



Comunidad Nacional de Conocimiento:

Para la salud músculo esquelética

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS

Comunidad Nacional de Conocimiento para:

La Salud Músculo Esquelética



Salud Músculo Esquelética

Enfoques preventivos innovadores



Experto Líder

*de la comunidad, salud músculo
esquelética*

Nohora Isabel Valbuena Amaris

Correo: nohoravalbuena@hotmail.com

Contacto: 3106807612

Ruta de conocimiento

01

SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA: ENFOQUES PREVENTIVOS INNOVADORES

05

REGLAS DE ORO EN LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS Y LA MOVILIZACIÓN MANUAL DE PACIENTES

09

RETORNO DE LA INVERSIÓN EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

02

ESTRATEGIAS GANADORAS PARA PROMOVER LA SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

06

BUENAS PRÁCTICAS PARA PREVENIR EL SEDENTARISMO Y LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

10

GESTIÓN DE LA SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA EN TRABAJADORES CON ENFERMEDADES CRÓNICAS

03

CLAVES DE LAS TENDENCIAS PARTICIPATIVAS EN SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

07

SELECCIÓN Y COMPRAS EFICIENTES PARA PROMOVER LA SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

11

INNOVACIÓN Y TECNOLOGÍA PARA PROMOVER LA SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

04

PISTAS PARA IDENTIFICAR LA MAGNITUD DE LA PROBLEMÁTICA MÚSCULO ESQUELÉTICA

08

DESAFÍOS DE LA SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA EN UN ENTORNO VIRTUAL DE TRABAJO

12

SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA: ESTRATEGIAS ADAPTADAS PARA PYMES

“ El compromiso y la voluntad por la transformación es uno de los aspectos que inciden en el éxito de la gestión preventiva de los DME ”

I N R S - F R A N C I A



Tabla de contenidos



La gestión
preventiva de
los DME

Momento 1



Metodologías de
intervención para
la prevención de
DME

Momento 2



Estrategia
Salud Músculo
Esquelética

Momento 3

Objetivo general

Capitalizar los conocimientos y competencias para favorecer la gestión preventiva de los desórdenes músculo esqueléticos en las empresas.



Objetivos específicos



Objetivo 1

Reforzar los aspectos
esenciales para
promover la salud
músculo esquelética



Objetivo 2

Reconocer
principios, enfoques
y métodos para
prevenir los DME



Objetivo 3

Socializar y reforzar
la identificación de
las soluciones de la
Estrategia Salud
Músculo Esquelética
POSITIVA

Salud Músculo Esquelética: La gestión preventiva

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Prevención de los DME:

4 Pilares a considerar

1. Compromiso y dinámica apalancada por la alta dirección – política y acciones
2. Aproximación global, multifactorial, holística
3. Intervención participativa
4. Consideración de las situaciones reales de trabajo y su transformación

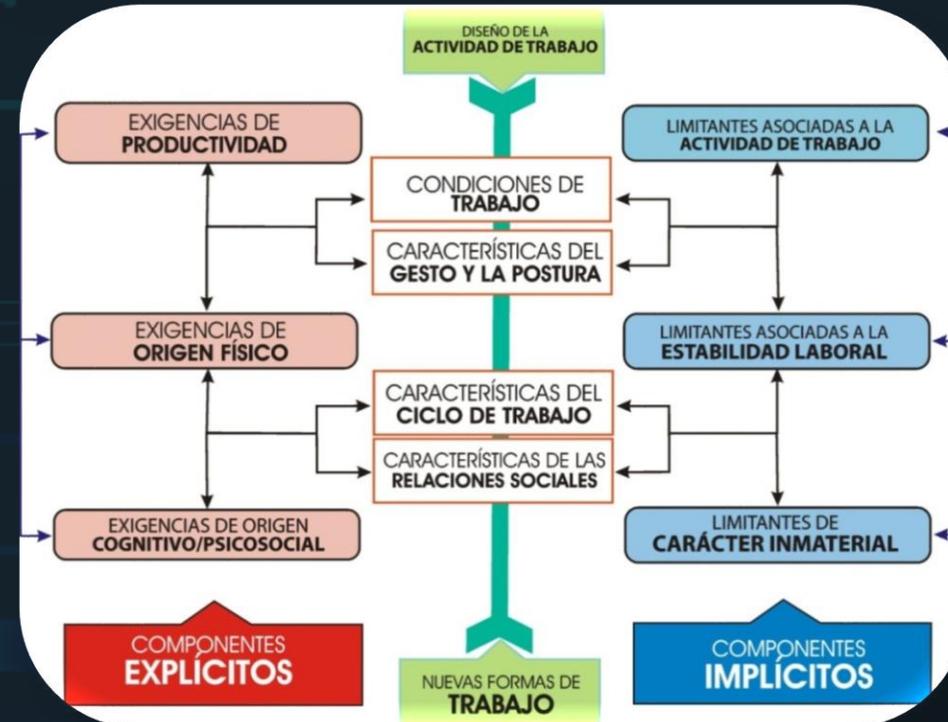


Ministerio del Trabajo, Empleo e Inserción , ANACT,
AMELI – Francia. Prevención de DME en PACA 2022-
2023

Factores asociados con el desarrollo de DME



Fuente: OSHA-EU

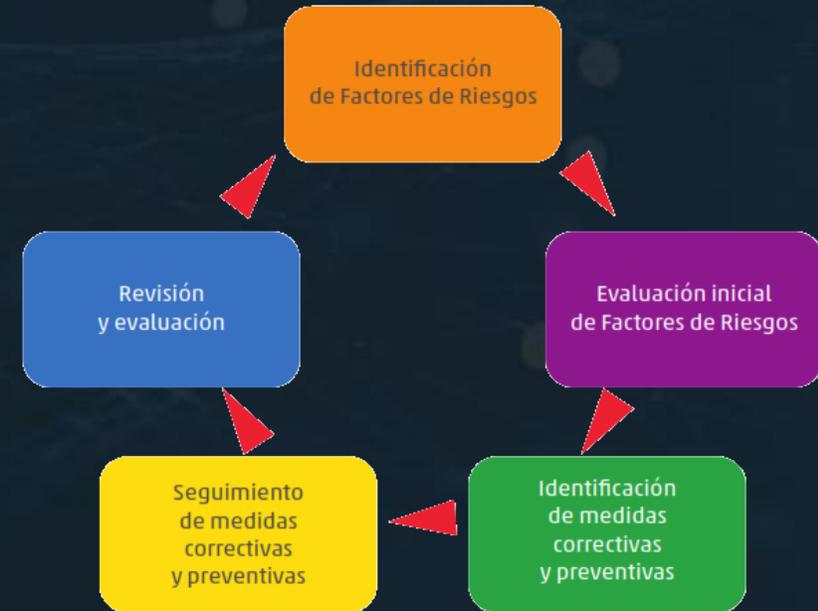


Fuente: POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A.

Intervención preventiva: Etapas

1. Evaluación de los riesgos para identificar los problemas que deben abordarse
2. Identificación y propuesta de soluciones
3. Implementación de controles
4. Seguimiento y evaluación de los controles
5. Integración de las soluciones en las operaciones o procesos de la empresa - sostenibilidad de las soluciones

Fuente: Adaptado de OSHA-EU,2022



Fuente: Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social de Argentina – DME MMSS. Programa de Ergonomía Integral

Salud Músculo Esquelética: Niveles de prevención

PREVENCIÓN PRIMARIA

Análisis de la organización del trabajo
Evitar la aparición de nuevos casos
Limitar los peligros y riesgos desde la concepción- diseño
Anticipar el impacto

Información
Educación
Comunicación

PREVENCIÓN SECUNDARIA

Frenar la evolución de los DME
Disminuir la exposición – cambios temporales?
Implementación de acciones correctivas ...

PREVENCIÓN TERCIARIA

Evitar complicaciones
Reducir la exposición – adaptaciones, compensaciones
Gestión de la funcionalidad – Rehabilitación integral ...

Rehabilitación Integral
Rehabilitación funcional
Rehabilitación profesional
Rehabilitación social



Salud Músculo Esquelética:

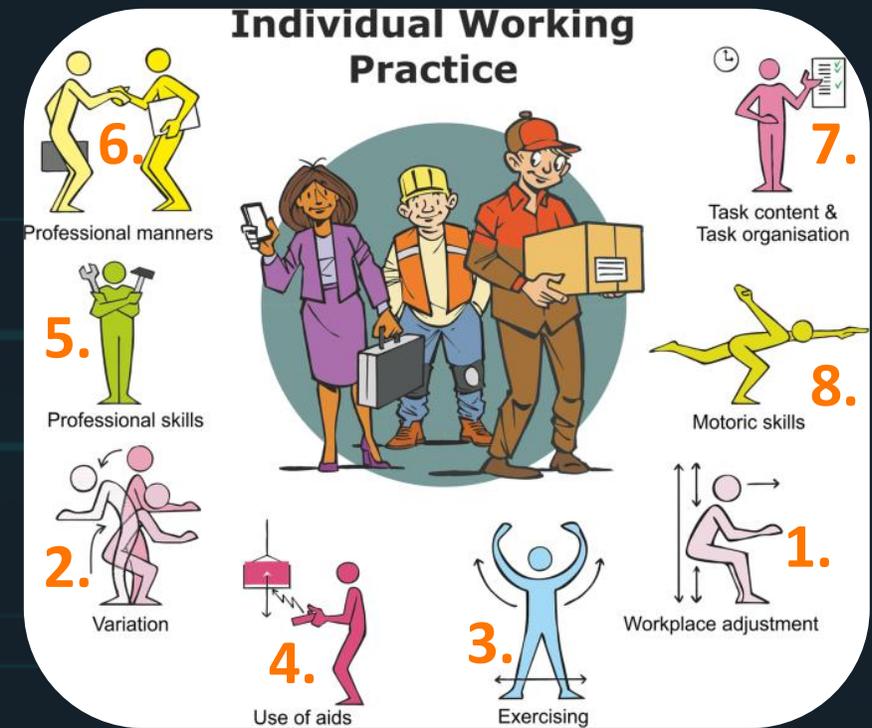
6 claves frente a los controles

1. Gestión integral coherente – combinación de controles (organización, psicosocial, biomecánico, ambiental, individuo)
2. Aplicación de criterios para establecer controles (No. Trabajadores, peor consecuencia, requisito legal)
3. Consideración de jerarquía de controles (eliminación, sustitución, controles de ingeniería, controles administrativos, controles individuo)
4. Adaptación del trabajo al individuo
5. Uso de nuevas tecnologías - antropotecnología
6. Preocupación por las competencias individuales



Prevención de los DME: 8 categorías de controles por parte de los trabajadores

1. Ajustes en el lugar de trabajo
2. Variación en la ejecución de la actividad
3. Práctica de ejercicio físico
4. Utilización de ayudas
5. Uso de habilidades profesionales
6. Uso de comportamientos laborales específicos
7. Ajustes en el contenido y organización de las tareas
8. Uso de habilidades motoras



Tendencias metodológicas de intervención

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Prevención de los DME: Ejemplo de métodos participativos

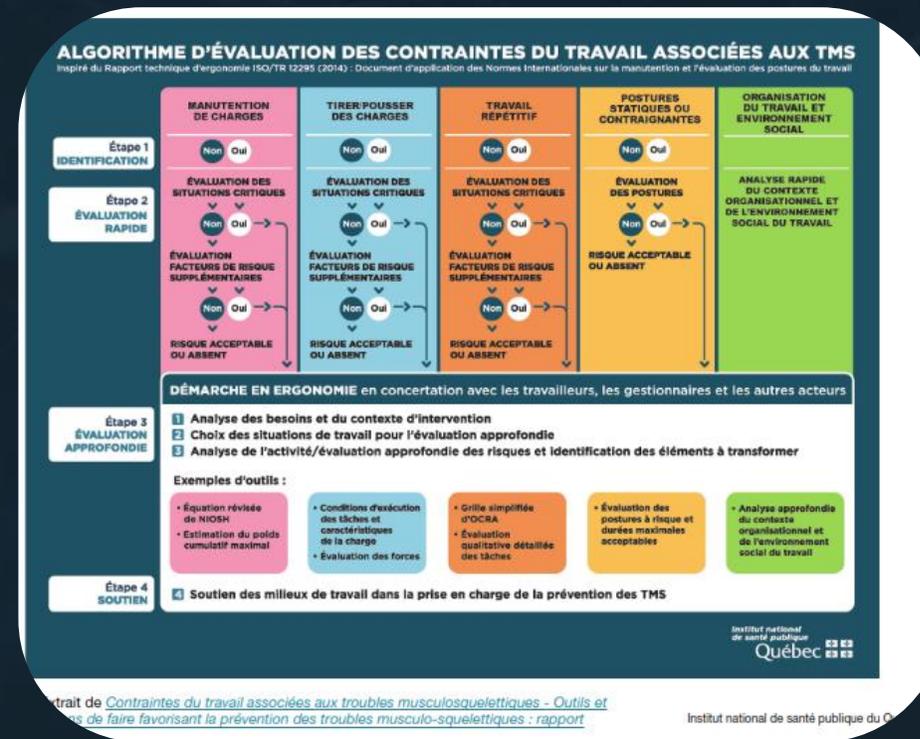
Enfoques Holísticos	Enfoques multifase	Enfoques monofase
<ul style="list-style-type: none"> Lugares de trabajo saludables (HWPP) Programa participativo ErgoPar Gestión de riesgos laborales SOBANE Análisis y diseño ergonómico del trabajo: Análisis Macroergonómico Intervención ergonómica centrada en la actividad 	<ul style="list-style-type: none"> Grupos focales Diálogo democrático Foto safari / espacio de debate foto, voz y trabajo Reuniones de diálogo y discusión Charlas de salud y seguridad Formación en riesgo, evaluación y generación de soluciones Principio de trabajo Ricitos de Oro 5S y Kaizen 	<ul style="list-style-type: none"> Análisis de raíz de la causa Mapeo corporal y cartografía de peligros Listas de verificación, observación y evaluación rápida (RULA...) Autoconfrontación con video Simulación Embajadores y campeones Involucrar a trabajadores en la prueba de soluciones Auditoría interna participativa

Fuente: Adaptado de OSHA-EU,2022

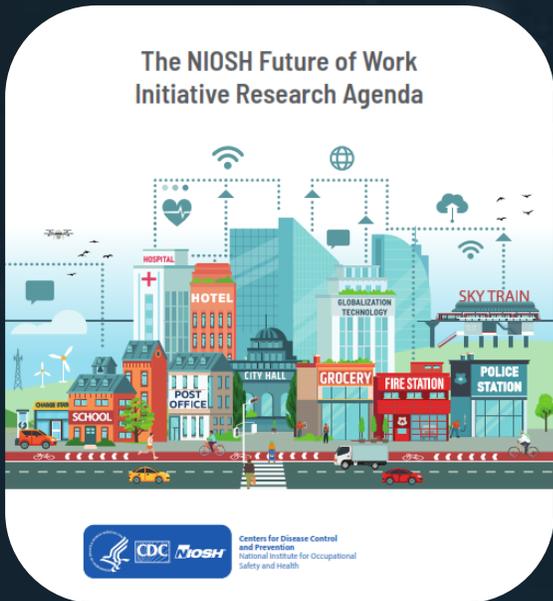


Prevención de los DME: Ejemplo de métodos de intervención

1. Identificación
2. Evaluación rápida
3. Evaluación profunda
4. Apoyo



Tecnologías emergentes para la prevención de los DME



Fuente: Instituto de Seguridad y Salud en el Trabajo del Seguro Social de Accidentes de Alemania (IFA)



Fuente: Instituto de Biomecánica de Valencia – Valoración funcional y valoración de la capacidad laboral



Tecnologías emergentes para la prevención de los DME

Shoulder Exoskeletons

More than 500 Devices
Across 6 North American Vehicle Assembly Plants
Implemented as PPE in Multiple Applications

Lightweight active systems with active assistance

Logistics, Distribution, Supply Chain, Construction

Automotive, Construction, Airlines

R&D areas of focus

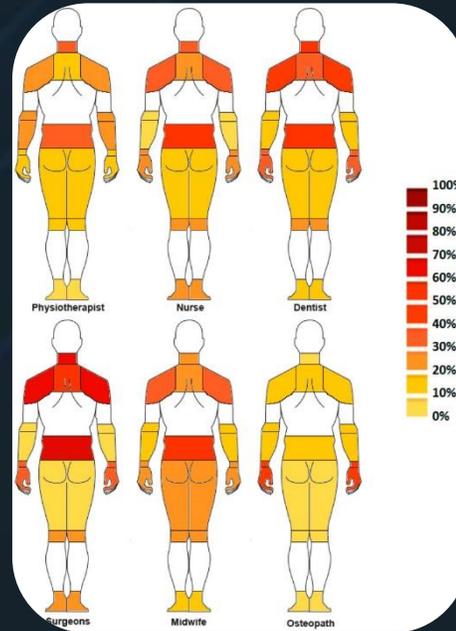
- Estimation algorithms for estimating user movement and triggering assistance
- Design and manufacturing of textile-based unfolding inflatable actuators
- Modeling and simulation of actuators to understand torque applied to wearer and optimize pneumatic efficiency
- Soft sensors that can integrate directly into apparel for future controls
- System architecture design and integration of all components into apparel

Initial exploration for medical applications

HARVARD MEDICAL SCHOOL
MASSACHUSETTS GENERAL HOSPITAL
SPALDING REHABILITATION HOSPITAL

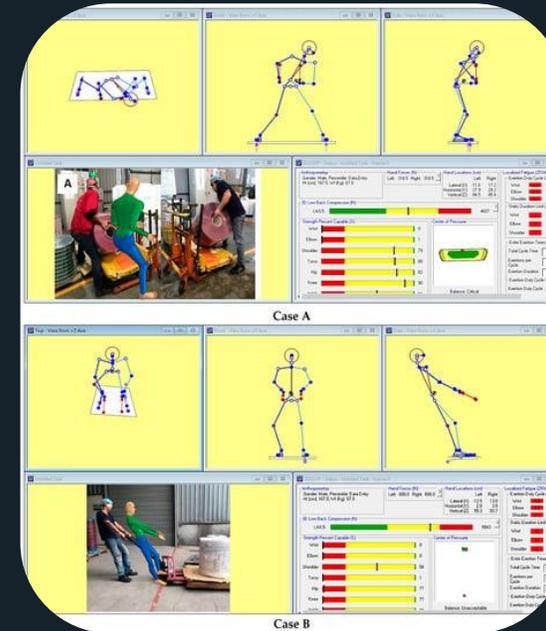
Prevención de los DME: Algunos ejemplos

Mapeo corporal de la prevalencia de TME por áreas corporales y por profesión sanitaria.



Julien Jacquier-Bret y Philippe Gorce, Universidad de Toulon Francia, 2023

Identificación de cargas de la parte inferior de la espalda mediante el Programa de Predicción de Fuerza Estática 3D.



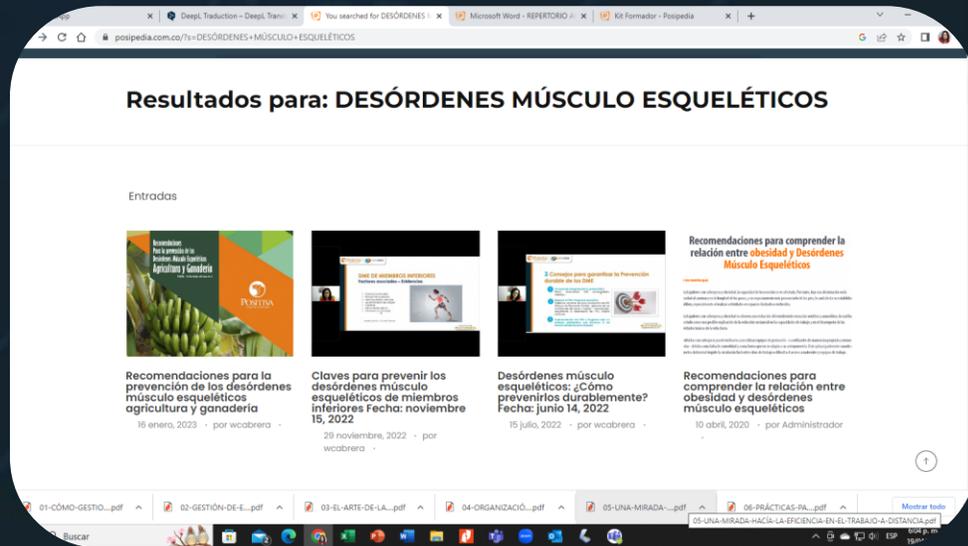
Yi Lang Chen, Wen Hua Luo. Departamento de Ingeniería y Gestión Industrial Ming Chi- Taiwán, 2023

Estrategia Salud Músculo Esquelética

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Estrategia Salud Músculo Esquelética: Soluciones a la medida...



<https://posipedia.com.co>

BIBLIOGRAFIA

- 1 <https://posipedia.com.co/comunidades/salud-musculo-esqueletica/>
- 2 <https://blogs.cdc.gov/niosh-science-blog/category/musculoskeletal-disorders/>
- 3 <https://osha.europa.eu/fr/related-content/18053/publication/4700>
- 4 https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gt_tme_aviar_jun2022.pdf

PREGUNTAS

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Disponemos para ti los
canales de atención del:

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Educación virtual
+1.000 cursos virtuales y
Curso obligatorio cumplimiento

educavirtual@positiva.gov.co



**Educación presencial y
talleres web**
Congresos Nacionales

Positiva.educa@positiva.gov.co

Todo lo tienes con Positiva

Entra aquí, y descubre lo

<https://posipedia.com.co/>



Presentaciones
Técnicas



Juegos
Digitales



Ludo
Prevención

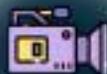
Positiva siempre contigo

La magia comienza aquí

<https://posipedia.com.co/>



Audios



Videos



Mailings

