PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA

MARZO 2021

INTRODUCCIÓN

Una fuerza de trabajo saludable es una de las fortalezas que tiene cualquier empresa y en general la comunidad. No solo contribuye a la productividad y desarrollo del país, sino a la motivación, satisfacción y calidad de vida individual y colectiva.
La OMS calcula que la mayor parte de la población del mundo pasa una tercera parte de su vida adulta en el trabajo y que entre el 30 y el 50% de los trabajadores está expuesto a riesgos físicos, químicos, biológicos, ergonómicos o psicosociales. Esto explica, en parte, porque anualmente aproximadamente una tercera parte de los trabajadores sufre lesiones o enfermedades ocupacionales. Los desórdenes músculo esqueléticos en la población trabajadora corresponden al 82% de los diagnósticos de enfermedad profesional en Colombia, según los informes de enfermedad profesional emitidos por el Ministerio de la Protección Social en el año 2007.

FUMIGACIONES EL TRIUNFOCAR S.A.S consciente de la importancia de proporcionar al trabajador un ambiente laboral adecuado, que contribuya al control de los factores de riesgo que pueden afectar la salud y repercutir en la capacidad y disposición para desarrollar cualquier actividad, así como en la calidad y productividad; desarrolla análisis de los factores de riesgo ergonómico; ésta se constituye en una herramienta importante para planear acciones tendientes a disminuir el impacto sobre la salud de los trabajadores, mejorar el confort e incrementar la productividad, factores que inciden directamente en el desarrollo de la empresa.

PROPÓSITO

Aportar al cumplimiento del objetivo del sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo, mediante un esquema efectivo de vigilancia y control de los factores de riesgo ergonómicos presentes en la empresa.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Prevenir la ocurrencia o progresión de desórdenes músculo esqueléticos en los trabajadores y controlar integralmente los factores de riesgo asociados a carga física, estableciendo un diagnostico precoz y tratamiento oportuno de las patologías músculo esqueléticas que faciliten el mejoramiento de las condiciones de salud de la población trabajadora.

2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar, evaluar y clasificar las áreas y puestos de trabajo de acuerdo con los factores de riesgo secundarios a las condiciones ergonómicas no favorables y las categorías de riesgo previamente establecidas.
- Evaluar la condición de salud osteomuscular de los trabajadores expuestos a factores de carga física con el fin de detectar precozmente estos trastornos y determinar las conductas a seguir según la pertinencia del cada caso.
- Proponer e implementar mecanismos de control para los factores de riesgo detectados, que permitan la minimización de las condiciones ergonómicas no favorables y de esta forma disminuir las tasas de incidencia de las lesiones osteomusculares.
- Evaluar el impacto del programa en la reducción de casos nuevos y en la aparición de sintomáticos, así como en la disminución de los niveles de riesgo.

3 ALCANCE

La orientación del sistema se enfoca en la vigilancia de las lesiones osteomusculares en trabajadores expuestos a carga física a nivel administrativo y operativo en la empresa.

4 POBLACIÓN OBJETO DEL SISTEMA

Este programa está diseñado específicamente para los trabajadores que se encuentren expuestos a los factores de riesgo derivados de carga física (estática y dinámica), que ocasionen efectos no deseados que puedan repercutir en la salud de los trabajadores.

5 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

A continuación se mencionan algunas definiciones que se contemplan en el sistema de vigilancia epidemiológica.

- CARGA ESTÁTICA. Está determinada por las posturas y la duración de las mismas.
- CARGA DINÁMICA: Está determinada por el esfuerzo muscular, los desplazamientos y el manejo y carga de objetos pesados.
- CONDICIONES DE SALUD: "El conjunto de variables objetivas de orden fisiológico, psicológico y sociocultural que determinan El perfil socio demográfico y de morbilidad de la población trabajadora" (Decisión 584 de la Comunidad Andina de Naciones).
- CONSECUENCIAS: alteración en el estado de salud de las personas resultantes de la exposición al factor de riesgo (ICONTEC, Guía Técnica Colombiana 45).
- EFECTO POSIBLE: la consecuencia más probable que puede llegar a generar un riesgo existente en el lugar de trabajo (ICONTEC, Guía Técnica Colombiana 45).
- EVALUACIÓN DEL RIESGO: Proceso general de evaluar la magnitud de un riesgo y decidir si éste es tolerable o no (NTC OHSAS 18001:2001).
- FACTOR DE RIESGO: todo elemento cuya presencia o modificación aumenta la probabilidad de producir un daño a quien está expuesto a él (ICONTEC, Guía Técnica Colombiana 45).
- FACTOR DE RIESGO CARGA FÍSICA: "conjunto de requerimientos físicos a los que está sometido el trabajador durante la jornada laboral; englobando tanto las posturas estáticas adoptadas durante el trabajo, como los movimientos realizados, la aplicación de fuerzas, la manipulación de cargas o los desplazamientos" (Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo)[1].
- IDENTIFICACIÓN DEL PELIGRO: proceso de reconocimiento de que existe un peligro y definición de sus características (NTC OHSAS 18001:2001).
- INCIDENTE DE TRABAJO: Suceso acaecido en el curso del trabajo o en relación con éste, que tuvo el potencial de ser un accidente, en el que hubo personas involucradas sin que sufrieran lesiones o se presentaran daños a la propiedad y/o pérdida en los procesos (Resolución 1401 de 2007 del Ministerio de la Protección Social).
- LESIONES OSTEOMUSCULARES: Desórdenes relacionados con el trabajo que incluyen alteraciones de músculos, tendones, vainas tendinosas, síndromes de atrapamiento nervioso alteraciones articulares y neurovasculares. Son conocidos o denominados también como: DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS.
- MOVIMIENTO REPETITIVO: Grupo de movimientos continuos y mantenidos en una unidad de tiempo, que implican el mismo conjunto de estructuras osteomusculares, provocando en el mismo fatiga muscular, sobrecarga, dolor y finalmente trauma acumulativo

- PELIGRO: es una fuente o situación con potencial de daño en términos de lesión o enfermedad, daño a la propiedad, al ambiente de trabajo o una combinación de éstos (NTC OHSAS 18001:2001).
- POSTURAS ANTIGRAVITACIONALES: posicionamiento del cuerpo o un segmento en contra de la gravedad.
- POSTURA FORZADA: Posiciones de trabajo que supongan que una o varias regiones anatómicas dejen de estar en una posición natural de confort para pasar a una posición forzada que genera hiperextensiones, hiperflexiones y/o hiperrotaciones, con la consecuente producción de lesiones por sobrecarga.
- POSTURA MANTENIDA: cuando se adopta una postura biomecánicamente correcta (manteniendo los ángulos de confort) por 2 o más horas continuas, sin posibilidad de cambios. Si la postura es biomecánicamente incorrecta, se considerará mantenida cuando se mantiene por 20 minutos o más.
- POSTURA PROLONGADA: cuando se adopta la misma postura por el 75% o más de la jornada laboral (6 horas).
- PROBABILIDAD: posibilidad de que los acontecimientos de la cadena se completen en el tiempo, originándose las consecuencias no queridas ni deseadas (ICONTEC, Guía Técnica Colombiana 45).
- RIESGO: combinación de la probabilidad de que ocurra un evento peligroso específico y la(s) consecuencia(s) de éste.
- RIESGO OCUPACIONAL: Combinación de la probabilidad de que ocurra un evento de características negativas en el trabajo y las consecuencias de éste.
- SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA OCUPACIONAL: Es el conjunto de actividades que se llevan a cabo de manera sistemática y que permite reunir la información indispensable para conocer la conducta o historia natural de los riesgos profesionales, que afectan a una población trabajadora, con el fin de intervenir en los mismos a través de la prevención y el control.

6 RESPONSABILIDADES

A continuación se presenta las responsabilidades que deben cumplir cada uno de los miembros de la Empresa que participen en la implementación del programa:

GERENCIA

- Garantizar el cuidado integral de la salud de los empleados y de los ambientes de trabajo.
- Establecer las políticas y aprobar objetivos del programa.
- Garantizar la inducción, re-inducción y entrenamiento periódico en los procesos, procedimientos, tareas y oficios de los funcionarios involucrados en el programa.
- Establecer y garantizar los recursos necesarios para el cumplimiento del Sistema.
- Definir las personas encargadas o líderes del sistema en la empresa.

- Apoyar y facilitar la formación y el entrenamiento de los encargados de salud y seguridad en el trabajo en la implementación y seguimiento del programa.
- Asegurar el seguimiento y atención de los casos y enfermedades laborales detectadas y la realización de actividades requeridas para calificar la pérdida de capacidad laboral relacionada con la exposición ocupacional.

VIGILANCIA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

- Coordinar la aplicación y seguimiento del sistema según las condiciones específicas de la empresa.
- Verificar el cumplimiento de los procedimientos del programa de vigilancia
- Elaborar y mantener actualizado la matriz de peligro.
- Realizar visitas periódicas a las diferentes áreas para verificar los métodos de trabajo y prevención implementados.
- Promover el uso, mantenimiento y reposición de elementos de protección personal requeridos para el control del riesgo dentro del sistema.
- Asegurar el seguimiento y análisis de las actividades de vigilancia (médica) valorando el estado de salud de los empleados.
- Definir los criterios de aptitud para los cargos en los cuales se exponen a los riesgos establecidos.
- Coordinar con los encargados de las áreas de vigilancia el manejo y seguimiento individual y colectivo de todo caso sospechoso o confirmado detectado por el sistema de vigilancia.
- Informar a los funcionarios y empleados sobre los riesgos a los que se encuentran expuestos, así como sobre de los objetivos y alcance del Programa de desórdenes músculos esqueléticos, las actividades que lo componen y la forma de participación activa.

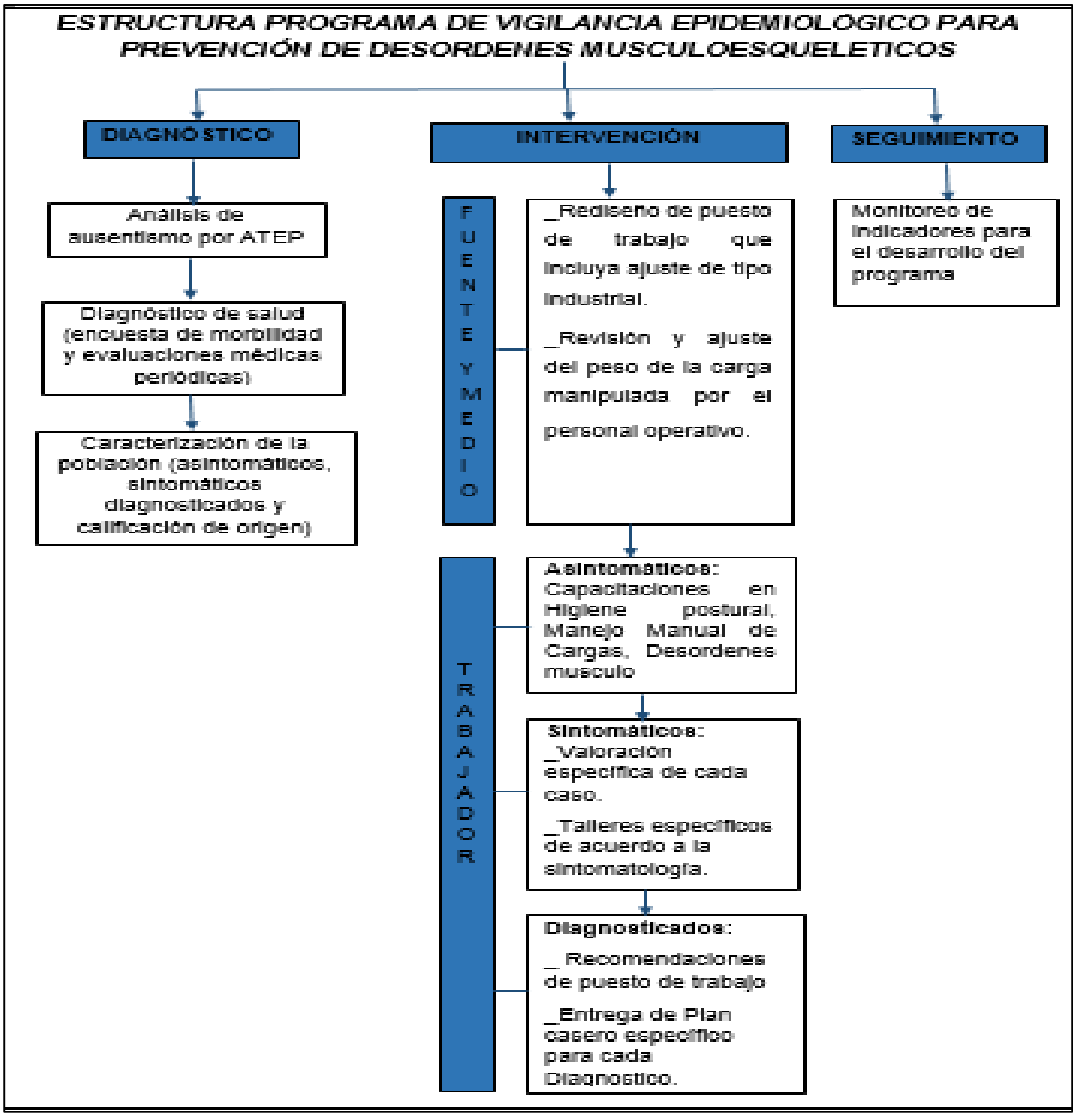
JEFES INMEDIATOS DE ÁREAS DE TRABAJO

- Cumplir y hacer cumplir las normas, procedimientos e instrucciones de trabajo que apliquen al programa.
- Motivar y fomentar la práctica de procedimientos seguros de trabajo buscando el control, del riesgo.
- Velar por el permanente suministro y uso adecuado de la protección personal acorde con lo establecido en el programa.
- Informar de manera inmediata si se presentan situaciones que aumentan los niveles de exposición al peligro en su área o si detectan empleados con posibles problemas.
- Cumplir las recomendaciones de salud ocupacional para el control del riesgo.
- Facilitar la asistencia de los empleados a los programas educativos relacionados con

la prevención de riesgo del Sistema de vigilancia para trabajadores expuestos a carga física.

7 DESARROLLO DEL PROGRAMA O METODOLOGÍA

Aquí se integran las acciones de ergonomía y de medicina en las etapas de identificación de los peligros, la evaluación de los riesgos, la vigilancia de la salud de las personas y las acciones de intervención de los riesgos.



7.1 Fase de identificación cuantificación y correlación del factor de riesgo

En esta etapa se pretende recolectar información que permita la caracterización del factor de riesgo por carga física en las áreas, procesos y trabajadores de la

empresa, así como establecer de manera preliminar el estado de salud osteomuscular y priorizar las áreas a intervenir. La información se obtendrá de las siguientes fuentes:

- Ausentismo general del último año.
- Resultados de los exámenes médicos ocupacionales de ingreso y / o periódicos.
- Estadísticas de enfermedad laboral y accidentes de trabajo relacionados con lesión osteomuscular.
- Inspecciones y / o análisis de puestos y / o áreas de trabajo.

Los datos serán recogidos por el coordinador del programa de vigilancia de la empresa y se consignarán en el cuadro general del sistema de vigilancia epidemiológica. Con esta información debe establecerse el área de mayor morbilidad y/o áreas de la empresa prioritarias a intervenir en el factor de riesgo y la disposición de la empresa en mejorar aquellas condiciones de trabajo que puedan convertirse en factores de riesgo ergonómico y controlarlos para disminuir los Accidentes de trabajo y las Enfermedades laborales.

Con el análisis de la información recolectada se diseñara un documento de justificación para la implementación del proyecto de ergonomía, identificando las áreas de trabajo con mayor número de trabajadores expuestos, accidentes de trabajo y enfermedades laborales con compromiso osteomuscular, y mayor número de días perdidos por incapacidad por lesiones osteomusculares, desórdenes musculo esqueléticos.

Posteriormente se evalúan las condiciones del trabajador y de las áreas que resultaron con mayor riesgo utilizando las siguientes estrategias y recursos:

7.1.1 Evaluación de las condiciones del trabajador

Se propone un folleto informativo a los trabajadores que incluya la forma correcta de hacer levantamiento de cargas Código: **F-ILC-01**

Así mismo se tendrá en cuenta durante el desarrollo de este programa:

- Examen de ingreso: El objetivo de este examen, como punto de partida para la toma de decisiones en relación con el ingreso de personal a trabajos expuestos a riesgo, es determinar características específicas de salud para controlar los posibles efectos. Dicho examen debe incluir un

apéndice de exploración clínica específica osteomuscular en donde se evidencie la búsqueda de antecedentes musculo-esqueléticos y / o la presencia de posibles predisposiciones individuales que puedan relacionarse.

- Diagnóstico en el individuo (tamizaje): Identificar la población a riesgo de acuerdo con la sintomatología manifestada por la población, para lo cual se realiza la aplicación de encuesta osteomuscular, con el fin de identificar las personas que presenten morbilidad sentida.

- Valoración fisioterapéutica: Se le realiza al grupo de personas que refirieron molestias asociadas con desórdenes músculo esqueléticos, con el fin de detectar la presencia de signos positivos de algún tipo de alteración de este sistema.

De la valoración se pueden obtener las siguientes posibilidades

- Caso no significativo: empleados que no presentan dolor ni síntomas en el momento de la valoración y las pruebas son negativas.

- Caso sospechoso o sintomático: empleados que presentan dolor o síntomas o pruebas positivas.

- Caso con diagnóstico confirmado: con diagnósticos en estudio de enfermedad profesional, diagnósticos confirmados de origen común, antecedentes significativos (artritis, osteoporosis, artrosis, entre otros) o con alguna cirugía osteomuscular reciente, y quienes tengan restricción o limitación para realizar algún movimiento, postura o esfuerzo.

7.1.2 Inspecciones de puesto de trabajo

FUMIGACIONES EL TRIUNFOCAR S.A.S. Establecerá una revisión de la cuantificación del riesgo por carga física de cada una de las áreas de la empresa en la matriz de identificación de riesgos de la empresa.

De acuerdo a esta priorización se realizará una visita de inspección en las diferentes áreas de la empresa con mayor nivel de deficiencia, con el objetivo de identificar o reconocer de manera específica los factores asociados a carga física y generar las recomendaciones correspondientes a nivel de puestos de trabajo.

8. FASE DE INTERVENCIÓN Y EJECUCIÓN DE ESTRATEGIAS

Las acciones permanentes de evaluación de la exposición se llevaran a cabo durante la actualización de la matriz de peligros, las inspecciones de seguridad, el análisis de los puestos de trabajo con cualquier objetivo y utilizara estrategias subjetivas y objetivas de acuerdo con las necesidades específicas de dicha evaluación.

Las estrategias de intervención se darán con base en la clasificación del riesgo y deben incluirse las siguientes.

8.1 **Fuente y en el Medio**

- Inspección ergonómica de puesto de trabajo puntual con las correspondientes recomendaciones de adecuación.
- Rediseño de puesto de trabajo que incluya ajuste de tipo industrial y de rediseño de procesos.
- Revisión y ajuste del peso de la carga manipulada por el personal operativo.
- Suministro de ayudas mecánicas que permitan deslizar las cargas sin mucho esfuerzo (carritos, carretillas, estibas, montacargas, grúa, etc.).
- Reducción de la frecuencia del trabajo repetitivo e intercale descansos periódicos de la labor.
- Establecimiento de sistemas de incentivos que busquen calidad y no cantidad de trabajo, ajustando el adecuado ritmo de trabajo sin incrementar el riesgo.

8.2 **Trabajador**

Las medidas en el trabajador hacen referencia principalmente a los esquemas de educación, entrenamiento y formación que le permitan controlar el riesgo. Se proponen las siguientes actividades:

- Capacitaciones en prevención de lesiones osteomusculares e higiene postural
- Capacitaciones específicas en manipulación adecuada de cargas.
- Talleres ergonómicos de manejo básico de síntomas para segmentos superiores y columna dorsolumbar.
- Talleres de autocuidado en postura y movimiento
- Ejecución de pausas activas como programa de prevención y mantenimiento de condiciones osteomusculares.
- Exámenes médicos periódicos.

8.3 Recursos Humanos

Para el desarrollo del sistema de vigilancia se requiere de la participación de:

- Un médico ocupacional
- Una fisioterapeuta o terapeuta ocupacional
- Persona encargada de liderar el proceso en la empresa.

8.4 Recursos Técnicos

De acuerdo con el método de valoración empleado se requerirá del uso de:

- Cámara fotográfica
- Formatos de evaluación específica
- Metro, Goniómetro
- Báscula.
- Estación de enfermería y camilla.

8.5 Recursos financieros

El presupuesto asignado por la empresa para el área de seguridad y salud en el trabajo y el desarrollo del programa de prevención de desórdenes musculo esqueléticos.

8.6 Evaluación y control

En el marco del programa de prevención de desórdenes musculo esqueléticos. es importante contar con indicadores que permitan el seguimiento de las actividades realizadas. Estos indicadores se aplicarán cada año para medir el desempeño de la empresa en el SVE.

INDICADOR DE INCIDENCIA
No trabajadores expuestos con diagnóstico nuevo osteomuscular X 100 / total trabajadores en empresa
INDICADOR PREVALENCIA
No de trabajadores con dx. Identificado x 100 / total trabajadores en empresa
INDICADOR DE ÍNDICE DE FRECUENCIA OSTEOMUSCULAR

No de ausencias osteomusculares X 100 / no. De trabajadores
INDICADOR EPIDEMIOLÓGICO DE COBERTURA Y CUMPLIMIENTO
No. De capacitaciones realizadas X 100 / No. De capacitaciones programadas

Se encuentran en revisión los indicadores que se van a implementar en la empresa.

9. BIBLIOGRAFÍA

1. CASTELLANOS P.L. La práctica de la vigilancia en la salud pública contemporánea. *En* Martínez N. Vigilancia epidemiológica. McGraw Hill – Interamericana. Madrid 2005.

2. Ministerio de la Protección Social. Guía de atención integral basada en la evidencia para desordenes músculo esqueléticos de miembros superiores (enfermedad de D'Quervain, Síndrome del túnel del carpo, epicondilitis). 2006

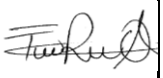
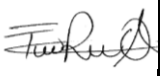
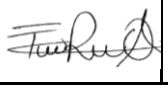
3. Ministerio de la Protección Social. Guía de atención integral basada en la evidencia para dolor lumbar y enfermedad discal. 2006

4. Ministerio de la Protección Social. Guía de atención integral basada en la evidencia para hombro doloroso. 2006

5. RODRÍGUEZ G. H. ESPINOSA R. MT. SCMT Guía para desarrollar un programa de vigilancia epidemiológica en salud ocupacional. 2007

6. SALAZAR W.A. Alta redacción. Informes técnicos y administrativos. Quinta edición. 2005.

10. CONTROL DE CAMBIOS

VERSIÓN	NATURALEZA DEL	ELABORADO POR	FIRMA	APROBADO POR	FIRMA	FECHA APROBACIÓ
1	Creación del documento.	Tatiana Rovira		Carlos Rivera		18/04/2017
2	Actualización del documento	Tatiana Rovira		Carlos Rivera		13/11/2019
3	Actualización del documento	Tatiana Rovira		Carlos Rivera		13/03/2021

11. FORMATOS DE ESTE PROCEDIMIENTO

-folleto informativo levantamiento de cargas- Cód.: **F-ILC-01**