

EL FUTURO ES HUMANO

PLAN NACIONAL

Multimodal 2025

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Alegría + Aprendizaje

05



EL FUTURO ES HUMANO

Comunidad Nacional de Conocimiento para

La salud Musculoesquelética

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Resiliencia + Asombro + Cultura del cuidado del sí



Positiva Prevención



Hacienda

Sesión 4:

Claves en la vigilancia de la condición de salud musculoesquelética de los trabajadores



NOHORA ISABEL VALBUENA AMARIS

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO PARA LA SALUD MUSCULOESQUELÉTICA



nohoravalbuena@hotmail.com



310 6807612

TERAPEUTA OCUPACIONAL, MAGISTER EN ERGONOMÍA Y CAMBIOS TECNOLÓGICOS, ESPECIALISTA EN ERGONOMÍA, ESPECIALISTA EN ADMINISTRACIÓN EN SALUD OCUPACIONAL.

PECB CERTIFIED ISO 45001 SENIOR LEAD IMPLEMENTER



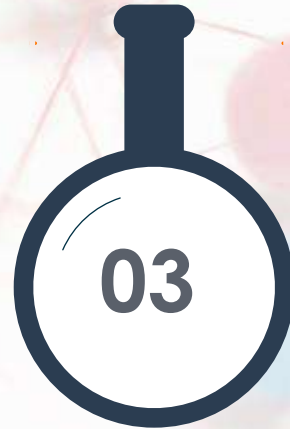
Ruta de conocimiento



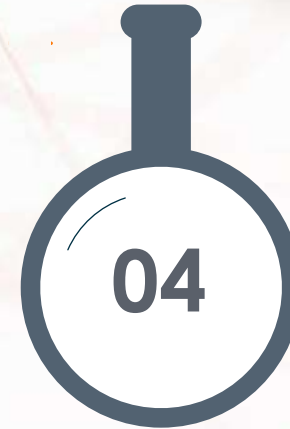
SESIÓN 1:
RECURSOS QUE PUEDEN
UTILIZAR LOS RESPONSABLES
DE SST PARA PROMOVER LA
SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA



SESIÓN 2:
LA GESTIÓN DE LÍDERES Y
MANDOS MEDIOS QUE
PROMUEVE LA SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA



SESIÓN 3:
PISTAS PARA VINCULAR AL
COPASST O VIGÍA EN LA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA



SESIÓN 4:
CLAVES EN LA VIGILANCIA
DE LA CONDICIÓN DE
SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA DE
LOS TRABAJADORES



SESIÓN 5:
LA PREVENCIÓN DE LOS
DME Y ACCIDENTES DE
TRABAJO EN LA
MANIPULACIÓN MANUAL
DE CARGAS

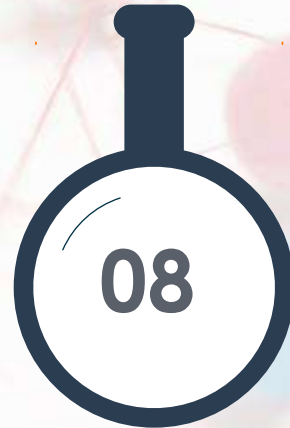
Ruta de conocimiento



SESIÓN 6:
**ESTRATEGIAS SANAS Y
SEGURAS EN LA
MOVILIZACIÓN MANUAL DE
PACIENTES**



SESIÓN 7:
**LOS HáBITOS INDIVIDUALES
QUE MÁS IMPACTAN LA
SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA**



SESIÓN 8:
**TENDENCIAS PARA
POTENCIALIZAR LA GESTIÓN
PREVENTIVA DE LOS
PRINCIPALES DME DE
MIEMBROS SUPERIORES Y
ESPALDA**



SESIÓN 9:
**ACCIONES ESENCIALES
PARA EL ÉXITO DE UNA
CAMPAÑA PARA LA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA**



SESIÓN 10:
**CONSIDERACIONES PARA
ELEGIR LA GESTIÓN DE SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA QUE
SE AJUSTA A LAS
NECESIDADES DE CADA
EMPRESA**

EVALUÉMONOS



Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Gratitud + Ética y sostenibilidad

**A PESAR DE MUCHOS AÑOS DE PREVENCIÓN
PRIMARIA PARA REDUCIR LOS TME
RELACIONADOS CON EL TRABAJO, NO SE
OBSERVAN REDUCCIONES SIGNIFICATIVAS EN
LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES... EL
ENFOQUE ACTUAL SE CENTRA EN LA
PREVENCIÓN SECUNDARIA Y TERCIARIA...**

DGUV - ALEMANIA

CONTENIDO



01

La vigilancia de las condiciones de salud musculoesquelética y los niveles de prevención



02

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética de POSITIVA



OBJETIVOS

01

Fortalecer los conocimientos para favorecer la gestión de la salud musculoesquelética en las empresas.

02

Lograr que los participantes identifiquen estrategias y acciones para la prevención durable de los DME: primarias, secundarias y terciarias

03

Socializar soluciones de la Estrategia Integral Salud Musculoesquelética de POSITIVA.

La vigilancia de la salud musculoesquelética y Los niveles de prevención

PVE para la prevención de los DME

Vigilancia de la salud musculoesquelética

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, evitar la cronicidad -
tratamiento
Disminuir la exposición – cambios temporales
Limitar las incapacidades - adaptaciones
Implementación de acciones correctivas ...

PREVENCIÓN TERCIARIA

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

Rehabilitación Integral
Rehabilitación funcional
Rehabilitación profesional
Rehabilitación social

PVE para la prevención de los DME

Vigilancia de la salud musculoesquelética



XII Conferencia Científica Internacional sobre la Prevención de los Trastornos Musculoesqueléticos Relacionados con el Trabajo

- Envejecimiento de la fuerza laboral y TME
- Biología y fisiología de los TME
- Posturas forzadas y TME
- Diversidad y riesgos/prevención de TME
- Intervenciones digitales para prevenir los TME
- Efectos de los sistemas de indemnización en los resultados de las intervenciones para los TME
- Epidemiología de los TME
- Estudios de la carga mundial y nacional de morbilidad
- Economía de la salud
- Métodos de investigación innovadores en la prevención de TME
- Investigación sobre la implementación y TME: desafíos a lo largo del proceso de prevención primaria, secundaria y terciaria
- TME en el sector informal

- Enfermedades ocupacionales del sistema musculoesquelético
- Problemas observados en la práctica laboral
- Dimensión psicosocial de los TME
- Robótica y exoesqueletos (prevención de TME)
- Evaluación de riesgos para la prevención de TME
- Reducción de las desigualdades sanitarias en los TME
- Reincorporación al trabajo y rehabilitación posterior a un TME
- Parámetros sustitutos para describir el riesgo de TME
- Riesgo de TME debido a las nuevas formas de trabajo
- Prevención de los TME: de la evidencia científica a las políticas públicas
- Tecnologías portátiles para la detección y evaluación de la exposición
- Prevención de TME e intervenciones complejas

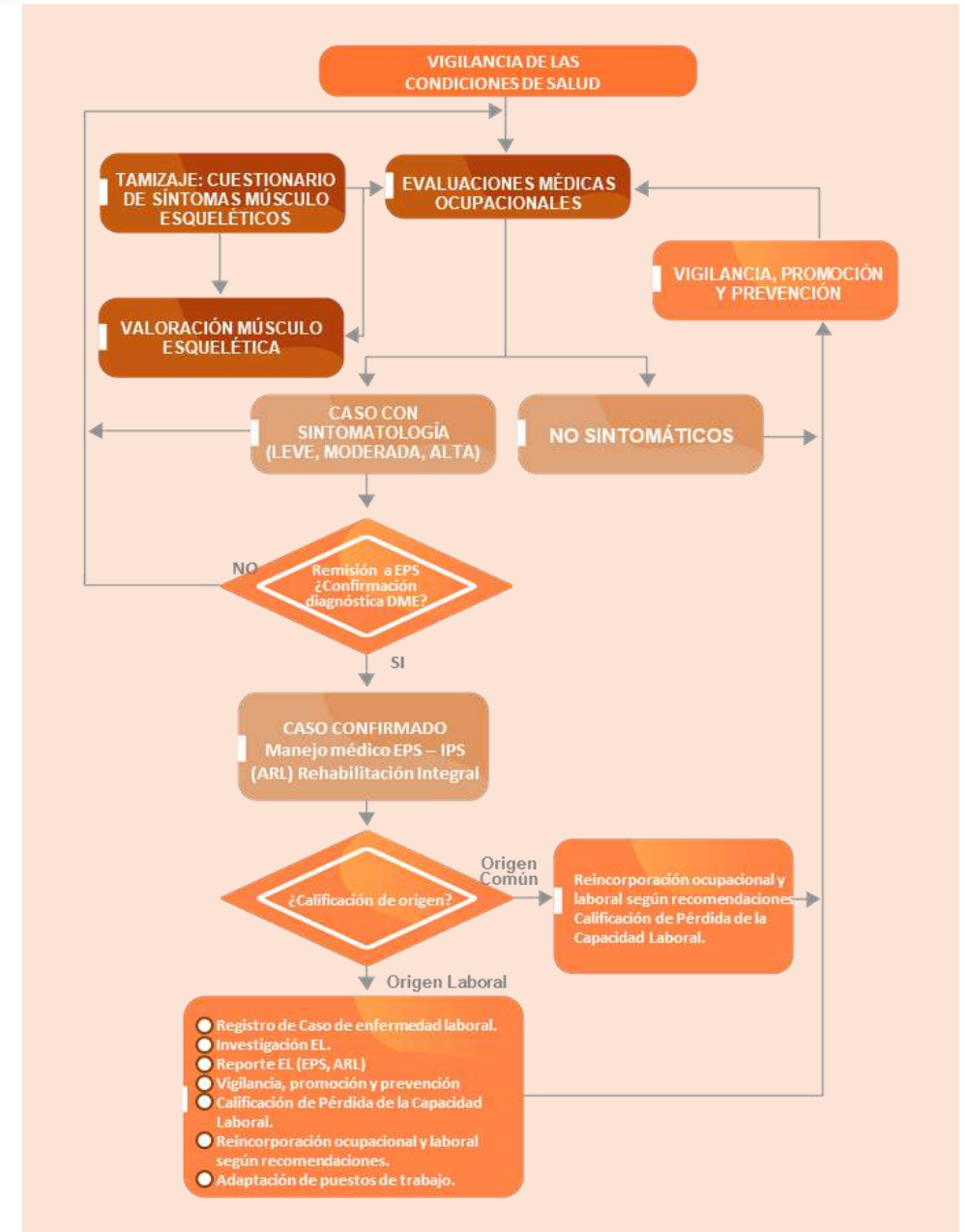
PVE para la prevención de los DME

Vigilancia de la salud musculoesquelética



PVE para la prevención de los DME

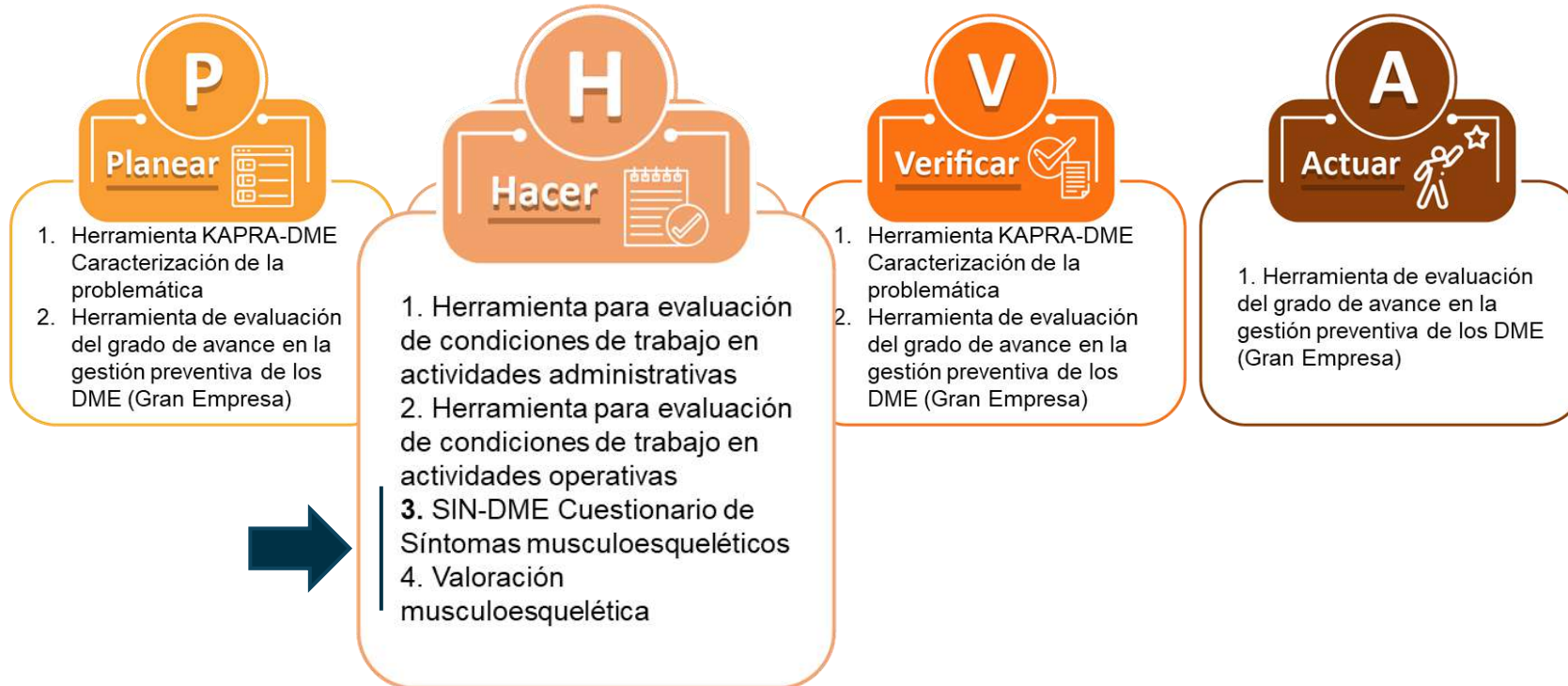
Vigilancia de la salud musculoesquelética



PVE para la prevención de los DME

Vigilancia de la salud musculoesquelética

Herramientas asociadas



PVE para la prevención de los DME

Vigilancia de la salud musculoesquelética

Cuestionario de síntomas músculo esqueléticos SIN-DME



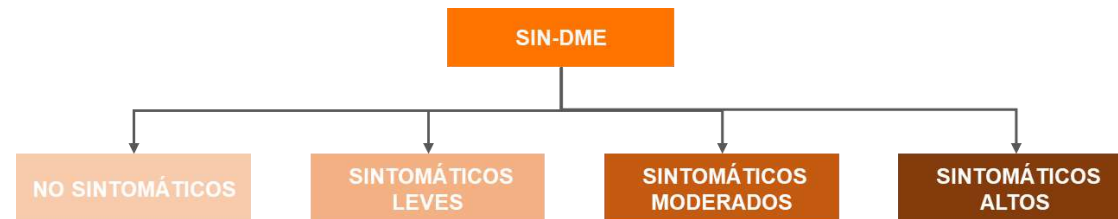
ESTRATEGIA INTEGRAL
SALUD MÚSCULO ESQUELÉTICA

TRUCHAS SAN NICOLÁS

SIN-DME CUESTIONARIO DE SÍNTOMAS
MÚSCULO ESQUELÉTICOS

INTRODUCCIÓN ☐
LISTADO DE TRABAJADORES ☐
BASE DATOS SIN-DME ☐
INFORME TRABAJADOR ☐
CONSOLIDADO ☐

- Información general
- Información personal
- Hábitos
- Estado de salud



PVE para la prevención de los DME

Vigilancia de la salud musculoesquelética



Valoración musculoesquelética



Miembros superiores
Hombro, Codo, Muñeca-Mano



Columna
Cervical, Dorsolumbar



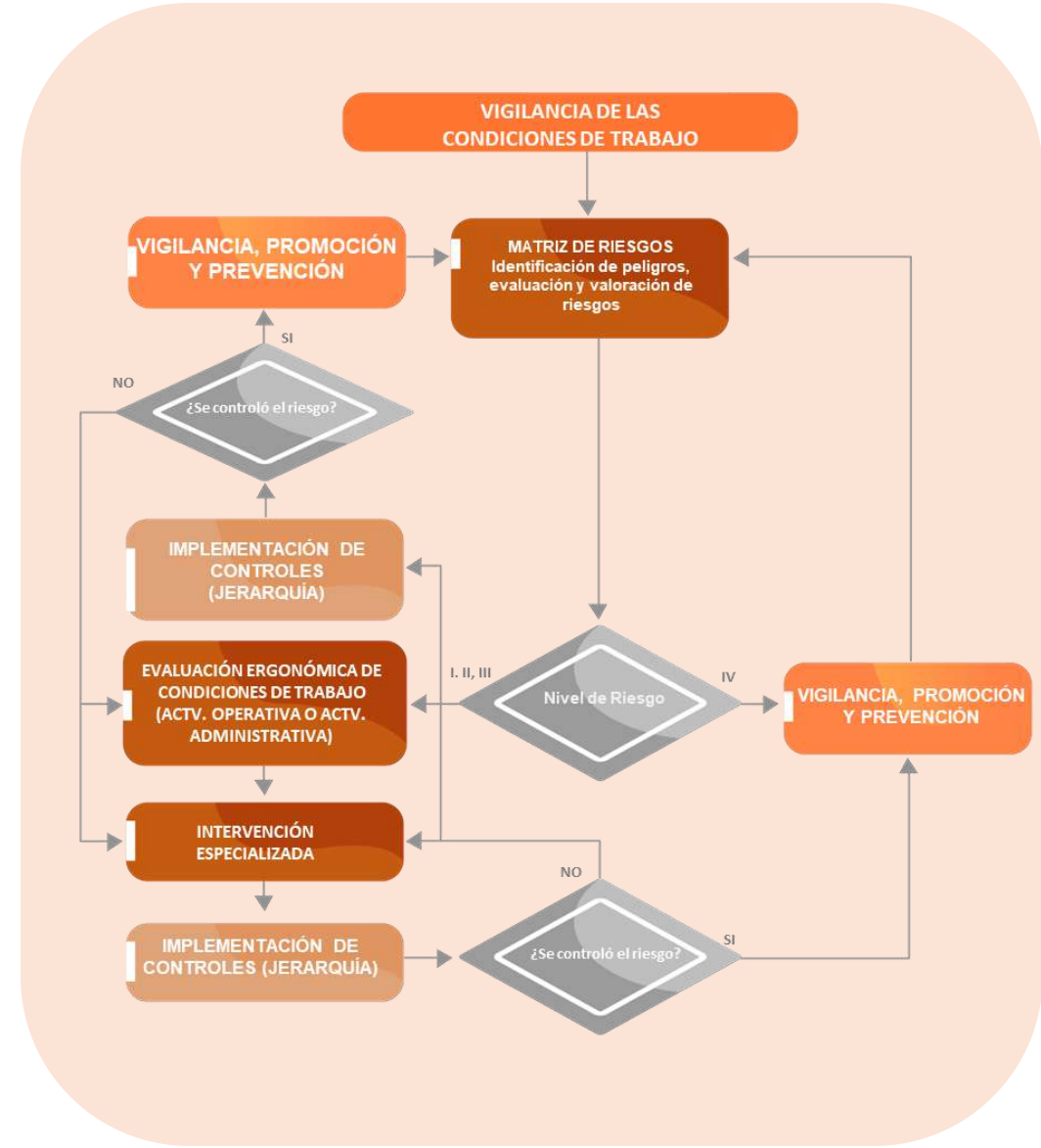
Miembros inferiores
Cadera, Rodilla, Cuello de pie y Pie



Postura

PVE para la prevención de los DME

Vigilancia de la salud musculoesquelética



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

“La prevención asegura el movimiento”

PREVENCIÓN PRIMARIA

- PVE para la prevención de los DME.
- Programa de Gestión para la prevención de los DME Mipymes.
- Subprograma para la prevención de los principales DME (miembros superiores y espalda).
- Programa de estilos de vida saludables para la promoción de la SME
- Programa Pausas Activas o saludables.
- Programa para la prevención del síndrome del túnel carpiano
- Programa Actividades terapéuticas.
- Programa para el control de peligros asociados a la Manipulación Manual de Cargas y Movilización Manual de Pacientes.

Análisis resultados EMOC
énfasis DME
Aplicación del Cuestionario de
síntomas musculoesqueléticos
SIN-DME

- Informe resultados de
evaluación condición SME
- Clasificación de los trabajadores
evaluados
- Caracterización de los
trabajadores
- Plan de Gestión del Riesgo
- Base datos trabajadores
afectados DME

PREVENCIÓN SECUNDARIA Y TERCIARIA

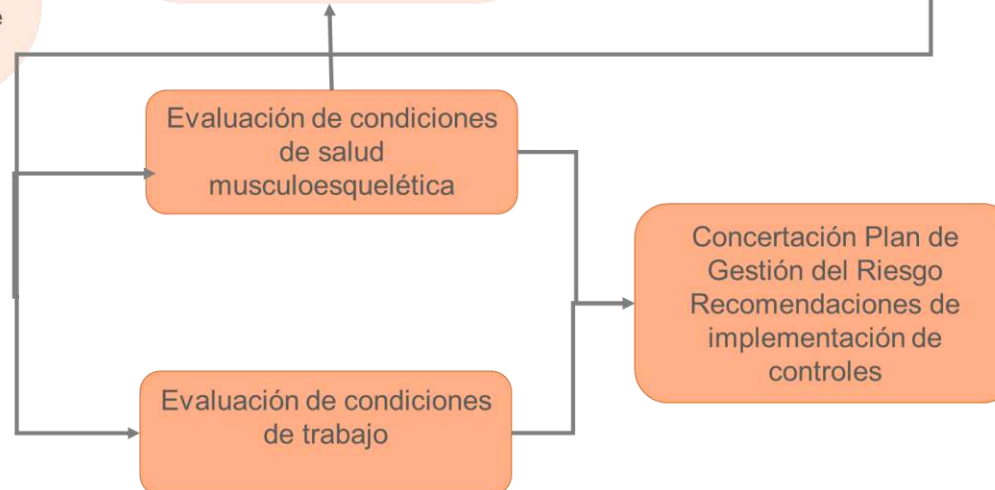
- Tratamiento
- Rehabilitación Integral (funcional, social,
profesional)
- Programa de reincorporación ocupacional y
laboral

- Calificación de origen
- Registro de Caso de EL.
- Investigación EL.
- Reporte EL (EPS, ARL)
- Calificación PCL.

Evaluación de condiciones
de salud
musculoesquelética

Evaluación de condiciones
de trabajo

Concertación Plan de
Gestión del Riesgo
Recomendaciones de
implementación de
controles



BIBLIOGRAFÍA

- <https://posipedia.com.co/?s=salud+m%C3%BAsculo+esquel%C3%A9tica>
- <https://www.premus2025.com/programme>
- Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo [EU-OSHA]. (2020). Evaluación del riesgo de trastornos musculoesqueléticos (TME). <https://osha.europa.eu/es/publications/risk-assessment-musculoskeletal-disorders-msds-0>

EVALUÉMONOS



Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Gratitud + Ética y sostenibilidad



PREGUNTAS

Recuerda que POSITIVA tiene para ti:



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



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos



¿Quieres profundizar tus conocimientos y potenciar tus competencias en SST?

¡Capacítate y fortalece la seguridad de tu empresa!

CURSOS

VIRTUALES SG-SST DE 50 Y 20 HORAS

Escanea e insíbete



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

¡TE ESPERAMOS!



Síguenos 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 para entrar
a nuestro Canal de Whatsapp