RIESGOS PSICOSOCIALES Y BIOMECANICOS

Actividad Evaluativa Semana 7

“CARGA FÍSICA, FATIGA, MOVIMIENTO REPETITIVO”

Tutor

Lida Rodríguez González

Estudiante

Angélica María Roa Rocha

Especialización en Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo

Corporación Universitaria UNITEC

Bogotá

Septiembre de 2019

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCION1
2. CUADRO DESCRIPCION DE PELIGROS Y RIESGO BIOMECANICO2
3. CONCLUSIONES3
4. BIBLIOGRAFIA4
5. **INTRODUCCION**

En el ámbito laboral cuando hablamos de la seguridad y salud en el trabajo, uno de los objetivos principales es la promoción y mantenimiento de la seguridad y salud de los trabajadores; en donde se genere condiciones adecuadas de trabajo con el fin de prevenir los accidentes de trabajo como las enfermedades laborales.

Para lograr lo anterior es importante identificar los peligros y valorar como cuantificar los riesgos en los procesos, zonas/lugares, actividades y tareas de la empresa con el fin de establecer las medidas de intervención y controles para la mitigación del riesgo o eliminación de los peligros. Por lo anterior es importante recalcar que la seguridad y salud en el trabajo no sólo trabajo en la prevención de los accidentes de trabajo y enfermedades laborales, sino que también a través del ciclo PHVA se realiza la identificación constante de los riesgos en el trabajo y la aplicación de medidas adecuadas de prevención y control.

Para la identificación de los peligros y la cuantificación como la valoración de los riesgos, existen diferentes metodologías entre ellas La Guía Técnica Colombiana GTC 45, la cual permite a través de su metodología identificar los peligros y valorar los riesgos de seguridad y de salud en el trabajo.

Partiendo de lo anterior, el trabajo desarrollado permitirá identificar los diferentes peligrosos que abarcan el riesgo biomecánico en un proceso asistencial (odontología), con el fin de establecer los controles y medidas de intervención que se requieren partiendo de la descripción de la actividad, tarea y peligro.

1. **CUADRO DESCRIPCION DE PELIGROS Y RIESGO BIOMECANICO**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ACTIVIDADES | TAREAS | RUTINARIO | | PELIGRO | | CRITERIOS PARA ESTABLECER CONTROLES | | CONTROLES PROPUESTOS PARA DISMINUIR EL RIESGO | | | | |
| SI | NO | DESCRIPCIÓN | CLASIFICACIÓN | TIEMPO DE EXPOSICION | PEOR CONSECUENCIA | ELIMINACION | SUSTITUCION | CONT INGENIERIA | CONT ADM | EPP |
| Registros estadisticos y evolacion de la historia clinica | Registro semanal y mensual base de datos, evolucion diaria historia clinica. | x |  | Higiene postural inadecuadas, postura prolongada, movimientos repetitivos de MMSS (muñeca, dedos). | Biomecanico | 5 minutos cada 20 minutos (por atencion de pacientes) | Lesiones en el sistema músculo-esquelético a nivel de las vertebras cervicales, dorsales y lumbales.y de miembros superiors.  Síndromes dolorosos (cuello, lumbar, dorsal, etc.). | **no** | **no** | **Adecuacion de los puestos de trabajo.** | **Capacitacion, Realizar inspecciones ergonomicas en los puestos de trabajo al momento en que se esta haciendo la labor.** | **no** |
| Atencion de pacientes | Realizer la atencion odontologica segun necesidad/DX del paciente | X |  | Movimientos repetitivos (muñeca y dedos), carga fisica | Biomecanico | 7 horas | Transtornos musculoesqueleticos (sindrome del tunel carpiano, escoliosis, lumbalgias, dorsalgias, cervicalagias) A nivel de brazo y hombro: epicondilitis y tendinitis del manguito de los rotadores. hormigueo a nivel de miembro superiores, dolor a nivel de manos, codo y hombro | **No** | **no** | **Adecuacion de los puestos de trabajo.** | **Capacitacion, Realizar inspecciones ergonomicas en los puestos de trabajo al momento en que se esta haciendo la labor.** | **no** |
| Atencion de pacientes | Realizer la atencion odontologica segun necesidad/DX del paciente | X |  | Posturas prolongadas y mantenidas | Biomecanico | 7 horas | Fatiga, calambres, dolor muscular,espasmos, falta de energia y voluntad para trabajar | **No** | **No** | **se recomienda realizar la adopcion de posturas adecuadas, asi como la implementacion de sillas ergonimicas.** | **Implementacion del programa de desordenes musculoesqueleticos, capacitación a los funcionanrios en Peligro Biomecánico (Higiene postural), en metodos para el trasporte manual de cargas y esfuerzos; inspeccion en puestos de trabajo con enfasis biomecánico. Realizacion de exámenes médicos ocupacionales periodicos con enfasis osteomuscular.** | **No** |
| Capacitacion pacientes higiene oral | Realizer capacitacion practica y teorica de higiene oral a los pacientes |  | x | Posturas prolongadas | Biomecanico | 1 hora | Síndromes dolorosos (cuello, lumbar, dorsal, etc.). | **No** | **No** | **Cambio de silla con caracteristicas ergonomicas** | **Capacitación sobre riesgo biomecanico, higiene postural, pausas saludables.se brindan tiempos durante la jornada laboral para la ejecucion de pausas saludables (estiramientos fisicos).Se cuenta con el sistema de vigilancia epidemiologica de riesgo biomecanico.** | **No** |

1. **CONCLUSIONES**

La Guia Tecnica Colombiana GTC 45, es una herramienta de fácil uso en donde la metodología permite identificar los peligros de cualquier proceso, actividad y tarea, en donde a su vez permite clasificar el riesgo, lo anterior facilita a través de la evaluación cuantitativa como cualitativa establecer los controles o medidas de intervención de mitigación del riesgo.

El conocer los riesgos existentes, nivel de exposición y las consecuencias que estos podrían generar, con el establecimiento de controles limita la aparición de enfermedades ya que

Los peligros de tipo biomecánicos al existir una exposición ante el riesgo muy elevada conlleva a una alta probabilidad de aparición de lesiones o enfermedades osteomusculares, cuando no se establecen controles para la mitigación del riesgo.

1. **BIBLIOGRAFIA**
2. Acevedo Vallejo, C. E., Aristizábal López, J., Osorio González, L. D., & Ríos Valencia, D. C. (2017). Los factores de riesgo biomecánico y los desordenes músculo esqueléticos en la práctica odontológica.
3. Baquero Erazo, A. X., Franco, R., Katherin, Y., & Gamba Robayo, E. A. (2017). Diagnóstico de Peligros a Través de la GTC 45 para Establecer Medidas de Control en Arcillas Terranova SAS Bogotá DC.
4. GTC, G. T. C. (2011). 45: 2012. Guía para la identificación de los peligros y la valoración de los riesgos en Seguridad y Salud Ocupacional. ICONTEC. Bogotá, 2017.
5. Peñuela Chávez, J. C., & Hernán Ramírez, J. (2019). Identificación de peligros y valoración de riesgos en el trabajo mediante GTC45 en una IPS de Primer Nivel de Complejidad. Rionegro 2018.