

PLAN NACIONAL MULTIMODAL 2024

Comunidad Nacional de
Conocimiento para la:

SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

El cuidado de sí
suma a tu vida



SESIÓN 8: EL GÉNERO Y LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

Experto Líder:

Nohora Isabel Valbuena Amaris

Perfil Profesional:

Terapeuta Ocupacional, Magister en Ergonomía y Cambios Tecnológicos, Especialista en Ergonomía, Especialista en Administración en Salud Ocupacional
PECB Certified ISO 45001 Senior Lead Implementer



nohoravalbuena@hotmail.com



3106807612



Ruta del conocimiento



teniendo la obligación el empresario en determinadas exposiciones (agentes cancerígenos, biológicos, químicos) de mantener un registro de los historiales médicos individuales y de conservar el mismo un plazo mínimo de 10 años después de finalizada la exposición,

salvo normativa específica más restrictiva.

“RECONOCER LA DIVERSIDAD EN LA FUERZA DE TRABAJO, INCLUIDAS LAS DIFERENCIAS DE GÉNERO, ES ESENCIAL PARA GARANTIZAR LA SEGURIDAD Y LA SALUD TANTO DE LOS TRABAJADORES COMO DE LAS TRABAJADORAS.”

OIT



TABLA DE CONTENIDO

01

Consideraciones en torno al género y los DME

02

Cifras que dimensionan la problemática DME y el género

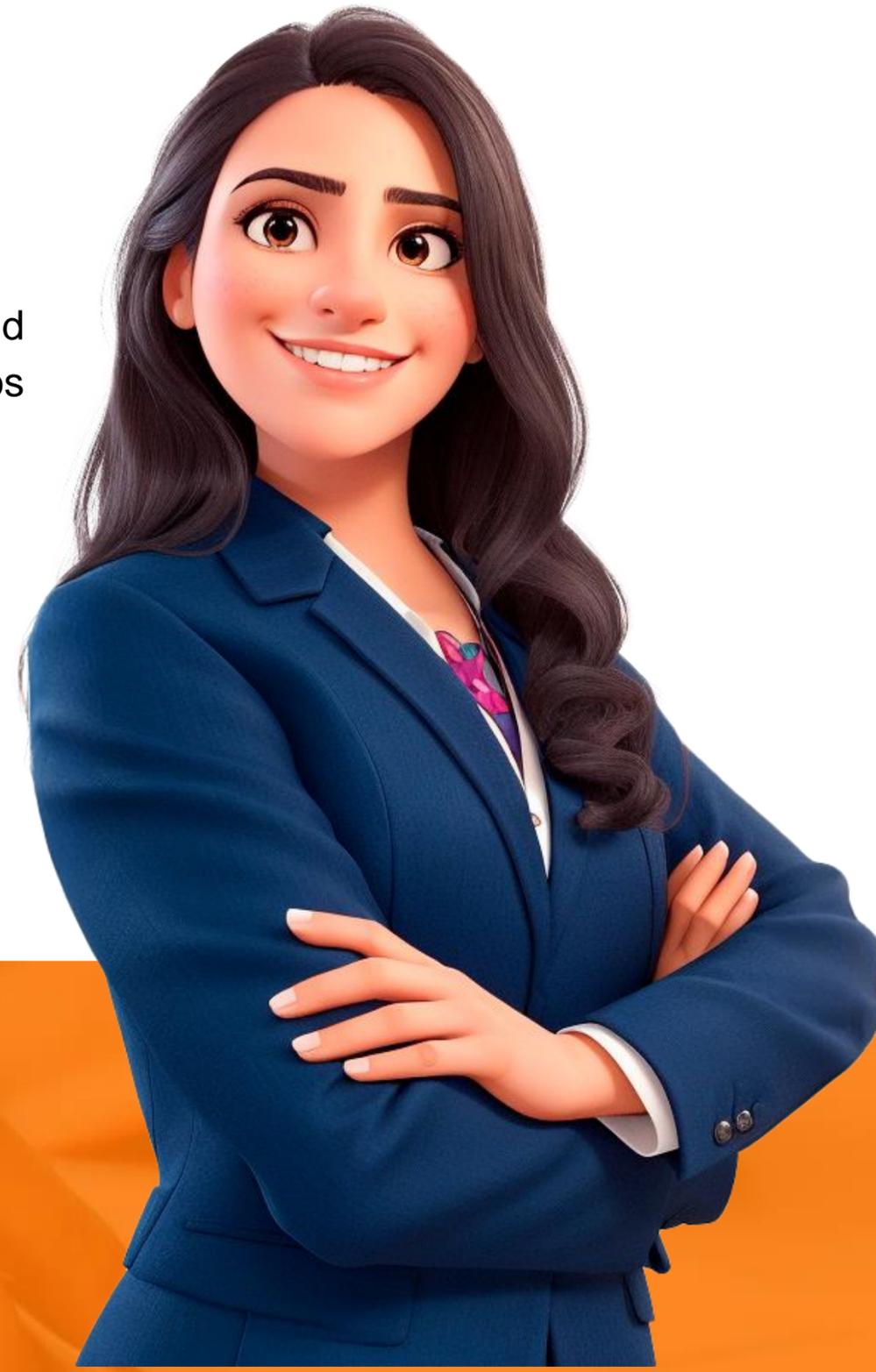
03

Acciones para la promoción de la salud con enfoque de género



Objetivo general

Socializar y fortalecer los conocimientos para la promoción de la salud músculo Esquelética en las empresas y la participación de los trabajadores, teniendo en cuenta una perspectiva de género.





Consideraciones en torno al género y los desórdenes músculo esqueléticos

Desórdenes músculo Esqueléticos y género

Los hombres y las mujeres no son iguales biológicamente hablando (diferencias de sexo) y las actividades profesionales que realizan, las condiciones de trabajo y la forma en que son tratados por la sociedad son distintas (diferencias de género). OSHA-EU

Segregación ocupacional por género
Patrón en el que un género está subrepresentado en algunos empleos y sobrerrepresentado en otros, en relación con su participación porcentual en el empleo total.



<https://www.freepik.es/>

Desórdenes músculo Esqueléticos y género

segregación ocupacional por género

El trabajo de las mujeres:

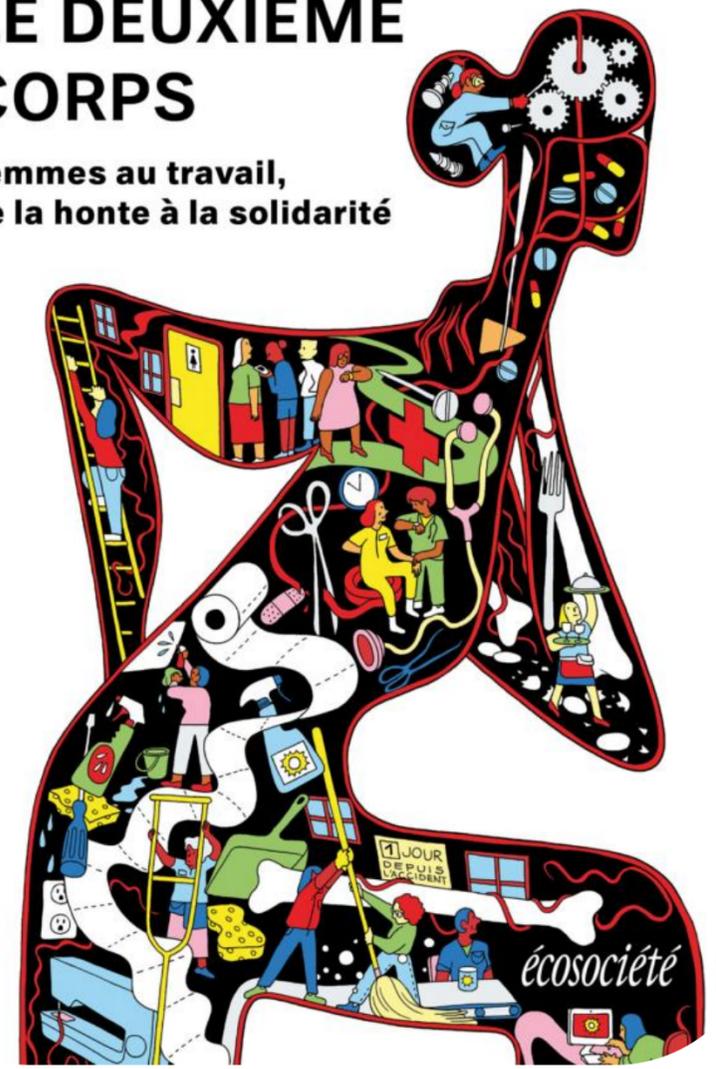
- Manual
- Tareas monótonas
- Repetitivas
- Organización y material de trabajo no acorde
- Inseguridad laboral
- Peores condiciones contractuales
- Bajo control
- Múltiples responsabilidades (laboral, cuidadoras, domésticas)

(D'Enrrico, A. et al, 2021)

KAREN MESSING

LE DEUXIÈME CORPS

Femmes au travail,
de la honte à la solidarité



<https://btlbooks.com/book/bent-out-of-shape>

Desórdenes músculo Esqueléticos y género

segregación ocupacional por género

Tabla 2. Porcentaje de personas de 10 años de edad o más que realizan cuidado o trabajo doméstico no remunerado según zona: Colombia 2020-2021

Población	Urbano				Rural			
	Total	Hombres	Mujeres	Brecha M-H	Total	Hombres	Mujeres	Brecha M-H
Trabajo de cuidado no remunerado para personas del propio hogar (TCNR)	24,2	15,9	31,6	15,7	25,5	14,5	37,4	22,9
Trabajo doméstico no remunerado para los propios hogares (TDNR)	74,1	59,5	87,3	27,9	69,8	49,7	91,4	41,7
Trabajo doméstico y de cuidado no remunerado para los propios hogares (TDCNR)	77,8	64,9	89,4	24,5	73,9	56,2	92,9	36,7

Fuente: cálculos propios, ENUT 2020-2021 (DANE).

Fuente: U. Javeriana. Informe análisis estadístico LEE, 2024



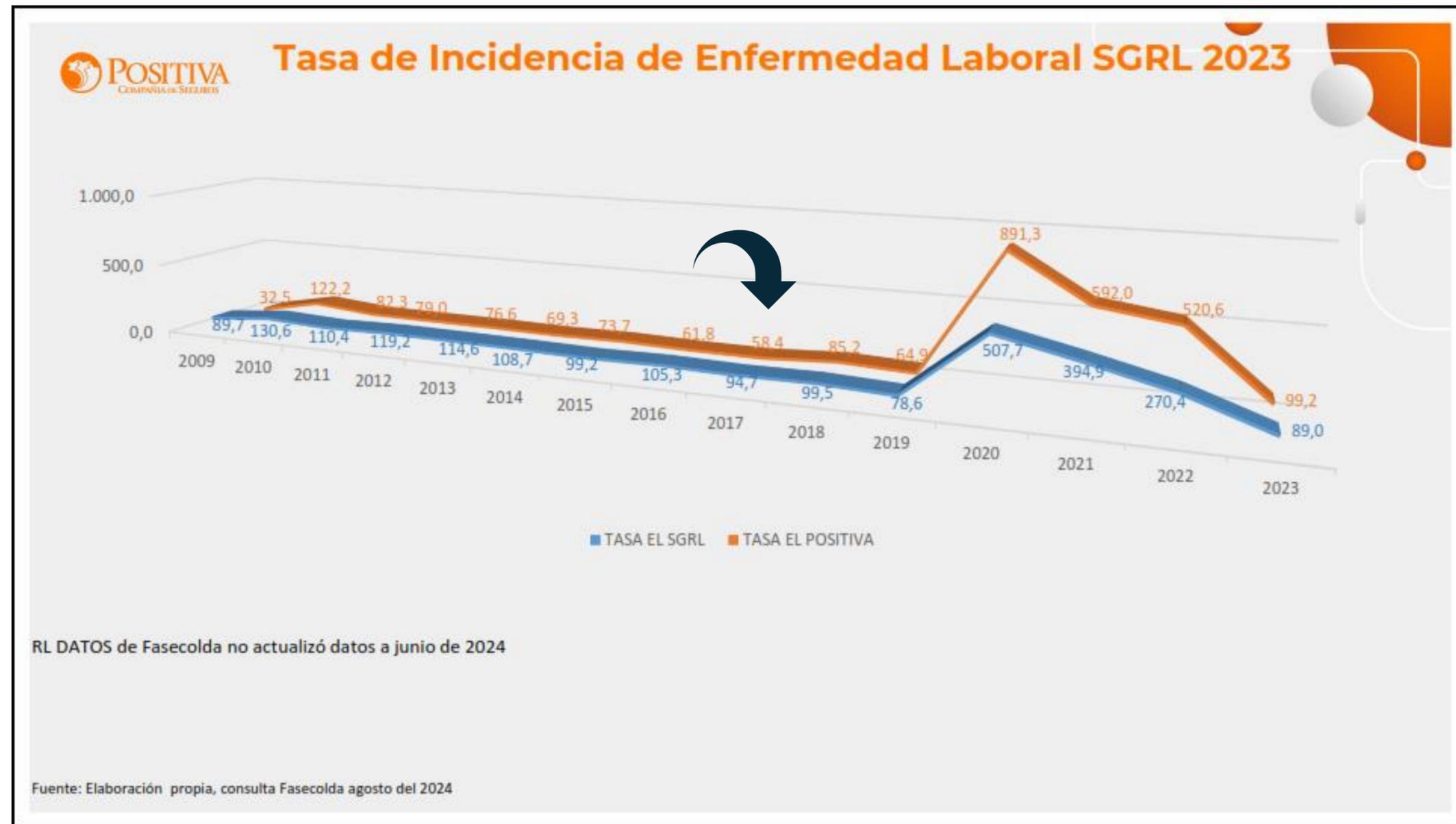
Horas de trabajo más largas



Cifras que dimensionan la problemática de los desórdenes músculo esqueléticos y el género



La enfermedad laboral en el SGRL de Colombia



Fuente: Positiva Compañía de Seguros S.A.

La enfermedad laboral en el SGRL de Colombia

Principales tipos de enfermedad, 2015-2017



Tipos de enfermedades	Participación
Enfermedades del sistema osteomuscular y del tejido conectivo	51,9%
Enfermedades del sistema nervioso	34,4%
Traumatismos, envenenamientos y algunas otras consecuencias de causa externa	4,8%
Enfermedades del oído y de la apófisis mastoides	3,0%
Trastornos mentales y del comportamiento	2,3%
Enfermedades del sistema respiratorio	1,8%
Enfermedades de la piel y el tejido subcutáneo	0,6%
Ciertas enfermedades infecciosas y parasitarias	0,4%
Síntomas, signos y hallazgos anormales clínicos y de laboratorio, no clasificados en otra parte	0,2%
Factores que influyen en el estado de salud y contacto con los servicios de salud	0,1%
Enfermedades del sistema circulatorio	0,1%
Neoplasias	0,1%
Enfermedades del ojo y sus anexos	0,1%
Malformaciones congénitas, deformidades y anomalías cromosómicas	0,1%
Enfermedades del aparato digestivo	0,0%
Causas externas de morbilidad y de mortalidad	0,0%
Enfermedades del aparato genitourinario	0,0%
Enfermedades endocrinas, nutricionales y metabólicas	0,0%
Ciertas afecciones originadas en el periodo perinatal	0,0%
Enfermedades de la sangre y de los órganos hematopoyéticos y otros trastornos que afectan el mecanismo de la inmunidad	0,0%
Embarazo, parto y puerperio	0,0%

Fuente: Fasecolda

Participación por sector económico, 2017

Sector	Enfermedades del oído y de la apófisis mastoides	Enfermedades del sistema nervioso	Enfermedades del sistema osteomuscular y del tejido conectivo	Enfermedades del sistema respiratorio	Trastornos mentales y del comportamiento	Traumatismos, envenenamientos y algunas otras consecuencias de causa externa
Administración pública y defensa	2%	43%	40%	1%	11%	2%
Agricultura, ganadería, caza y silvicultura	1%	33%	58%	1%	0%	6%
Comercio	2%	34%	56%	1%	2%	4%
Construcción	5%	26%	57%	4%	2%	3%
Educación	1%	41%	45%	3%	3%	3%
Eléctrico, gas y agua	7%	28%	53%	1%	4%	4%
Financiero	0%	40%	46%	0%	6%	5%
Hoteles y restaurantes	0%	52%	41%	0%	0%	5%
Industria manufacturera	5%	35%	53%	2%	1%	3%
Inmobiliario	2%	37%	44%	1%	2%	12%
Minas y canteras	8%	14%	54%	10%	3%	9%
Órganos extraterritoriales	0%	50%	50%	0%	0%	0%
Pesca	0%	36%	50%	0%	0%	9%
Servicio doméstico	0%	39%	48%	2%	0%	10%
Servicios comunitarios, sociales y personales	1%	30%	39%	1%	1%	26%
Servicios sociales y de salud	0%	36%	44%	0%	2%	12%
Transporte, almacenamiento y comunicaciones	4%	26%	58%	1%	3%	8%

Fuente: Fasecolda

Fuente: Fasecolda, 2019

La enfermedad laboral en el SGRL de Colombia

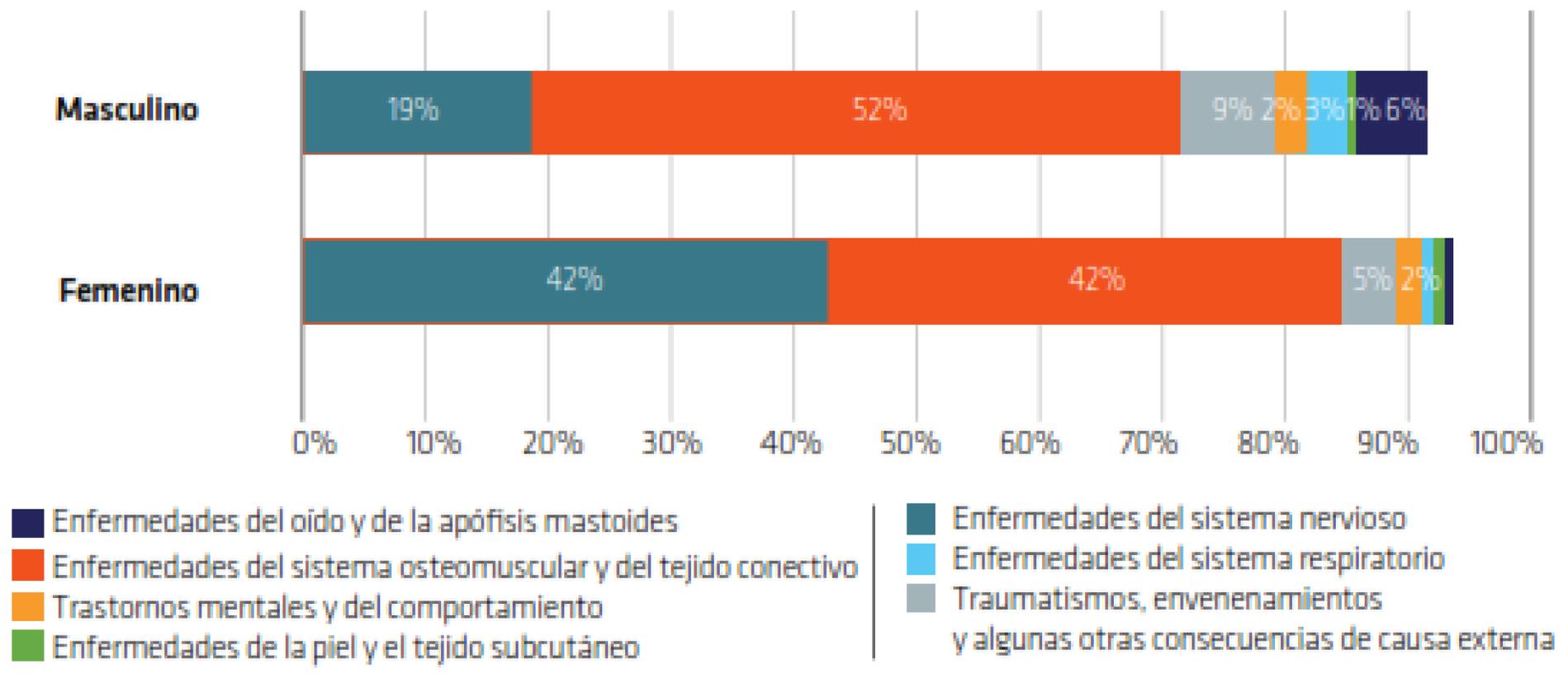
Participación del capítulo de enfermedades por sexo, 2017



- 52% de enfermedades del Sistema osteomuscular y tejido conectivo
- 19% de enfermedades del Sistema nervioso



- 42% enfermedades del Sistema osteomuscular y tejido conectivo
- 42% enfermedades del Sistema nervioso



Fuente: Fasecolda, 2019

La enfermedad laboral en el SGRL de Colombia

Diagnósticos de EL más frecuentes, 2011-2021

10 DME / 14 EL

Diagnóstico	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Caso confirmado de COVID-19	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	48,2%	46,2%
Caso sospechoso de COVID-19	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	40,4%	40,9%
Síndrome del túnel carpiano	31,0%	30,0%	31,7%	31,1%	29,9%	30,4%	30,0%	30,3%	33,6%	4,5%	5,8%
Síndrome de manguito rotador	10,2%	12,3%	12,6%	14,0%	14,2%	15,8%	15,8%	17,2%	17,8%	1,2%	1,8%
Examen de pesquisa especial para otras enfermedades virales	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,7%	0,9%
Epicondilitis lateral	6,5%	6,7%	6,7%	6,3%	5,8%	5,5%	5,5%	5,9%	6,4%	0,4%	0,6%
Epicondilitis media	4,7%	4,7%	5,0%	5,2%	4,4%	4,4%	4,4%	4,1%	4,2%	0,3%	0,5%
Trastorno de disco lumbar y otros, con radiculopatía	3,2%	3,2%	3,1%	4,2%	5,9%	5,0%	4,8%	6,3%	5,4%	0,3%	0,4%
Otros trastornos especificados de los discos intervertebrales	3,3%	3,6%	2,2%	2,9%	3,6%	3,3%	2,6%	3,5%	3,5%	0,2%	0,3%
Tenosinovitis de estiloides radial [De Quervain]	2,9%	3,6%	3,0%	2,5%	2,5%	1,9%	2,1%	2,2%	2,2%	0,2%	0,2%
Trastornos de los discos intervertebrales, no especificado	1,0%	0,8%	1,6%	1,4%	1,7%	1,5%	1,4%	1,9%	1,9%	0,1%	0,2%
Bursitis del hombro	1,4%	1,4%	1,5%	1,5%	1,6%	1,6%	1,9%	1,9%	2,1%	0,1%	0,2%
Hipoacusia neurosensorial, bilateral	2,5%	2,2%	1,7%	1,4%	1,2%	1,9%	1,4%	1,2%	1,4%	0,1%	0,2%
Lumbago no especificado	3,1%	3,0%	2,9%	3,0%	2,9%	2,9%	2,8%	2,6%	1,5%	0,1%	0,1%
Trastorno mixto de ansiedad y depresión	0,3%	0,2%	0,6%	0,8%	1,1%	1,0%	0,8%	0,9%	0,9%	0,1%	0,1%
Otras enfermedades	30,0%	28,3%	27,3%	25,7%	25,0%	24,8%	26,5%	22,0%	19,1%	3,2%	1,6%

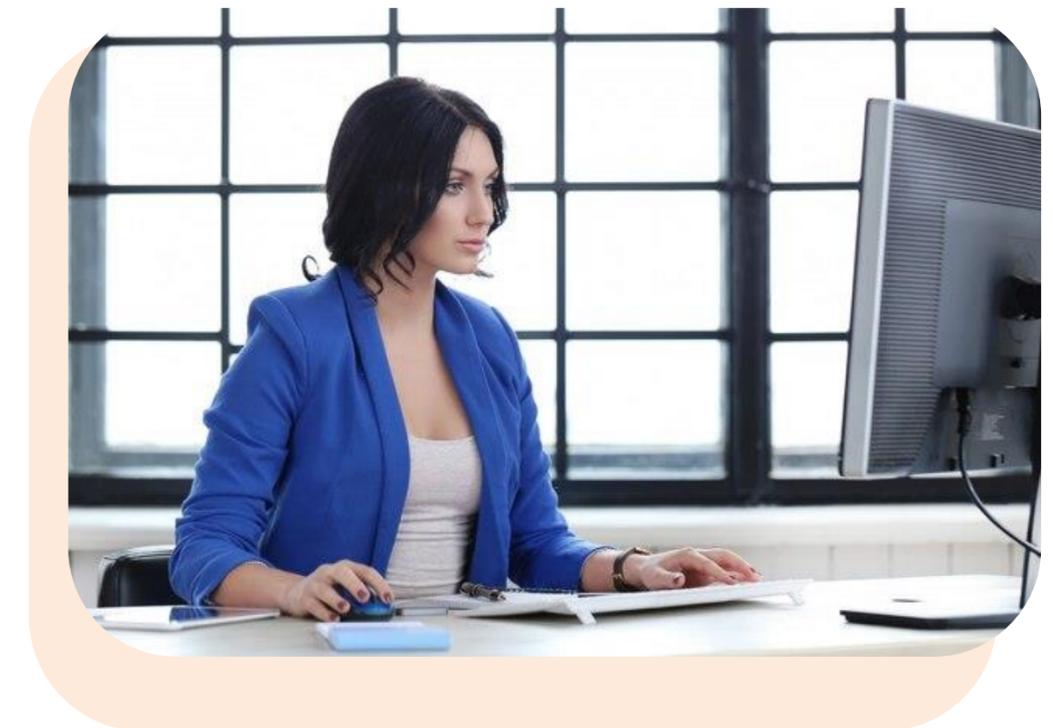
Fuente: Fasecolda, 2022



Estadísticas de EL en POSITIVA

Distribución DME por sector, sexo y edad, 2014-2017

Variable	2014	2015	2016	2017	
Sector económico	Mayor proporción: (Administración pública y Manufactura)	18,2%	19,7%	18,6%	18,2%
		16,8%	15,3%	16,1%	16,9%
Sexo	Mayor proporción: (Femenino)	56,6%	59,3%	57%	60%
	Tasa: * Femenino	145,6	137,2	121,8	132,3
	*Masculino	61,6	54,3	59,6	67,1
Edad	Mayor proporción: (31 a 49 años en 2014 y 2016; 50 años en adelante en 2015 y 2017)	50,9%	49,4%	52,4%	51,5%



Fuente: Positiva Compañía de Seguros S.A

Estadísticas de EL en POSITIVA

Distribución de capítulos de enfermedad laboral por sexo, 2023

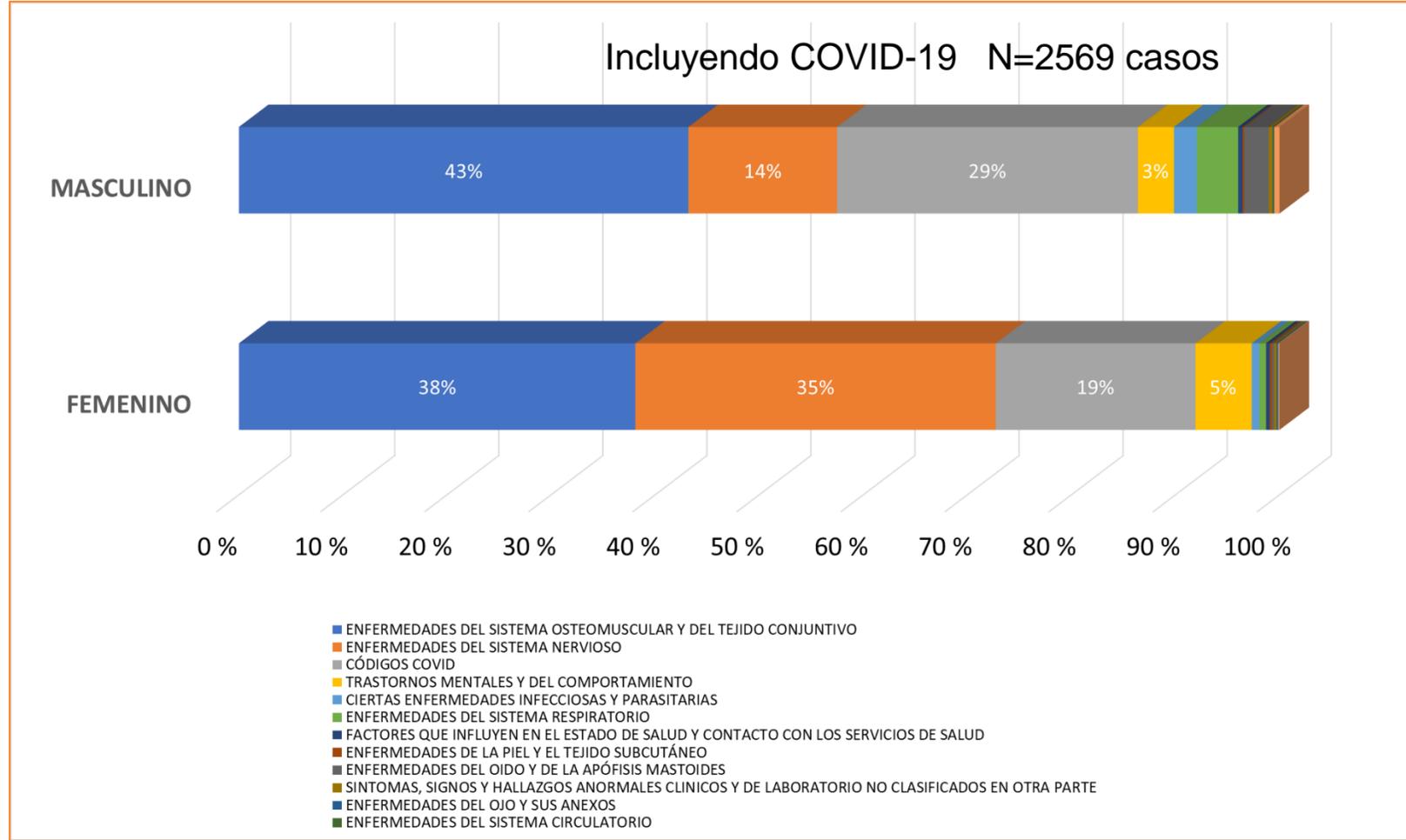


DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

- 43% de enfermedades del Sistema osteomuscular y tejido conectivo
- 14% de enfermedades del Sistema nervioso



- 38% enfermedades del Sistema osteomuscular y tejido conectivo
- 35% enfermedades del Sistema nervioso



Fuente: Construcción propia con base en datos de POSITIVA

Estadísticas de EL en POSITIVA

Distribución de diagnósticos de DME por sexo, 2023



DIAGNÓSTICO	FA	FR	FRa
Síndrome del túnel carpiano	475	47%	47%
Síndrome de manguito rotatorio	145	14%	62%
Epicondilitis media	107	11%	72%
Epicondilitis lateral	94	9%	82%
Tenosinovitis de estiloides radial [De Quervain]	52	5%	87%
Otro	134	13%	100%
TOTAL	1007	100%	

FA: Frecuencia absoluta
 FR: Frecuencia relativa
 FRa: Frecuencia relativa acumulada



DIAGNÓSTICO	FA	FR	FRa
Síndrome de manguito rotatorio	176	26%	26%
Síndrome del túnel carpiano	156	23%	49%
Trastorno de disco lumbar y otros, con radiculopatía	65	10%	59%
Otros trastornos especificados de los discos intervertebrales	45	7%	65%
Epicondilitis lateral	39	6%	71%
Lumbago no especificado	26	4%	75%
Epicondilitis media	22	3%	78%
Trastornos de los discos intervertebrales, no especificado	21	3%	81%
Otras degeneraciones especificadas de disco intervertebral	18	3%	84%
Bursitis del hombro	11	2%	85%
Tendinitis de bíceps	9	1%	87%
Otro	90	13%	100%
Total	678	100%	

Fuente: Construcción propia con base en datos de POSITIVA

Estadísticas de EL en POSITIVA

Distribución de desórdenes músculo esqueléticos por sector y sexo, 2023



Sexo Femenino

SECTOR	FA	FR	FRa
Administración pública y defensa	364	36%	36%
Servicios sociales y de salud	153	15%	51%
Inmobiliario	136	14%	65%
Industria manufacturera	86	9%	73%
Educación	53	5%	79%
Comercio	35	3%	82%
Otro	180	18%	100%
TOTAL	1007	100%	

FA: Frecuencia absoluta

FR: Frecuencia relativa

FRa: Frecuencia relativa acumulada



Sexo Masculino

SECTOR	FA	FR	FRa
Agricultura, ganadería, caza y silvicultura	162	24%	24%
Minas y canteras	147	22%	46%
Industria manufacturera	121	18%	63%
Administración pública y defensa	77	11%	75%
Inmobiliario	40	6%	81%
Otro	131	19%	100%
Total	678	100%	

Fuente: Construcción propia con base en datos de POSITIVA



Acciones para la promoción de la SME con enfoque de género



Promoción de la SME con enfoque de género

8 Pistas preventivas

1. Establecer una política y estrategias que fortalezcan la cultura organizacional (género, desconexión laboral)
2. Estimar una perspectiva de género transversal en la organización
3. Seguimiento a condiciones de salud estimando variables demográficas
4. Análisis desagregando de las situaciones de trabajo considerando las diferencias de sexo / género
5. Considerar la concepción de puestos (diseño; selección EMH; prescripción de tareas, etc.)
6. Formación a todos los niveles
7. Promover estilos de vida y trabajo saludables
8. Seguimiento a indicadores



Promoción de la SME con enfoque de género

5.3.4. Cuestiones para evaluar/valorar/analizar la integración de la perspectiva de género

ETAPA DEL PLAN DE PRL		5. DISEÑO DEL SISTEMA DEL PLAN DE PREVENCIÓN: ACTIVIDADES DEL PLAN DE PREVENCIÓN			
ACTIVIDAD		PAUTA A VALORAR	RESULTADO DE LA AUTO-EVALUACIÓN	ACCIONES / MEDIDAS PROPUESTAS	ACEPTADAS
5.3. PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA	Catálogo de medidas preventivas	• En el diseño de los lugares y puestos de trabajo, y al elegir equipos y la ropa de trabajo ¿cómo se tienen en cuenta criterios de usabilidad por mujeres y hombres, y por personas situadas en percentiles extremos, fuera de la media?			
		• Cuando se plantean cambios en la organización de trabajo ¿cómo se tiene en cuenta su impacto desde la perspectiva de género y las interacciones entre el trabajo y la vida privada?			
		• Al constituir equipos y grupos de trabajo ¿cómo se promueve que la presencia sea lo más equilibrada posible, que se favorezca las relaciones sociales, que se fomente la cultura de igualdad,...?			
		• En la selección de los EPIs ¿se cuenta con la participación de las personas destinatarias garantizando la presencia de ambos sexos, si es el caso?			
		• ¿Están los EPIs seleccionados adaptados a las personas, a sus características anatómicas y fisiológicas y se tiene en cuenta su estado de salud?			
		• ¿Las medidas relacionadas con la formación tienen en cuenta la perspectiva de género (ver Procedimiento Formación)?			

Fuente: Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales, 2019

Promoción de la SME con enfoque de género

Acciones individuales por tu salud músculo esquelética...

1. Participa activamente en tu empresa
2. Planifica tus tareas de la semana
3. Gestiona tus rutinas
4. Equípate de buenas herramientas y equipos para realizar tus tareas
5. Establece pausas y descansos
6. Desconéctate
7. Adopta estilos de vida y trabajo saludables
8. Delega y busca apoyo



Bibliografía

-  <https://posipedia.com.co/?s=salud+m%C3%BAsculo+esquel%C3%A9tica>
-  <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10549919/>
-  **Institut national de santé publique du Québec. (2021).** Industries et professions les plus touchées par des troubles musculo-squelettiques d'origine non traumatique liés au travail : résultats de l'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015.
<https://www.inspq.qc.ca/publications/2797>
-  Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales. (2019). Pautas para la integración de la perspectiva de género en la prevención de riesgos laborales. Actualización con herramientas para su implantación.
https://www.osalan.euskadi.eus/contenidos/libro/seguridad_201905/es_def/adjuntos/pautas_herramienta_genero_prl_es.pdf





¿Preguntas?

Recuerda que POSITIVA tiene para ti:

Posipedia

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



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos

POR MUCHAS CONEXIONES MÁS

Andrés

Despierta todos los días seguro y feliz, porque permanece informado de las noticias y actividades nuevas en SST con su comunidad educativa Positiva Educa en WhatsApp.



1

Escanea el Código QR con tu celular.



2

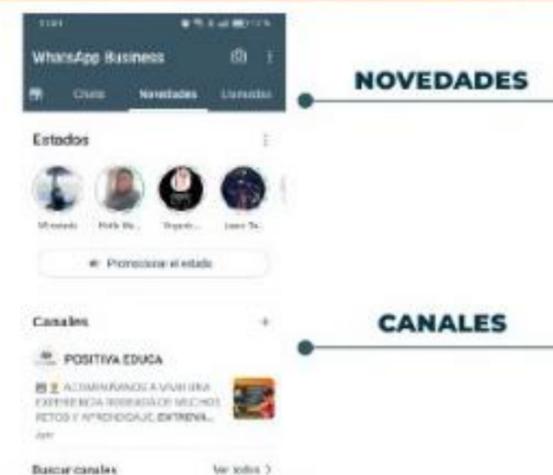
Síguenos y entérate de todas las actualizaciones de nuestro Plan Nacional de Educación.



3

¡Recuerda!

El canal lo encuentras en la pestaña de Novedades de tu Whatsapp



¡SIGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código
QR con tu celular