

PLAN NACIONAL MULTIMODAL 2024

Comunidad Nacional de
Conocimiento para la:

SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

El cuidado de sí
suma a tu vida



SESIÓN 9: LOS DME, EL RETORNO AL TRABAJO Y LA PREVENCIÓN DE LA JUBILACIÓN ANTICIPADA

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



Evaluémonos



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 norma que disponga lo contrario.
“EL SURGIMIENTO DE UNA ENF. PROFESIONAL DEBE SER VISTO COMO UNA OPORTUNIDAD PARA MODIFICAR EL ENTORNO LABORAL, PARA IMPEDIR QUE OTROS SE ENFERMEN, Y PERMITIR EL REINTEGRO AL TRABAJO...EN LAS MEJORES CONDICIONES POSIBLES”

ISP, Chile



TABLA DE CONTENIDO

01

Generalidades del
proceso de
reincorporación laboral y
ocupacional

02

Prácticas para un retorno
sano y durable al trabajo



Objetivo general

Socializar y fortalecer los conocimientos para favorecer la reincorporación laboral y ocupacional de los trabajadores.

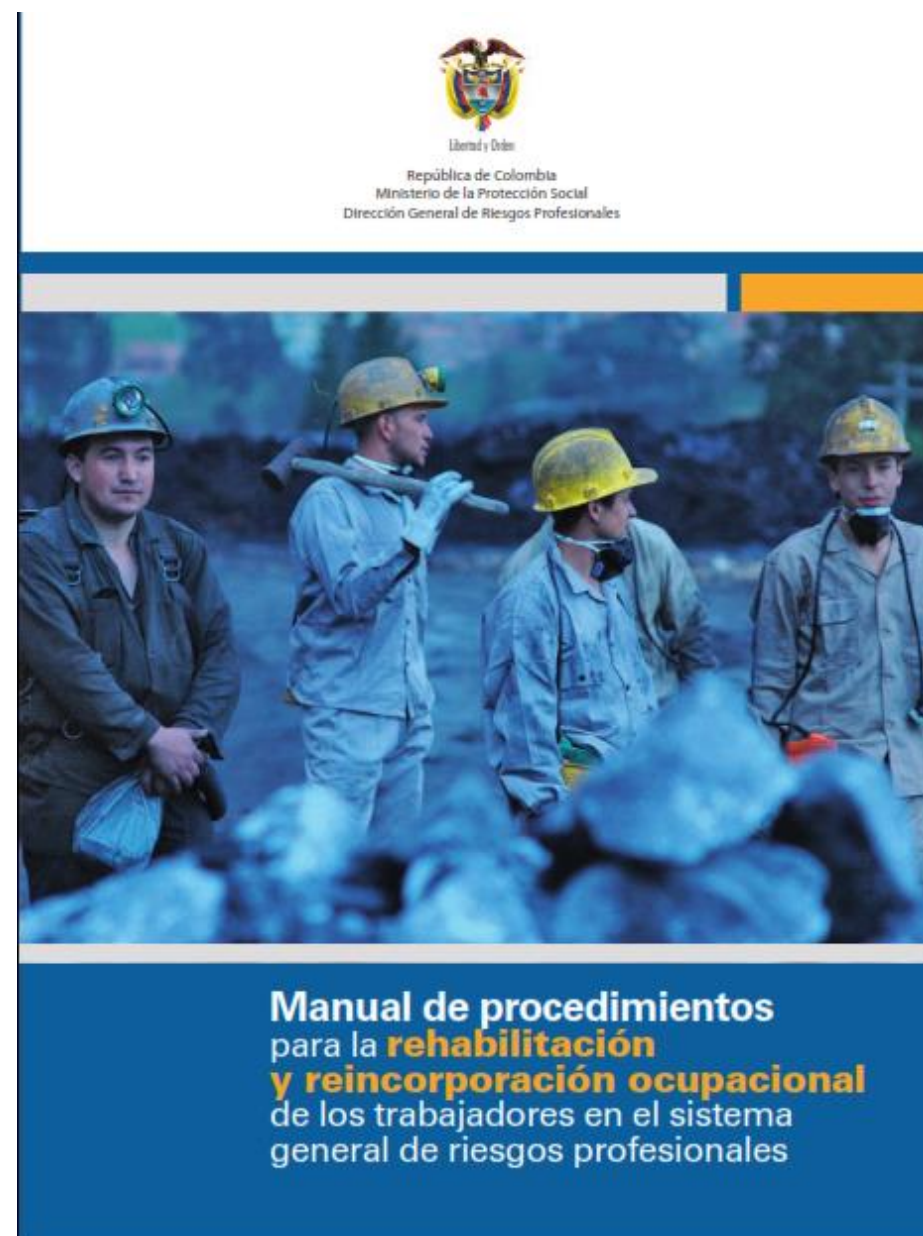


Generalidades del proceso de reincorporación laboral y ocupacional



Reincorporación laboral y ocupacional

Manual Rehabilitación y Reincorporación ocupacional - 2012



Reincorporación ocupacional: Retorno del trabajador a sus roles ocupacionales, en iguales condiciones de desempeño. (Mintrabajo, 2012)

Reincorporación laboral: al terminar el período de incapacidad temporal, los empleadores están obligados a ubicarlo en el cargo que desempeñaba, o a reubicarlo en cualquier otro, de la misma categoría, para el cual esté capacitado. (Art. 9, literal s, Resolución 3050 de 2022)

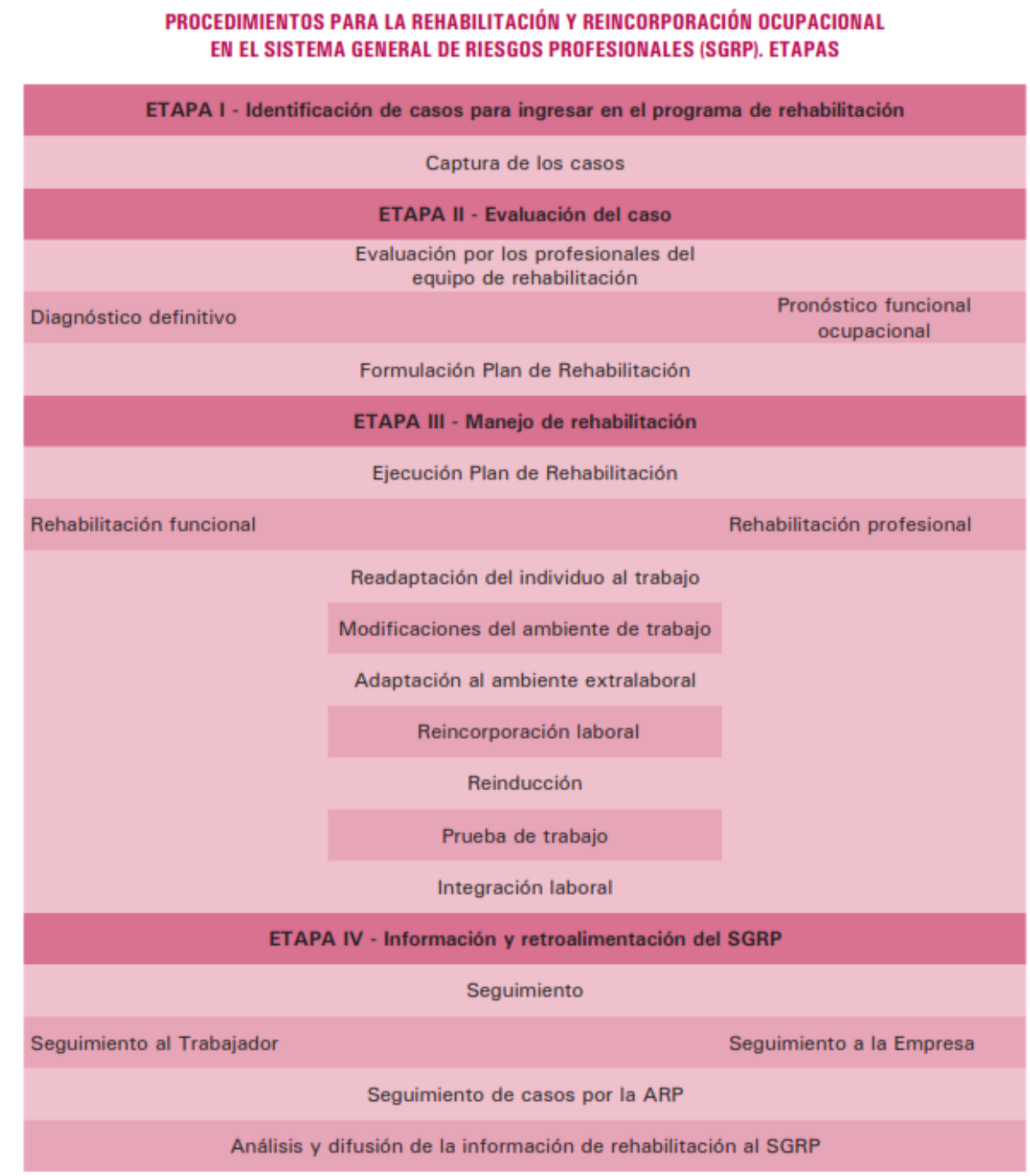
Reincorporación al trabajo. Al terminar el período de incapacidad temporal, los empleadores están obligados, si el trabajador recupera su capacidad de trabajo, a ubicarlo en el cargo que desempeñaba, o a reubicarlo en cualquier otro para el cual esté capacitado, de la misma categoría (Art. 4 Ley 776 de 2002).

- **Resolución 3050 de 2022.** Por la cual se adopta el Manual de Procedimientos del Programa de Rehabilitación Integral para la reincorporación laboral y ocupacional en el Sistema General de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones.

Reincorporación laboral y ocupacional

Programa de reincorporación laboral y ocupacional de las empresa

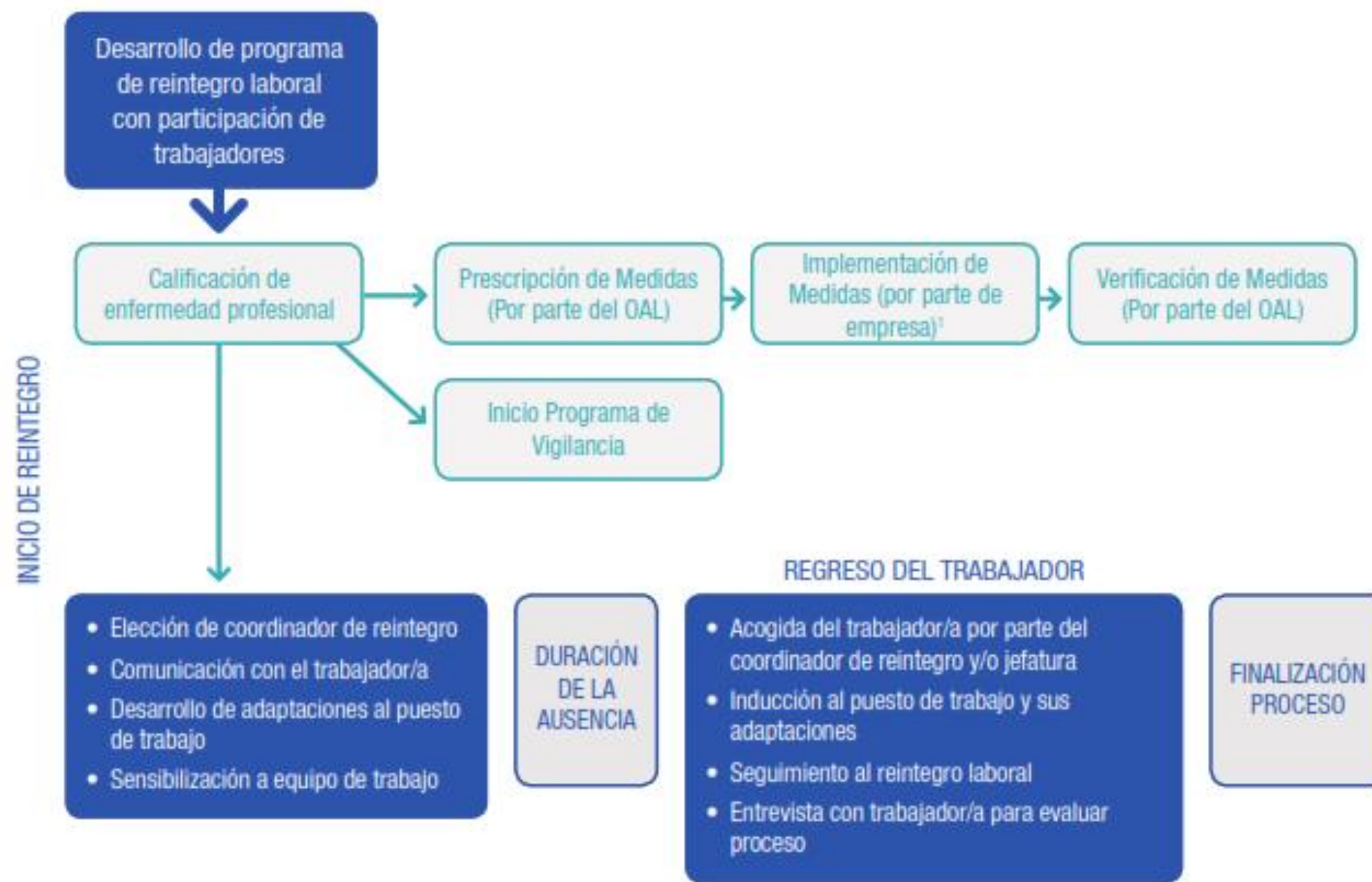
- **Objetivos**
- **Política**
- **Alcance**
- **Marco legal**
- **Definiciones**
- **Responsabilidades**
- **Procedimiento (4 Etapas)**
- I. Identificación de casos**
- II. Evaluación inicial**
- III. Plan de reincorporación laboral y ocupacional**
- IV. Seguimiento y cierre**



Fuente: Ministerio del Trabajo de Colombia, 2012

Reincorporación laboral y ocupacional

ESQUEMA PROCESO DE REINTEGRO LABORAL



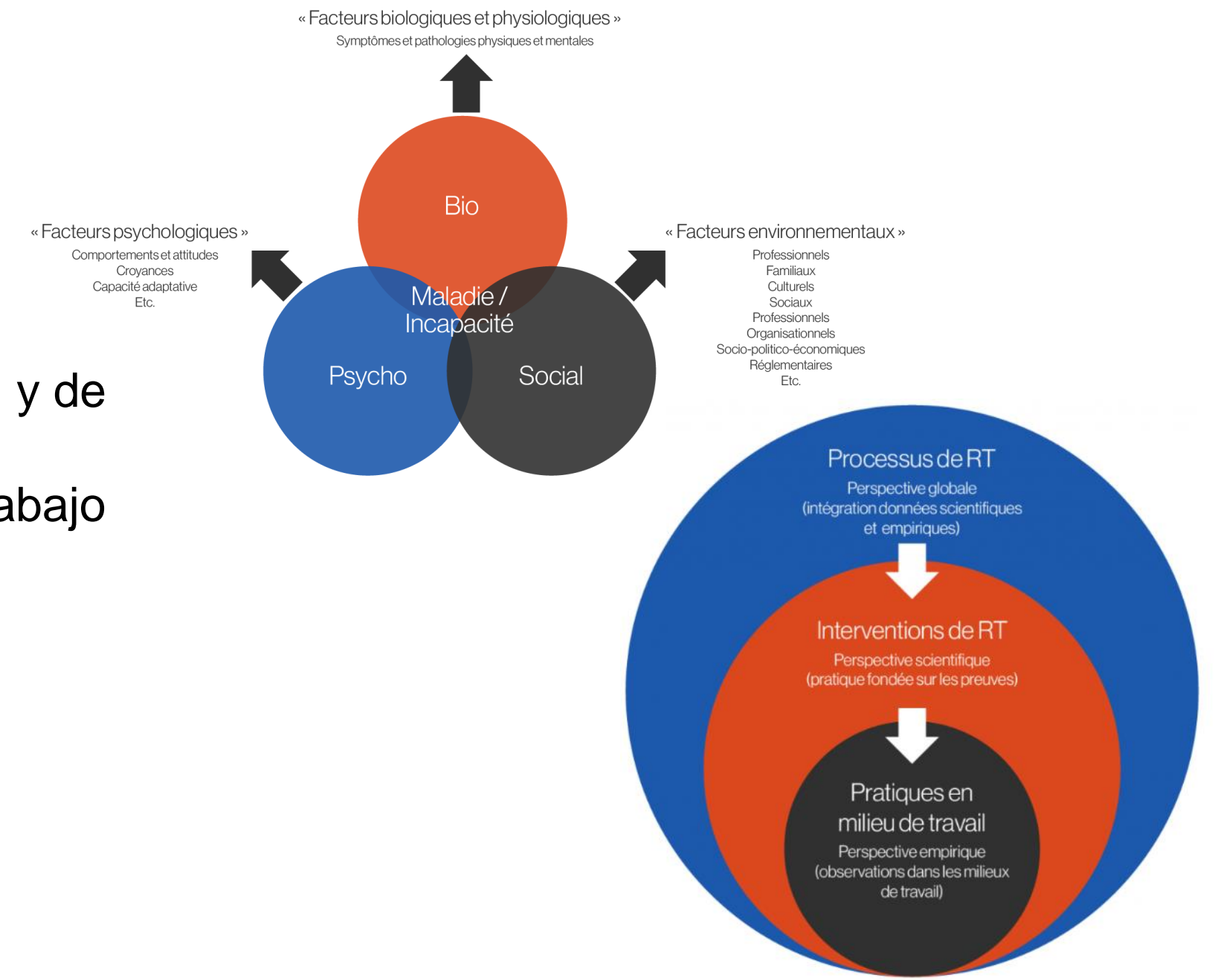
¹ La implementación de medidas debe desarrollarse antes de que el trabajador se reintegre, a fin de que se elimine o controle el riesgo que causó la enfermedad.

Reincorporación laboral y ocupacional

Consideraciones

Ejemplo de proceso de 6 pasos:

- 1) Incapacidad - período de recuperación
- 2) Primera comunicación con el trabajador
- 3) Evaluación del trabajador (capacidades) y de su trabajo (requerimientos)
- 4) Establecer alternativas de Retorno al Trabajo (RT) con medidas de adaptación laboral
- 5) Regreso al trabajo (día 1)
- 6) Seguimiento de RT (en las siguientes semanas)



Fuente: Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST)

¡Todos ganan cuando se previene!

Desórdenes Músculo Esqueléticos



Costos e impactos



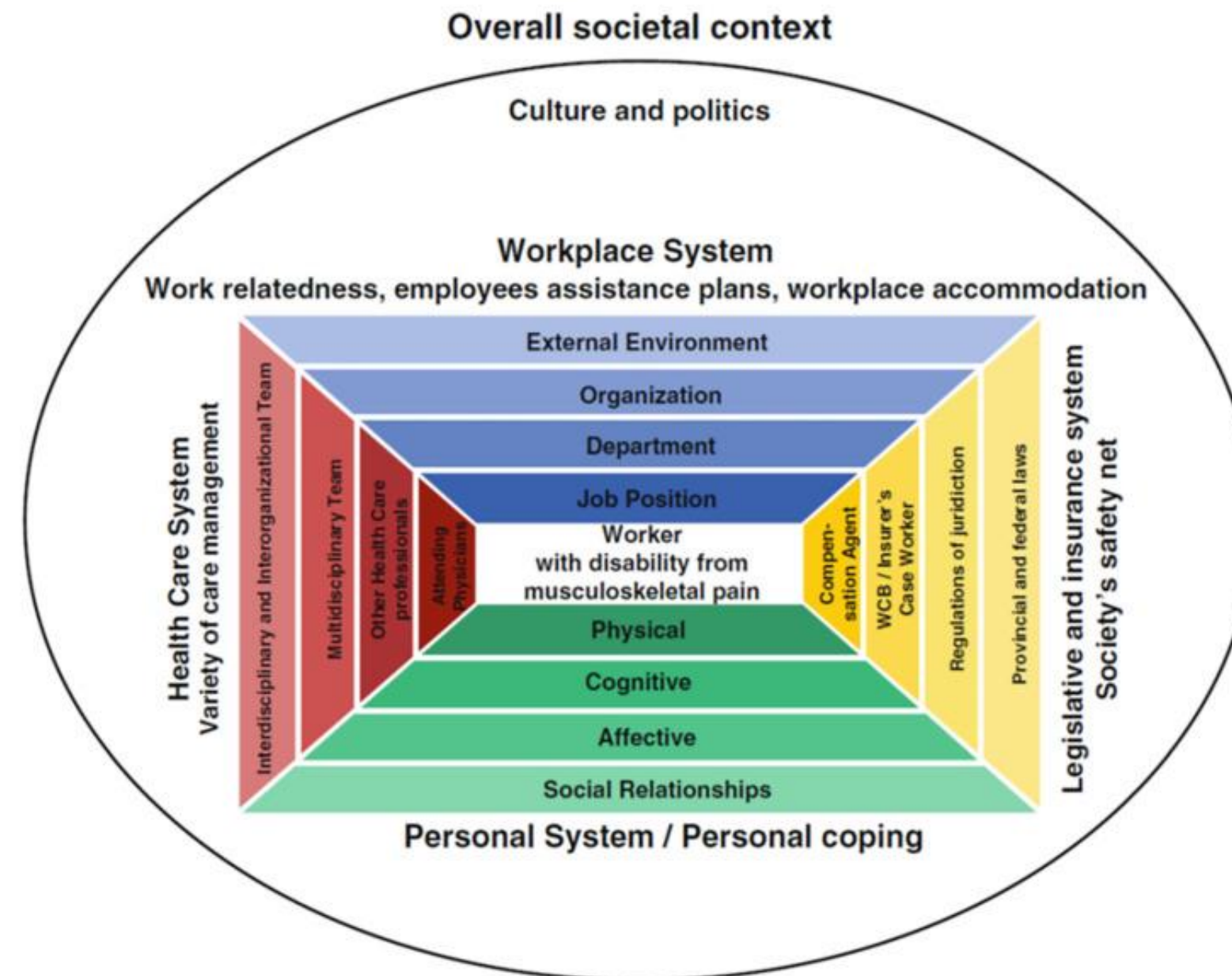
Fuente: Adaptado de Agencia Nacional para la Mejora de las Condiciones de trabajo de ANACT-Francia

Prácticas para un retorno sano y durable al trabajo



Reincorporación laboral y ocupacional

Modelo ecológico de prevención de la discapacidad laboral

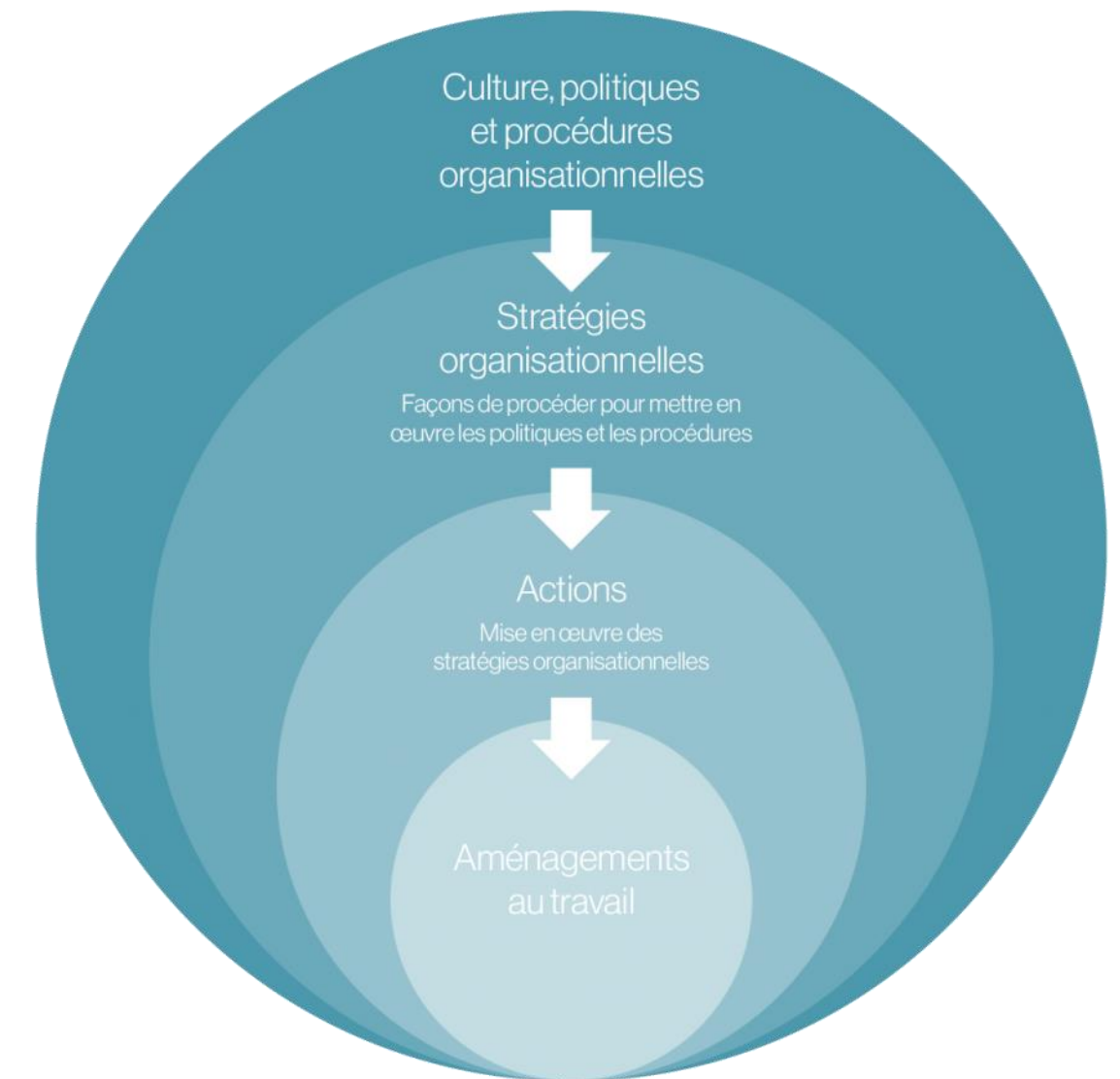


Fuente: Carpintero C. et al., 2022

Reincorporación laboral y ocupacional

Prácticas para un retorno sano y durable

- Cultura organizacional, políticas, procedimientos
- Estrategias organizacionales
- Acciones
Concertación, comunicaciones, formación
- Adaptación del trabajo



Reincorporación laboral y ocupacional

Metodología para la descripción de las exigencias físicas

Gestión de la discapacidad

Prevención de la discapacidad

DISABILITY PREVENTION VS DISABILITY MANAGEMENT

DEFINITION : DISABILITY MANAGEMENT

Compares the physical demands of a job as it is currently performed to a worker's restrictions. If there is not a direct match, the worker is determined to be unable to perform the job or essential tasks that cannot be performed are downloaded onto another worker.

DEFINITION : DISABILITY PREVENTION

Compares the physical demands of the pre-injury job to a worker's restrictions. Where there is a barrier or mismatch, creative solutions are considered and the best one is implemented in order to remove the barrier(s) and allow full performance of the essential duties.

EXAMPLE: A worker is returning to work. The restriction is no lifting or carrying more than 10 Kg. Currently, the job requires carrying a 12 Kg box. 12KG



Reincorporación laboral y ocupacional

Factores que inciden positiva (+) o negativamente (-) – problemática DME

Métodos de evaluación (valoración científica excelente)

- **Factores organizaciones**
(-) Tensión en el trabajo – (situaciones estresantes (altas demandas psicológicas y falta de control)
- **Factores personales**
(+) Sentimiento de eficacia elevada
- **(+)** Espectativas positivas (nivel de salud actual - recuperación, actitudes de su empleador y las barreras al empleo)
- **Factores de salud**

• Job Contents Questionnaire (JCQ) -
Cuestionario de Karasek

• Échelle d'évaluation du Sentiment d'Efficacité
personnelle concernant le Retour Au Travail (SERAT)
• Self-efficacy for return to work questionnaire (SERW)

• Sous-échelle « Pronostic de retour au travail » (6
points) du questionnaire sur les obstacles au retour
au travail

Retorno o regreso al trabajo

Factores que inciden positiva (+) o negativamente (-) – problemática DME

L'incapacité et le retour au travail

www.retourautravail.irsst.qc.ca



Questionnaire sur les obstacles au retour au travail – sous-échelle « Pronostic de retour au travail » (Obstacles to Return-To-Work Questionnaire – Subscale “Perceived Prognosis of Work Return”)

Ce questionnaire a été préparé pour recueillir l'information relative à vos attentes concernant votre retour au travail. Pour chaque énoncé, veuillez encercler le chiffre qui correspond le plus à votre situation.

- Quelles sont les chances que vous puissiez retourner au travail ou augmenter vos heures de travail ?

| | | | | | | |
|--------------------|---|---|---|---|---|-------------------------|
| 0 Aucune chance | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Très grande chance |
|--------------------|---|---|---|---|---|-------------------------|
- Comment cela se passera-t-il si vous retournez au travail ou augmentez vos heures de travail ?

| | | | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
| 0 Pas du tout difficile | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Très difficile |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
- Dans quelle mesure êtes-vous convaincu de vous rétablir ?

| | | | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|---|-----------------------------|
| 0 Pas du tout convaincu | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Complètement convaincu |
|----------------------------|---|---|---|---|---|-----------------------------|

4. Quelles sont les chances que vous puissiez retourner au travail ou augmenter vos heures de travail d'ici 6 mois ?

| | | | | | | |
|--------------------|---|---|---|---|---|-------------------------|
| 0 Aucune chance | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Très grande chance |
|--------------------|---|---|---|---|---|-------------------------|

5. Comment vous sentez-vous lorsque vous pensez à un retour au travail ou à une augmentation de vos heures de travail ?

| | | | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
| 0 Pas du tout optimiste | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Très optimiste |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---------------------|

6. Comment vous sentez-vous à l'idée de fonctionner sans assistance médicale à l'avenir ?

| | | | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
| 0 Pas du tout optimiste | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Très optimiste |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---------------------|


→ Pointage total (somme des 6 énoncés) : / 36 (étendue possible : 0-36)

Marhold, C., S.J. Linton, and L. Melin, Identification of obstacles for chronic pain patients to return to work: evaluation of a questionnaire. J Occup Rehabil, 2002. 12(2): p. 65-75.

Retorno o regreso al trabajo

Factores que inciden positiva (+) o negativamente (-) – problemática DME

L'incapacité et le retour au travail www.retourau travail.irsst.qc.ca



Échelle de sentiment d'efficacité personnelle concernant le retour au travail (Return-to-work self-efficacy scale - RTWSE scale)

Ce questionnaire a été préparé pour recueillir de l'information concernant votre sentiment d'efficacité personnelle concernant votre retour au travail. Encercliez le chiffre qui correspond le plus à votre situation.

| | Pas du tout confiant | Pas confiant | Peu confiant | Moyennement confiant | Tout à fait confiant |
|--|----------------------|--------------|--------------|----------------------|----------------------|
| 1. Parler avec mon supérieur immédiat en cas de problème concernant mon retour au travail. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Parler avec mon supérieur immédiat de ce qui contribue à ma douleur. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Expliquer mes limitations physiques à mon supérieur immédiat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Suggérer à mon supérieur immédiat des mesures pour réduire mes symptômes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Demeurer en poste après être retourné au travail. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 6. Continuer à travailler malgré la douleur. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Éviter de me blesser à nouveau. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Gérer efficacement la douleur quand je travaille. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Compter sur l'aide de mes collègues de travail | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Faire part de mes limitations physiques à mes collègues de travail. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

→ Pointage total (somme des 10 énoncés) : / 50 (étendue possible : 10-50)

Brouwer, S., Amick, B. C., Lee, H., Franche, R. L., & Hogg-Johnson, S. (2015). The predictive validity of the return-to-work self-efficacy scale for return-to-work outcomes in claimants with musculoskeletal disorders. Journal of Occupational Rehabilitation, 25(4), 725-732.

Retorno o regreso al trabajo

Factores que inciden positiva (+) o negativamente (-) – problemática DME

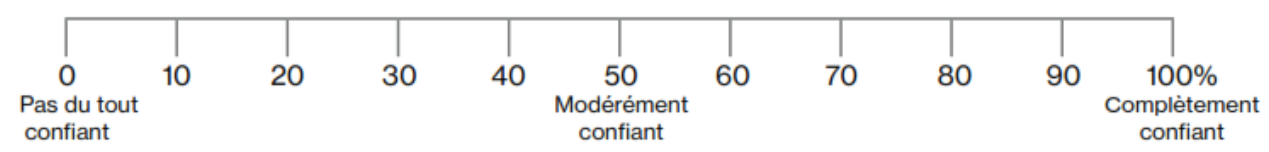
L'incapacité et le retour au travail

www.retourautravail.irsst.qc.ca



Questionnaire de sentiment d'efficacité concernant le retour au travail (Self-efficacy for return to work questionnaire SERW)

Bien que la plupart des personnes en congé de maladie souhaitent retourner au travail, certaines situations peuvent rendre ce retour difficile. Afin de mieux comprendre quel type de contexte rend ce retour difficile pour les personnes souffrant de maux de dos, une liste de situations spécifiques est présentée ici. Pour chaque énoncé, veuillez évaluer dans quelle mesure vous êtes confiant d'accomplir votre travail actuellement lorsque cette situation spécifique est présente. Référez-vous à l'échelle suivante :



Dans quelle mesure êtes-vous confiant de pouvoir faire votre travail...


| | |
|--------|---|
|% | 1. lorsque vous avez beaucoup de douleur? |
|% | 2. lorsque votre douleur est faible? |
|% | 3. sans que vous risquiez d'aggraver votre mal de dos? |
|% | 4. lorsque votre employeur ne démontre qu'un minimum ou aucun effort pour adapter vos conditions de travail à votre mal de dos? |

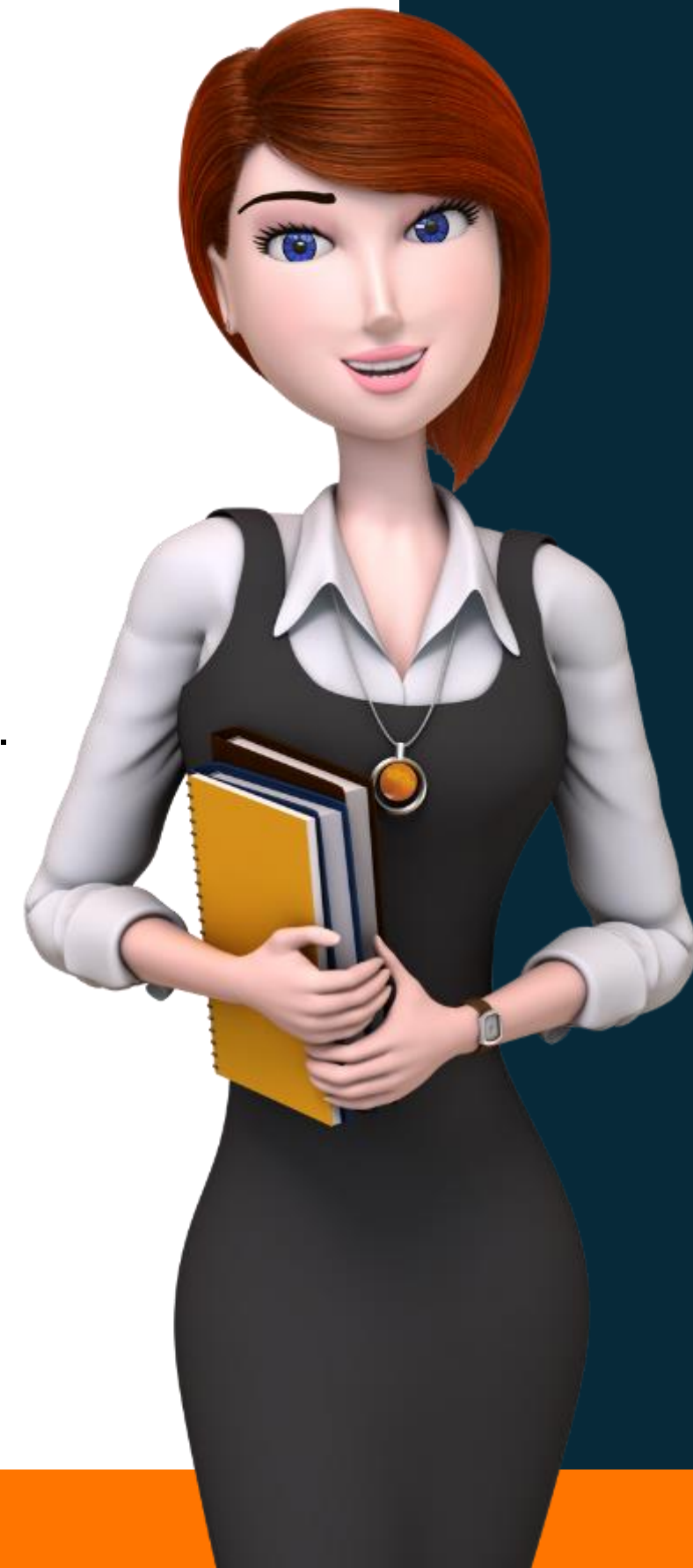
| | |
|--------|---|
|% | 5. lorsque votre employeur manque de compréhension face à votre mal de dos? |
|% | 6. lorsque le climat de travail est tendu? |
|% | 7. lorsque le travail doit être effectué sous pression? |
|% | 8. lorsque vous avez de la difficulté à vous rendre à votre lieu de travail à cause de votre douleur? |

→ Pointage total (moyenne des 8 énoncés) : ÷ 8 = / 100 (étendue possible : 0 – 100)

Richard, S., et al. (2011). «Self-Efficacy and Health Locus of Control: Relationship to Occupational Disability Among Workers with Back Pain.» Journal of Occupational Rehabilitation 21(3): 421-430.
 Dionne, C.E., et al. (2007) Determinants of «return to work in good health» among workers with back pain who consult in primary care settings: a 2-year prospective study. Eur Spine J 16(5), 641-55.

Bibliografía

-  <https://posipedia.com.co/?s=salud+m%C3%BAsculo+esquel%C3%A9tica>
-  <https://retourautravail.irsst.qc.ca/processus-retour-au-travail/en-milieu-de-travail/>
-  Instituto de Salud Pública de Chile. (2020). Guía de reintegro laboral.
<https://www.ispch.cl/sites/default/files/D062-PR-500-02-001%20Guia%20Reintegro%20Laboral.pdf>



Evaluémonos





¿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



¡SÍGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código
QR con tu celular