

PLAN NACIONAL MULTIMODAL 2024

Comunidad Nacional de
Conocimiento para la:

SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

El cuidado de sí
suma a tu vida



SESIÓN 11: DE LA EVALUACIÓN DE CONDICIONES DE TRABAJO A LA GESTIÓN DE LA SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

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

“LA PREVENCIÓN DE LOS TME REQUIERE UN ENFOQUE GLOBAL PARA MITIGAR LOS FACTORES DE RIESGO LABORALES Y PERSONALES. SU COMPLEJIDAD SIGUE SIENDO UN RETO PARA LOS INVESTIGADORES Y PROFESIONALES DE SST, EN SU LABOR PREVENTNA”

NIOSH



TABLA DE CONTENIDO

01

Gestión preventiva de los
desórdenes
musculoesqueléticos

02

Estrategia Integral Salud
Musculoesquelética de
POSITIVA



Objetivo general

Socializar y fortalecer los conocimientos en la gestión preventiva de los desórdenes musculoesqueléticos.

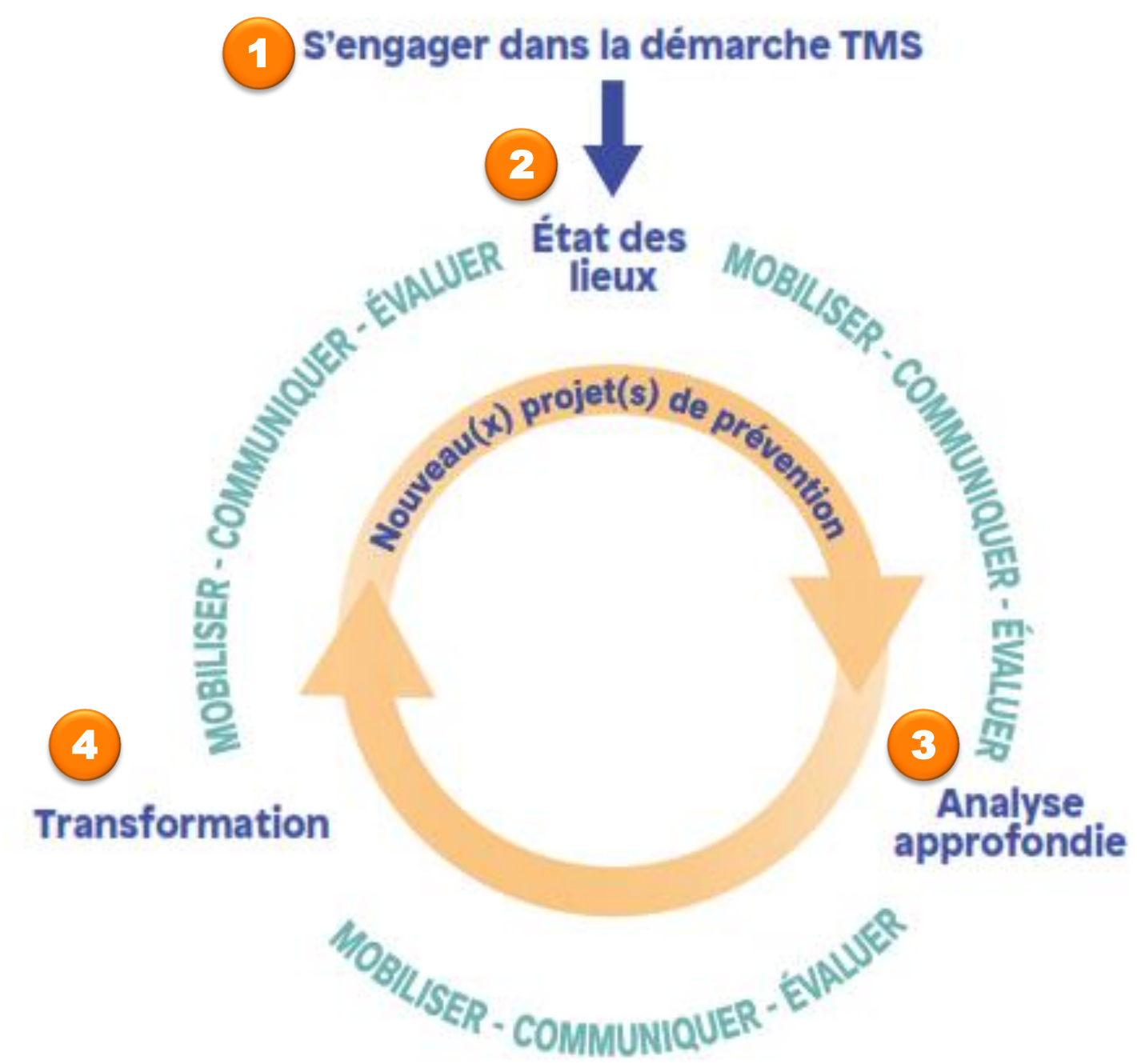


Gestión preventiva de los desórdenes musculoesqueléticos

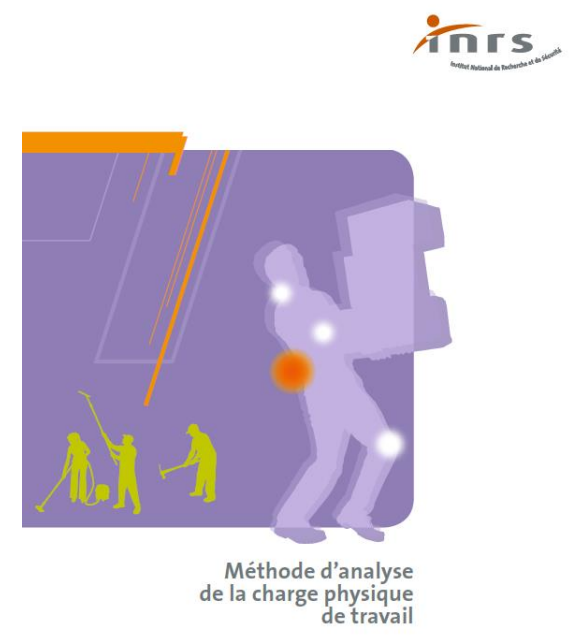


Salud musculoesquelética

Enfoque preventivo de los DME



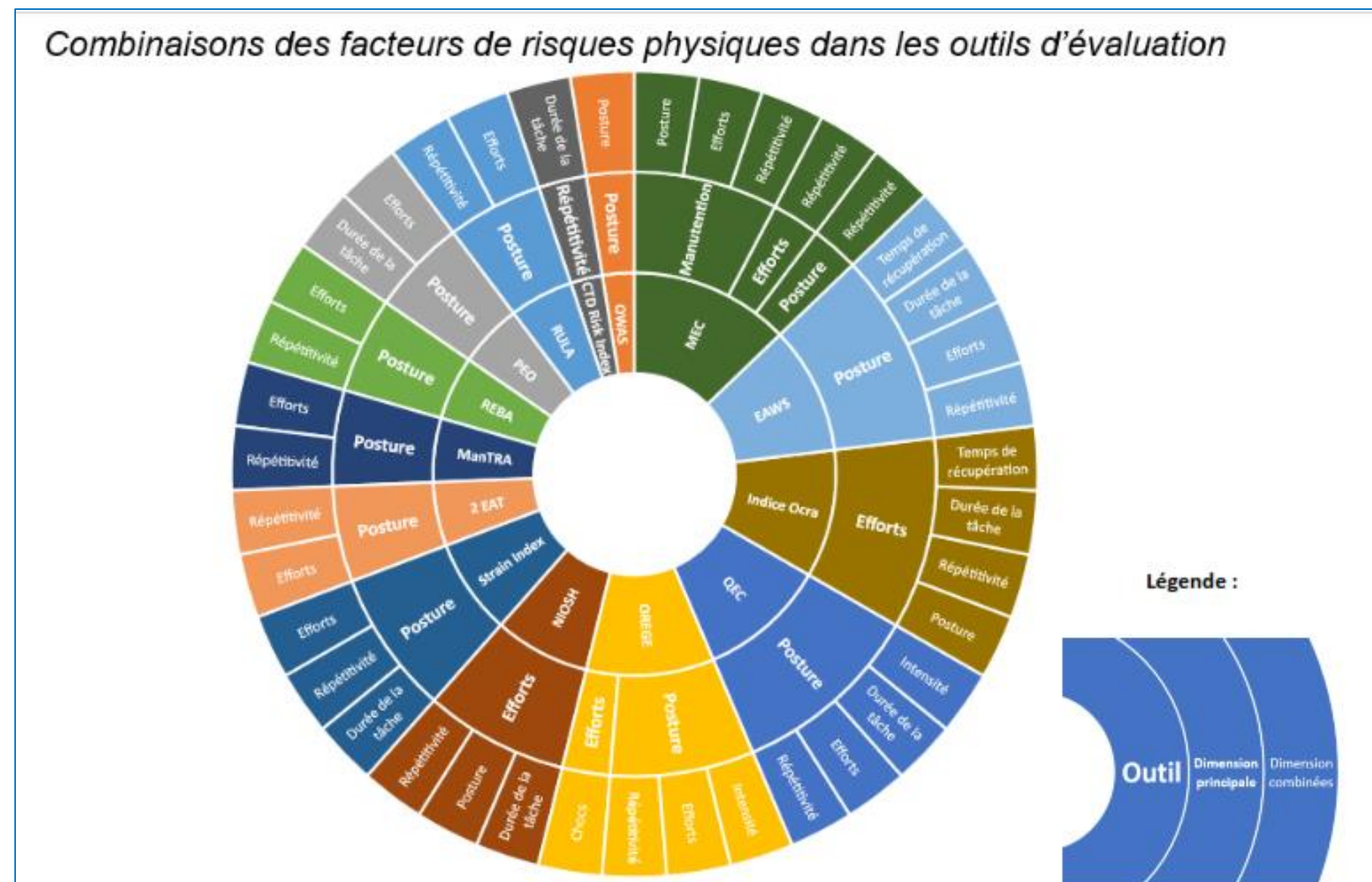
1. Comprometerse con la intervención preventiva
2. Estado de la situación
3. Análisis profundo
4. Transformación



Fuente: INRS, 2024

Salud musculoesquelética

Métodos de evaluación de condiciones de trabajo – Prevención DME



Fuente: Hubaut, 2020

Salud musculoesquelética

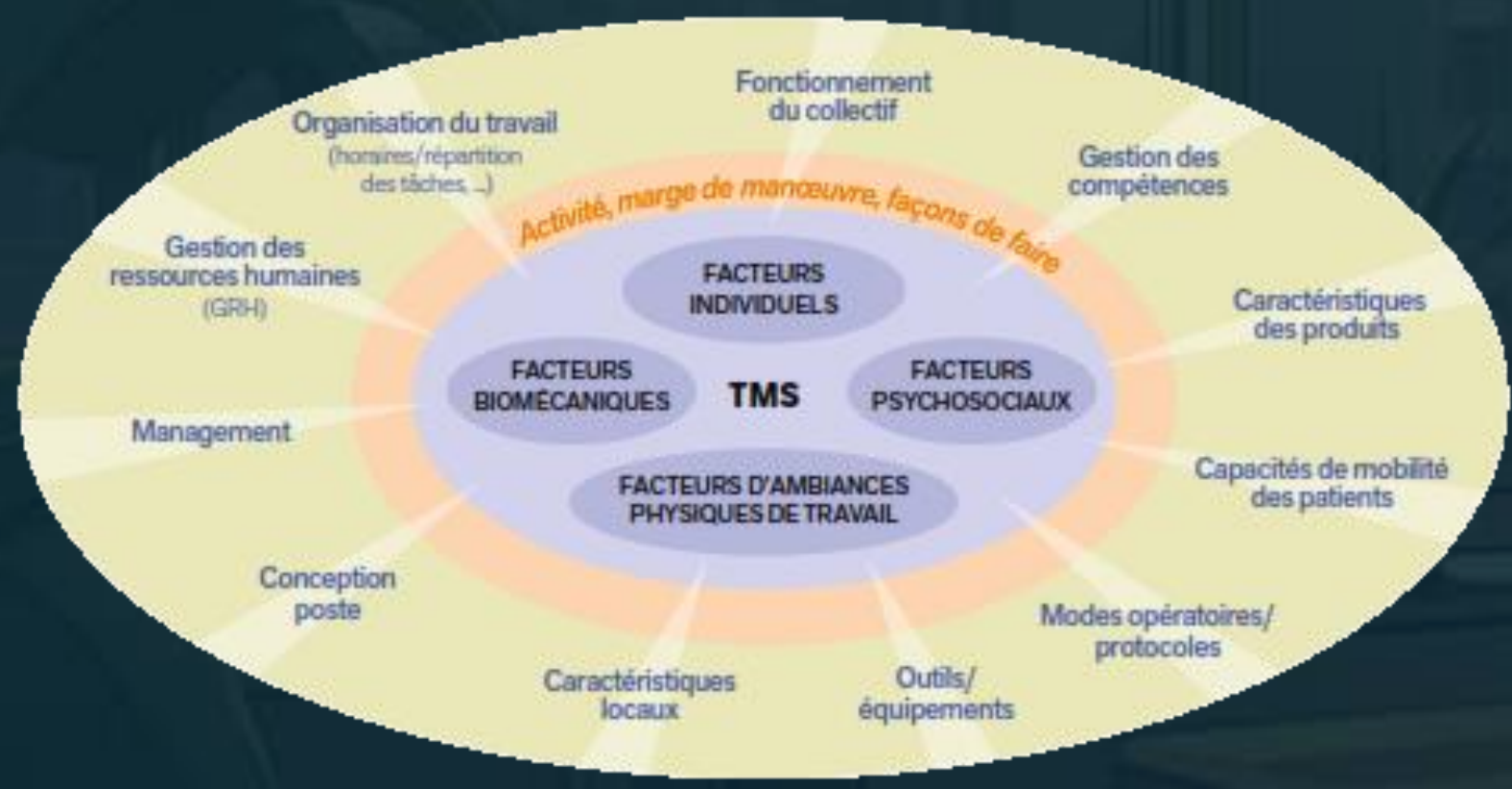
La transformación de las condiciones de trabajo

5 Principios fundamentales para el diseño y la gestión eficaz de sistemas de trabajo

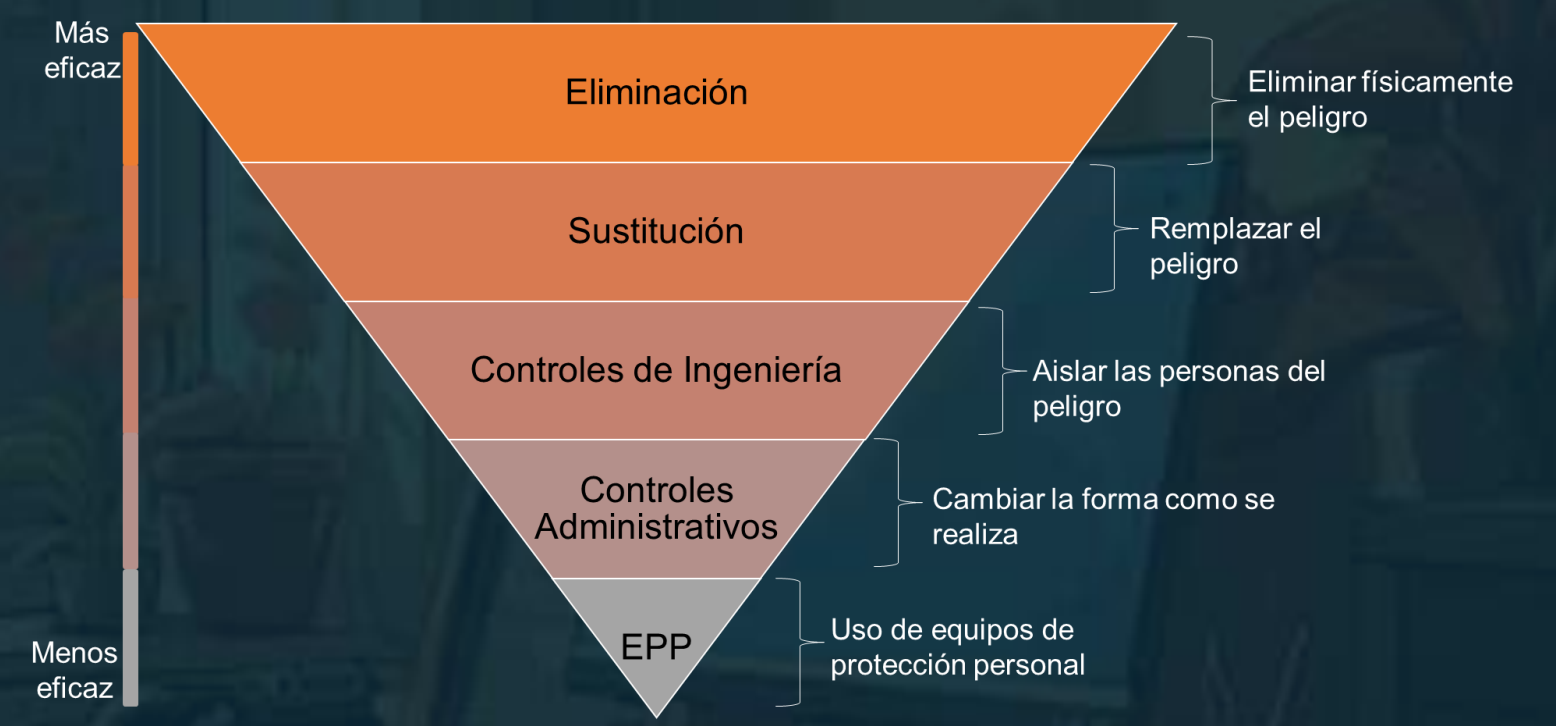
1. Garantizar la SS y bienestar de los trabajadores
2. Asegurar la alineación organizacional / trabajadores, la evaluación y el aprendizaje continuo
3. Crear un entorno de trabajo sostenible desde una perspectiva holística (necesidades humanas)
4. Tener en cuenta las diferencias individuales y las contingencias organizacionales
5. Utilizar el conocimiento colectivo y transdisciplinario para diseñar, detectar problemas y crear soluciones

Salud musculoesquelética

La transformación de las condiciones de trabajo



Fuente: INRS, 2024



Fuente: Adaptado de NIOSH

- Evaluación de las soluciones – proceso participativo
- Simulaciones o test
- Seguimiento
- Evaluación del desempeño del programa
- Documentación de lecciones aprendidas
- Mejora continua

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

PVE para la prevención de los DME

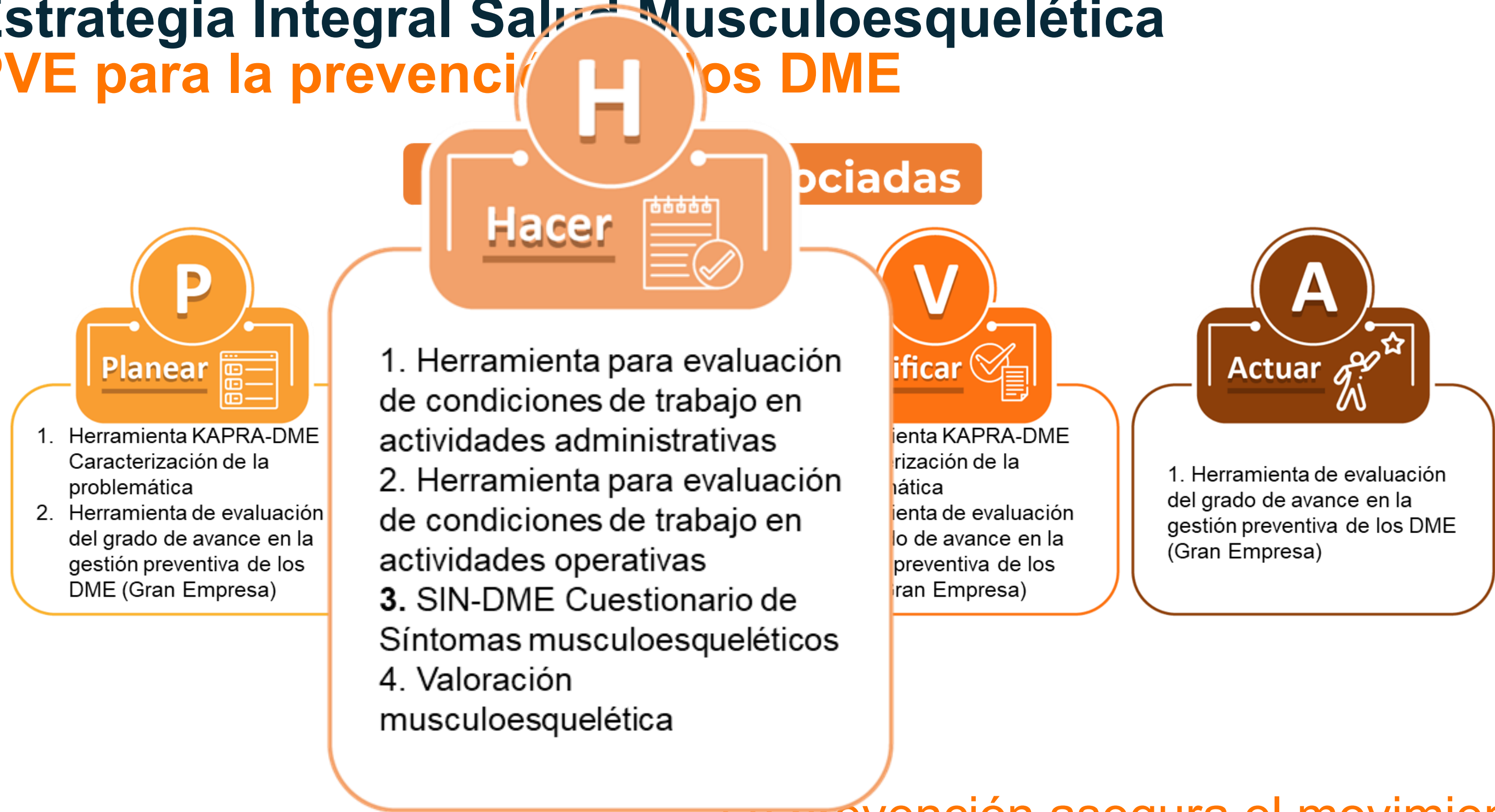


Análisis de la actividad

“La prevención asegura el movimiento”

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

PVE para la prevención de los DME



La prevención asegura el movimiento”

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

“La prevención asegura el movimiento”

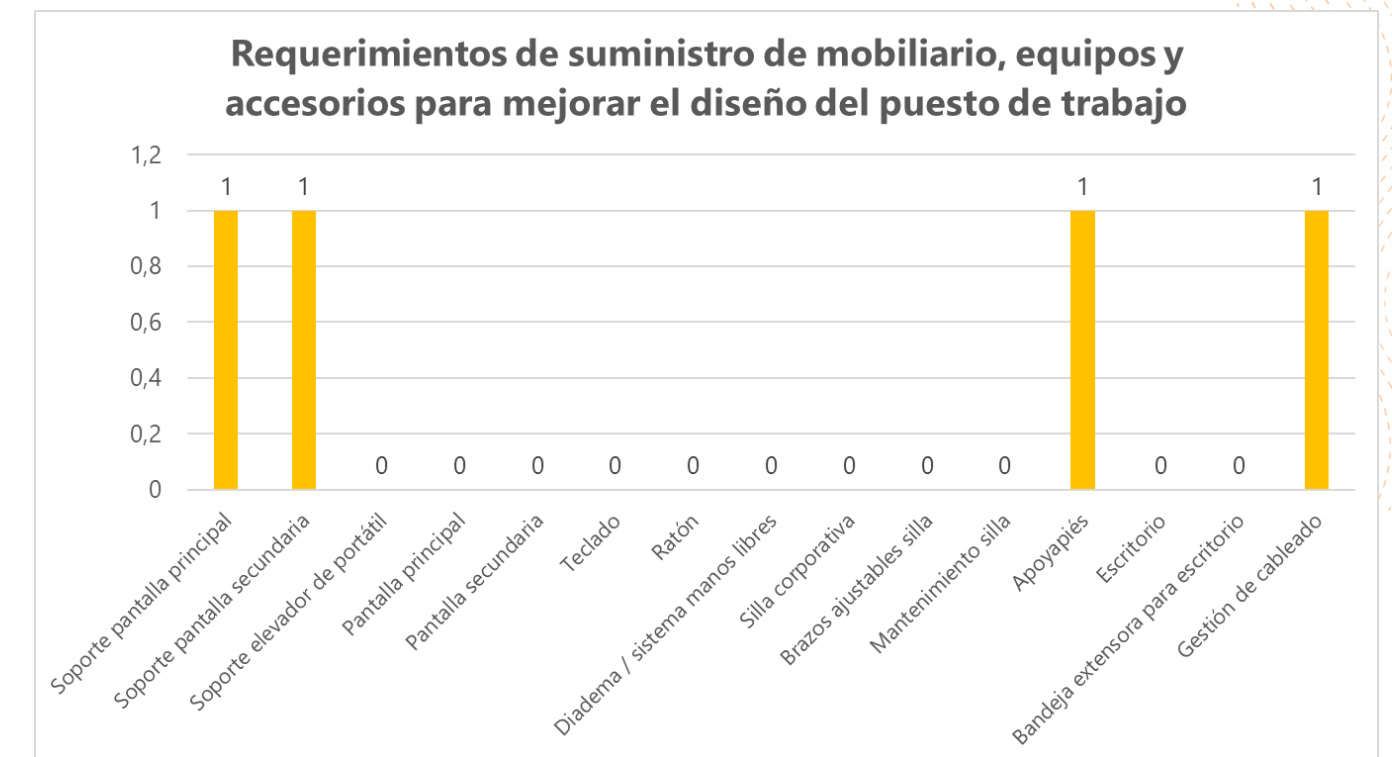
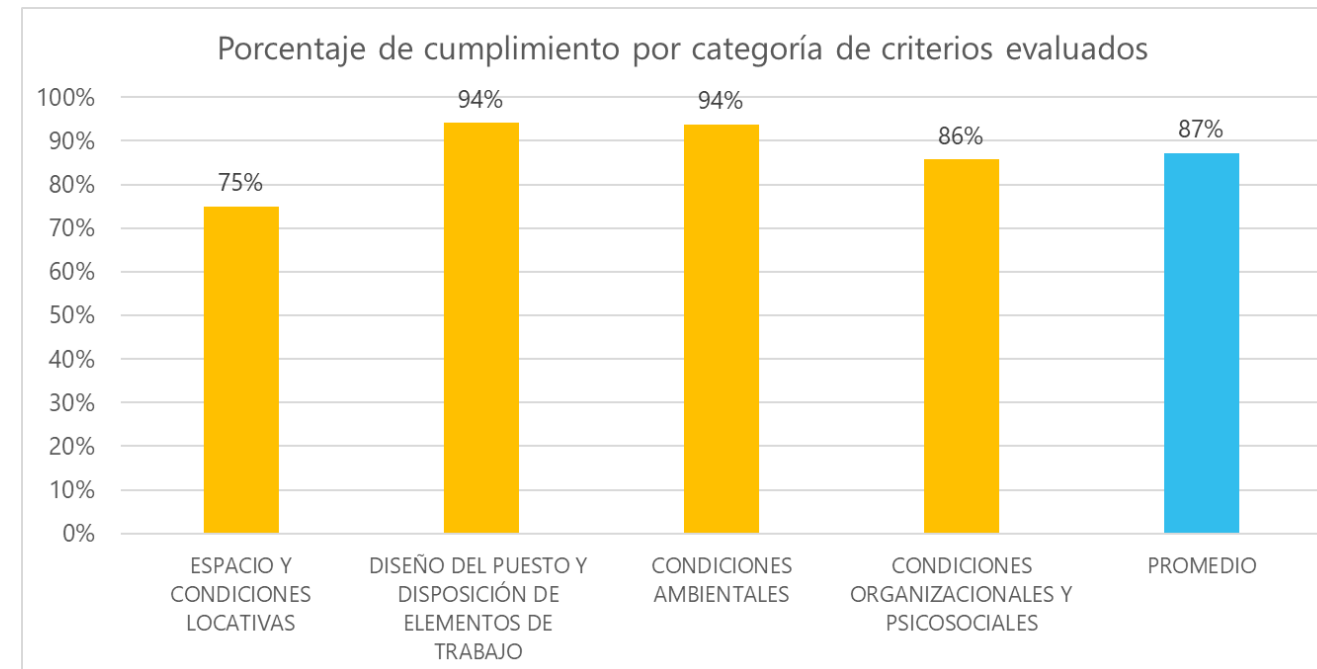


**ESTRATEGIA INTEGRAL
SALUD MUSCULOESQUELÉTICA**
La prevención asegura el movimiento

INDUSTRIAS ACME

**HERRAMIENTA PARA EVALUACIÓN DE CONDICIONES
DE TRABAJO EN ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS**

- Instructivo
- Base general trabajadores
- Formato de evaluación
- Base de datos evaluación
- Informe por trabajador
- Plan de Gestión del Riesgo
- Consolidado
- Formato de campo



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

“La prevención asegura el movimiento”



POSITIVA
 COMPAÑÍA DE SEGUROS

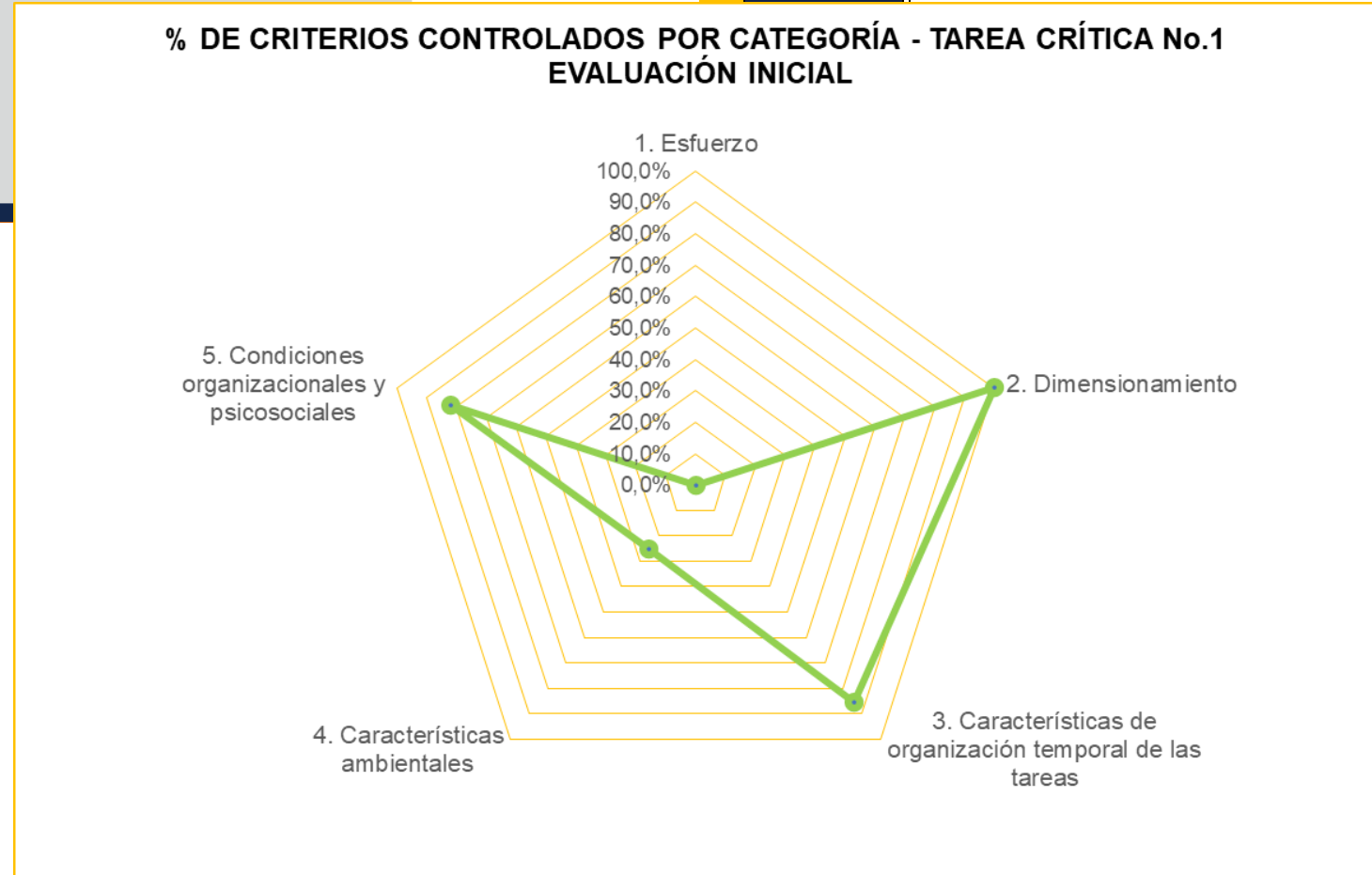
ESTRATEGIA INTEGRAL SALUD MUSCULOESQUELÉTICA
 La prevención asegura el movimiento

INDUSTRIAS ACME

HERRAMIENTA PARA EVALUACIÓN DE CONDICIONES DE TRABAJO EN ACTIVIDADES OPERATIVAS

Instructivo

| CRITERIO EVALUADO | TAREA CRÍTICA No.1 | | | TAREA CRÍTICA No.2 | | | | | | | | |
|---|--------------------------|--------------------|---------------------------|--------------------|--------------------|---------------------------|---|--------------------|---------------------------|----------------|--------------------|---------------------------|
| | Operar equipo liviano | | | | | | Toma de muestras manuales en frentes de explotación y pilas de carbón | | | | | |
| | CLASIFICACIÓN DEL RIESGO | | | | | | CLASIFICACIÓN DEL RIESGO | | | | | |
| | Aplica | Evaluación inicial | Evaluación de seguimiento | Aplica | Evaluación inicial | Evaluación de seguimiento | Aplica | Evaluación inicial | Evaluación de seguimiento | Aplica | Evaluación inicial | Evaluación de seguimiento |
| Peso de la carga (en kg) | NO | | | NO | Bajo | | NO | Bajo | | NO | Bajo | |
| Distancia de transporte (en m) | NO | | | NO | Medio | | NO | Medio | | NO | Medio | |
| Rango de la posición vertical de la carga en el origen (altura) | NO | | | NO | Alto | | NO | Alto | | NO | Alto | |
| Rango de posición vertical de la carga en el destino (altura) | | | | | | Medio | | | | | Medio | |
| | NO | | | NO | Medio | | NO | Medio | | NO | Medio | |
| | NO | | | NO | Muy bajo | | NO | Muy bajo | | NO | Muy bajo | |
| | NO | | | NO | | | NO | | | NO | | |
| | NO | | | NO | Bajo | | NO | Bajo | | NO | Bajo | |
| | SI | Mano-muñeca | Medio | Mano-muñeca | #iDIV/0! | SI | Muñeca-mano | Bajo | Muñeca-mano | #iDIV/0! | | |
| | | Hombro-brazo | Medio | Hombro-brazo | #iDIV/0! | | | Codo-antebrazo | Medio | Codo-antebrazo | #iDIV/0! | |
| | | Zona lumbar | Alto | Zona lumbar | #iDIV/0! | | | Zona lumbar | Alto | Zona lumbar | #iDIV/0! | |
| | | Cuerpo entero | Alto | Cuerpo entero | #iDIV/0! | | | Cuerpo entero | Alto | Cuerpo entero | #iDIV/0! | |



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

“La prevención asegura el movimiento”



**ESTRATEGIA INTEGRAL
SALUD MUSCULOESQUELÉTICA**
La prevención asegura el movimiento

**HERRAMIENTA PARA EVALUACIÓN DE
SITUACIONES DE TRABAJO Y CARGA FÍSICA EN
MIPYMES**

- Instructivo
- Formato de evaluación
- Base de datos evaluación
- Informe por área
- Formato de campo



PROGRAMA DE GESTIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE LOS
DESÓRDENES MUSCULOESQUELÉTICOS

HERRAMIENTA DE EVALUACIÓN DE SITUACIONES DE TRABAJO Y CARGA FÍSICA

GUÍA DE CONTROLES

Adaptado por Valbuena Amaris, N. I. a partir de la herramienta Control para pequeña empresa, desarrollada por Luna García J. E. et al. (2011). Protocolo de intervención para la prevención de los desórdenes músculo esqueléticos de miembro superior y de espalda. Bogotá, Colombia: Positiva Compañía de Seguros S.A.

La **Guía de controles** es una referencia de criterios técnicos, medidas y controles para los peligros o factores asociados con el desarrollo de desórdenes musculoesqueléticos DME, proporcionando a las empresas orientación medidas tangibles para prevenir este tipo de patologías.

En la primera parte se refieren recomendaciones generales y posteriormente se detallan controles específicos, conservando el mismo orden temático que tiene la herramienta **Evaluación de situaciones de trabajo y carga física**, con la finalidad de facilitar a las empresas la rápida identificación de las posibles soluciones.

Vale la pena resaltar que siendo los DME enfermedades generadas por múltiples causas, su prevención depende de la implementación de controles en los diversos ámbitos (organizacionales, en el puesto de trabajo, en el ambiente, en el individuo, etc.).




CONSIDERACIONES TÉCNICAS PARA EL CONTROL DE LOS EVENTOS ASOCIADOS CON EL DESARROLLO DE DME

SITUACIÓN DE TRABAJO

RECOMENDACIONES GENERALES

- Prever la participación de los diferentes actores de la empresa (Directivos, Supervisores, operarios, Responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo, etc.), en la implementación del Programa para la prevención de los DME. Se busca la acción preventiva en varios niveles: el puesto de trabajo, la organización y programación de la producción, la organización del trabajo (formación, margen de autonomía de los trabajadores, trabajo colectivo, jornada de trabajo, entre otros); las compras, etc.

Bibliografía

-  <https://posipedia.com.co/?s=salud+m%C3%BAsculo+esquel%C3%A9tica>
-  Hubaut, R. (2020). Les outils d'évaluation du risque de TMS : caractéristiques, cas d'usage et perspectives de Développement. https://theses.hal.science/tel-03193924/file/HUBAUT_2020_archivage.pdf
-  institut national de recherche et de sécurité [INRS]. (2024). Démarche de prévention des troubles musculosquelettiques (TMS). <https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED%206518>



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