dolor musculoesquelético en las fisioterapeutas de una unidad hospitalaria de Bucaramanga. Revista facultad de Ciencias de la Salud UDES. Vol 1. P 36-42. Recuperado <http://eds.b.ebscohost.com.ez.urosario.edu.co/eds/detail/detail?vid=0&sid=be0fd52d-2f4f-4666>

b10a37b0e9c90949%40pdcvsessmgr01&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1lZHMt bGl2ZSszY29wZT1zaXRI#AN=edsdoj.8a53fa8a256748cbaca03a70a83da695&db=edsdoj

Hernández Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). Capítulo 2: El nacimiento de un proyecto de investigación cuantitativo, cualitativo o mixto: la idea. En Hernández Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (4a Ed), Metodología de la investigación (págs. 33- 44). México: McGraw-Hill Interamericana.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/biblioiberoamericanasp/reader.action?docID=4721683&ppg=78>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Bermúdez, L. T. (2013). Capítulo 2. El proyecto de investigación científica en Investigación. En Bermúdez, L. T. Investigación en la gestión empresarial. (Págs. 59 - 238) Bogotá, Colombia: Eco Ediciones.
<https://ebookcentral.proquest.com/lib/biblioiberoamericanasp/reader.action?docID=3211591&ppg=56>

Cabezas, H. (2017). Prevalencia de trastorno musculoesquelético relacionados con el trabajo en profesionales de los servicios de rehabilitación y/o unidades de fisioterapia. Universidad Alcalá

Sandoval, S. (2017). Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral en el cuello y extremidades superiores de los fisioterapeutas en Cataluña. Programa de Doctoral en Salud.

Ministerio de la Protección Social. República de Colombia. (2011). Guía técnica para el análisis de exposición a factores de riesgo ocupacional

Borda, I. Alejandro. Riesgos ocupacionales en centro quirúrgico: Ergonomía hospitalaria. ¿Qué hacer?. Unidad de Salud Ocupacional-HNGAI. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/cicatsalud/riesgos-ocupacional-ergonoma-en-quirfano-cicatsalud>

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS DETERMINANTES EN LA APARICIÓN DE ALTERACIONES MUSCULOESQUELÉTICAS LUMBARES EN EL PERSONAL DE FISIOTERAPIA DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES PRESTADORAS DEL SERVICIO DE SALUD EN LA CIUDAD DE IPIALES-NARIÑO

Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas. Recuperado de:
<https://es.slideshare.net/marcos77164/levantamiento-correcto-de-cargas>

Ministerio de la protección social. Resolución 002646 (2008). Responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. Recuperado de:
<http://www.saludcapital.gov.co/Documentos%20Salud%20Ocupacional/RESOL.%202646%20DE%202008%20RIESGO%20PSICOSOCIAL.pdf>

Factores de riesgos laborales: seguridad y salud en el trabajo (2017). Recuperado de:
<https://actualicese.com/factores-de-riesgos-laborales-seguridad-y-salud-en-el-trabajo/#:~:text=Los%20factores%20de%20riesgos%20laborales,accidentes%20%20incidentes%20o%20enfermedades%20laborales.>

Fisioterapia (2019). Salud Terapia. Recuperado de:
<https://www.saludterapia.com/glosario/d/32-fisioterapia.html>

Gutiérrez S. A. Guía técnica para el análisis de exposición a factores de riesgo ocupacional (2011). Ministerio de la protección Social