

TRAVESÍA 2021

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

COMUNIDAD NACIONAL

DE CONOCIMIENTO EN:

SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA



CARIÑO
SALUD
CRECER
CUIDADO
VOCACIÓN
TRABAJO
RESPECTO
ALEGRIA
EMPATÍA
SOLIDARIDAD
LECCIONES DE VIDA
BIENESTAR
DEDICACIÓN
PROYECCIÓN



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA



COMUNIDAD NACIONAL

DE CONOCIMIENTO:

EN SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA



EXPERTO LÍDER

DE LA COMUNIDAD

Nohora Valbuena

nohoravalbuena@telmex.net.co

Contacto: +57 310 6807612



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

“

Romper paradigmas es cambiar lo
que puede y

DEBE SER CAMBIADO

”



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

PREVENCIÓN DE LOS DME DESDE UN ENFOQUE HOLÍSTICO

TABLA DE CONTENIDOS



Momento 1



Enfoque holístico y el modelo multidimensional de los DME



Momento 2



El Protocolo de Intervención para la Prevención de los DME y el modelo de factores asociados



Momento 3



Factores asociados con el desarrollo de los DME



OBJETIVO GENERAL



Capitalizar los conocimientos sobre la multidimensionalidad de factores asociados con el desarrollo de los desórdenes músculo esqueléticos y la aproximación para identificarlos.

OBJETIVO ESPECIFICO 1

Lograr que los participantes identifiquen la multidimensionalidad de factores asociados con el desarrollo de DME.

OBJETIVO ESPECIFICO 2

Sensibilizar en la necesidad de considerar una gestión integral para promover la salud músculo esquelética.

OBJETIVO ESPECIFICO 3

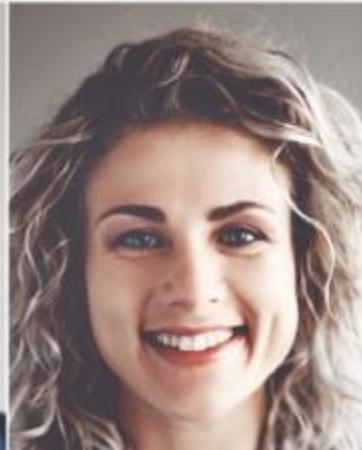
Promover el abordaje participativo en la prevención de los DME.



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

EVALUÉMONOS

Sondeo



DME

Enfoque Holístico



www.freepik.es/

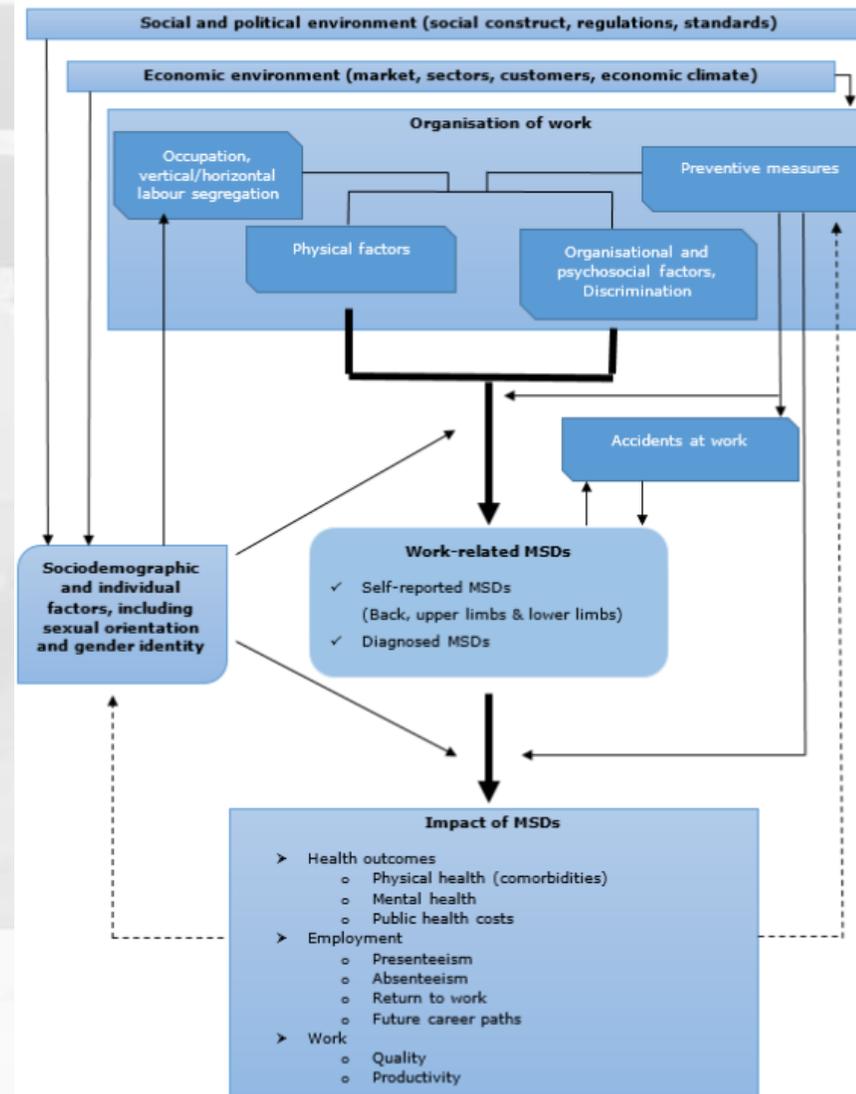
Indica que un sistema y sus propiedades se analizan como un todo, de una manera global e integrada y no sólo como la simple suma de sus partes.

DME

Modelo multidimensional

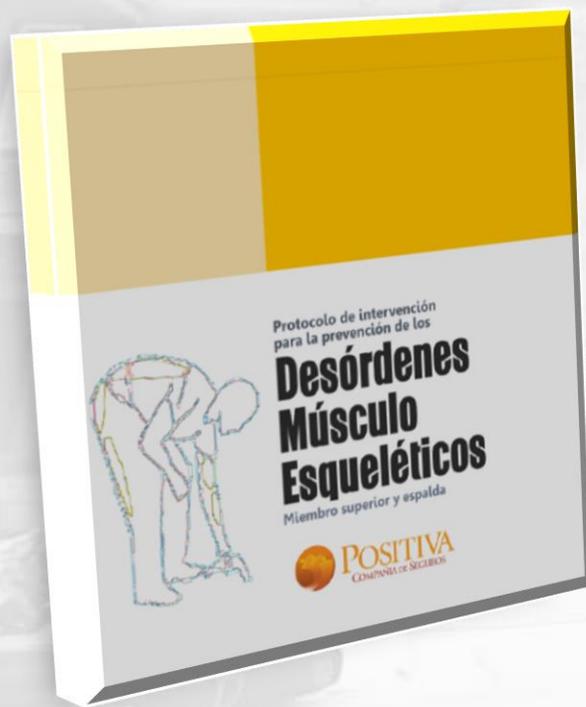
Diferentes grupos de factores pueden contribuir de forma individual o combinada...

Fuente: Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo, 2020.



DME

Protocolo de Intervención para la Prevención de los Desórdenes Músculo Esqueléticos (PIP-DME)



Aproximación técnica y metodológica de los Programas para la prevención de los DME que Positiva Compañía de Seguros S.A. ofrece a las empresas afiliadas.

Abordaje integral – Proceso participativo –
Basada en evidencias científicas - Prevención
DURABLE

DME en el trabajo

¿Identifica todos los factores asociados?



«De la biomecánica a la apertura de márgenes de acción...»



DME

Peligros biomecánicos

- ¿Los trabajadores tienen que estar de pie o sentados en posturas de trabajo incómodas o estáticas?
- ¿Tienen que utilizar la fuerza o la presión localizada?
- ¿Tienen que realizar determinadas tareas de forma repetitiva?
- ¿Necesitan realizar tareas en espacios reducidos?
- ¿Cuáles son las características de las superficies de trabajo y los asientos?



DME

Peligros biomecánicos

- ¿Cuáles son las características de los objetos manipulados? ¿Son grandes, difíciles de manejar o afilados?
- ¿Tienen que manipular objetos pesados, al mismo tiempo doblar o rotar la espalda?
- ¿Qué pasa con el peso y la distribución del peso de los objetos que necesitan ser manipulados o de las personas que necesitan ser movilizadas?



DME

Peligros físicos

- ¿Están los trabajadores expuestos a vibraciones, por ejemplo, al trabajar con herramientas o al sentarse o pararse sobre superficies vibratorias?
- ¿Cuentan con poca iluminación?
- ¿Están expuestos a baja o alta temperatura?
- ¿Están expuestos a alta humedad?



DME

Factores psicosociales - organizativos

- ¿Cómo es la carga de trabajo?
- ¿Hay días o períodos en los que la intensidad del trabajo es más alta?
- ¿Hay jornadas laborales largas con oportunidades limitadas para tomar descansos?
- ¿Las tareas de los trabajadores son suficientemente variadas?
- ¿Los trabajadores carecen de control sobre las tareas o la carga de trabajo?



DME

Factores individuales

- ¿Hay ciertas tareas que encajan mejor con la altura, edad, estado de salud, etc. de algunos trabajadores que con las de otros?
- ¿Se ajustan las tareas laborales a las competencias profesionales de los trabajadores?



BIBLIOGRAFIA

Para los inquietos...

1 <https://osha.europa.eu/es/healthy-workplaces-campaigns>

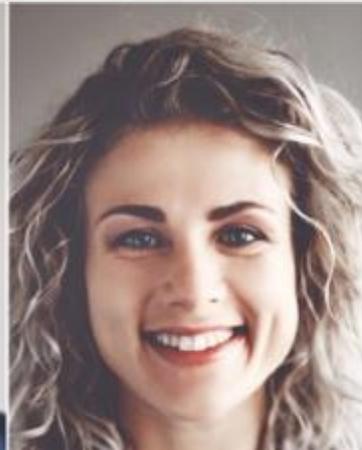
2 <https://www.hse.gov.uk/msd/msds.htm>



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

EVALUÉMONOS

Sondeo



PREGUNTAS

1

¿Qué recomendación sugiere para implementar un programa que considere todos estos peligros y riesgos?

2

¿Cómo identificar si un DME es común o laboral?



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

CONSULTA

TRAVESÍA 2021

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

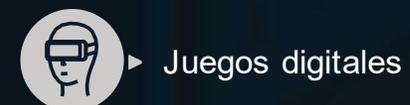
www.positivatravesia.co

+1.000 Acciones educativas

- ✓ Cursos
- ✓ Seminarios
- ✓ Workshop
- ✓ Talleres
- ✓ Simposios
- ✓ Paneles
- ✓ Congresos
- ✓ Lanzamientos
- ✓ Coloquios



RECUERDA QUE POSITIVA — TIENE PARA TI —





TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

PLAN NACIONAL DE EDUCACIÓN

Positiva Educa

SENTIR
SONREIR
CAMINAR
RESPIRAR
FELICIDAD
ENAMORARSE
APRENDER
SOÑAR
ALCANZAR
HABLAR
FELIZ
DESPERTAR
AGRADECER
FAMILIA

TRAVESÍA 2021

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

COMUNIDAD NACIONAL

DE CONOCIMIENTO EN:

SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA



CARIÑO
SALUD
CRECER
CUIDADO
VOCACIÓN
TRABAJO
RESPECTO
ALEGRIA
EMPATÍA
SOLIDARIDAD
LECCIONES DE VIDA
BIENESTAR
DEDICACIÓN
PROYECCIÓN

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS