

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	1 de 14

INTRODUCCIÓN

Los desórdenes musculoesqueléticos (DME) relacionados con el trabajo figuran en el primer lugar de las enfermedades listadas por la Organización Panamericana de la Salud como la epidemia escondida a la que deben hacer frente los sistemas de salud de los países y de acuerdo con las estadísticas tiene la tendencia a aumentar.

En la Contraloría Municipal de Pereira se ha identificado como prioritaria la intervención del peligro biomecánico para la prevención de los DME.

Un abordaje efectivo debe trascender al diagnóstico y al manejo de caso, por lo cual la Contraloría Municipal de Pereira ha definido implementar un Programa de Vigilancia Epidemiológica (PVE) para la prevención de DME, con un enfoque de mejora continua, direccionado a la búsqueda y selección de las mejores estrategias preventivas, evaluando el impacto permanente de la alternativa implementada.

Este PVE para la prevención de DME, se desarrolla en concordancia con el enfoque del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo (Libro 6 del Decreto único reglamentario del sector trabajo 1072 de 2015) por lo cual facilita el cumplimiento de la normatividad vigente en Colombia específica para la prevención de DME y programas de vigilancia epidemiológica.

1. OBJETIVOS

1.1 OBJETIVO GENERAL

Prevenir el desarrollo de síntomas y enfermedades laborales asociados con la exposición a peligros biomecánicos identificando proactivamente peligros y síntomas a través del seguimiento sistemático a los funcionarios y al ambiente.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los peligros, evaluar y valorar los riesgos en las áreas y puestos de trabajo con exposición a peligros biomecánicos.
- Definir y clasificar población objeto por áreas de trabajo
- Determinar la periodicidad de monitoreo ambiental: condiciones de trabajo y desarrollo de tareas y oficios.

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	2 de 14

- Establecer la periodicidad de la evaluación de las condiciones de salud y las acciones a seguir en interrelación con las evaluaciones del ambiente de trabajo
- Implementar las medidas de control necesarias para la eliminación o el control de la exposición a peligros biomecánicos a nivel de fuente, medio y persona.
- Identificar en forma temprana síntomas o la presencia de enfermedades laborales, asociadas a la exposición a peligros biomecánicos.
- Realizar el seguimiento a la exposición a peligros biomecánicos, evaluar el impacto y la eficacia de las medidas de control implementadas, proponiendo los correctivos que sean necesarios.

2. ALCANCE

Este Programa de Vigilancia Epidemiológica va dirigido a todos los funcionarios de la Contraloría Municipal de Pereira, en especial aquellos que tengan patologías osteomusculares.

3. DESARROLLO DEL PROGRAMA

1. IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS, EVALUACIÓN Y VALORACIÓN DE RIESGOS

La identificación de peligros relacionados con el desarrollo de desórdenes musculoesqueléticos representa un reto importante para la Contraloría Municipal de Pereira debido a su origen multicausal, de tal forma que para lograr este paso se han explorado los siguientes aspectos:

- Factores ligados a las condiciones de trabajo: fuerza, posturas y movimientos.
- Factores relacionados con las condiciones ambientales de los puestos y sistemas de trabajo: temperatura, vibración entre otros.
- Factores organizacionales: Organización del trabajo, jornadas, horarios, pausas, ritmo y carga de trabajo.
- Factores Individuales: Capacidad funcional del trabajador, hábitos, antecedentes etc.

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	3 de 14

1.1 FACTORES LIGADOS A LAS CONDICIONES DE TRABAJO

Dentro de estos factores se encuentran las posturas, los esfuerzos, los movimientos repetitivos y el manejo de cargas, los cuales se encuentran asociados con la carga física.

De acuerdo con la matriz de peligros y adelantando una revisión complementaria, se encontraron los siguientes procesos con presencia de peligros biomecánicos.

Ver matriz de identificación de peligros, evaluación y valoración de riesgos.

Las características de los factores organizacionales y psicosociales de la Contraloría Municipal de Pereira, que son tenidos en cuenta en la evaluación de los riesgos para el desarrollo de DME y que posteriormente soportan las estrategias de control son:

- La organización temporal del trabajo (jornadas y descansos)

HORARIO ADMINISTRATIVO:

LUNES A VIERNES: 7:00 AM A 3:00 PM

HORARIO PAUSA ACTIVA:

En la mañana 10:00 am – en la tarde 1:00 pm

- Tipo de proceso (automatizado, en cadena, ritmos individuales, entre otros)

El proceso laboral de la Contraloría Municipal de Pereira se realiza en ritmos individuales. Cada colaborador tiene actividades definidas, plasmadas en el manual de funciones y de acuerdo a ello son ejecutadas.

1.2 FACTORES RELACIONADOS CON LAS CONDICIONES AMBIENTALES

Las características de los factores relacionados con las condiciones ambientales de los sistemas de trabajo, que se han considerado en la identificación, evaluación y valoración de los riesgos para el desarrollo de los DME de la Contraloría Municipal de Pereira son: iluminación, temperatura y vibración, entre otros.

Estas condiciones posteriormente son tenidas en cuenta para la formulación de las estrategias de control, toda vez que se presente la necesidad en la Contraloría Municipal de Pereira.

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	4 de 14

1.3 FACTORES INDIVIDUALES

Aunque la relación entre factores individuales y del trabajo no tiene un nivel de evidencia fuerte, el programa de vigilancia epidemiológica tiene en cuenta estos factores como actores sinérgicos del desarrollo de los DME.

Los resultados del diagnóstico de salud de los trabajadores vinculados en la Contraloría Municipal de Pereira para el año 2021 de manera consolidada se muestran en el informe de *Diagnóstico de condiciones de salud*.

1.3.1 Características de la postura en el puesto de trabajo.

La mayor postura asumida por los funcionarios durante la jornada laboral es estar sentados, todos son oficinas frente al computador y solo dos funcionarios tienen puestos de trabajo diferente, en este caso conductores.

1.3.2 Diagnóstico de enfermedades relacionadas con DME

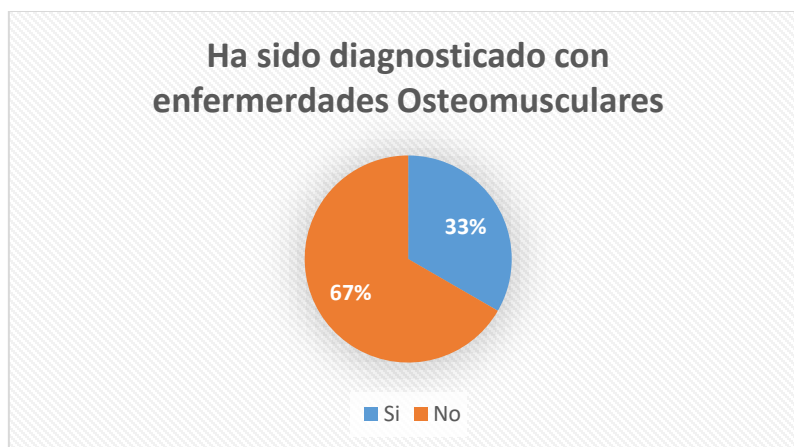


Gráfico 1

1.3.3 Principales diagnósticos encontrados referentes a DME

Principales Diagnosticos

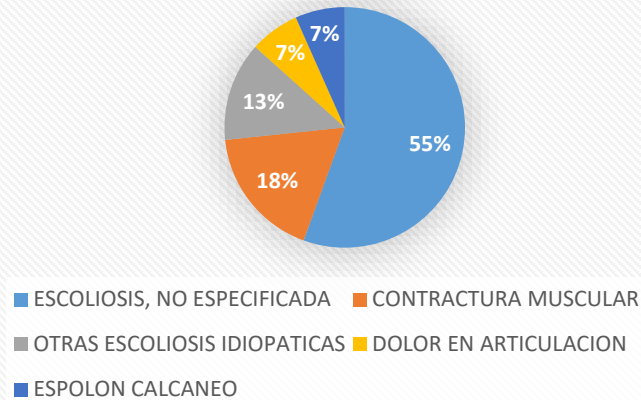


Gráfico 2

En la matriz de ausentismo laboral se describe N° días ausencia por mes durante la vigencia, en el que se podrá determinar el número de días perdidos por enfermedad común, de origen laboral o las incapacidades presentadas por A.T. relacionadas con DME.

1.4 IDENTIFICACIÓN DE EFECTOS POSIBLES DE LA EXPOSICIÓN

Con base en el análisis de los numerales anteriores la Contraloría Municipal de Pereira ha definido como evento a vigilar las siguientes patologías por segmentos:

Tabla 1. DME que son objeto del PVE en la entidad:

SEGMENTO CORPORAL	NOMBRE DE LA PATOLOGÍA	CIE 10	DESCRIPCIÓN GENERAL
COLUMNA	Enfermedad lumbar inespecífica	M54.5	Dolor o molestia localizada entre la línea inferior costal y la línea inferior de los glúteos. Produce limitación dolorosa al movimiento y puede ser dolor referido o irradiado.
MIEMBRO	Síndrome del	G56.0	compresión del nervio

SUPERIOR (CODO Y MUÑECA)	Túnel o del Canal carpiano		mediano que pasa por el túnel del carpo ubicado en la muñeca
	Enfermedad de Quervain	M65.4	Tenosinovitis estenosante del primer compartimento dorsal de la muñeca afectando la vaina sinovial de los tendones del abductor largo del primer dedo y el extensor corto del primer dedo
	Epicondilitis medial y lateral	M77.0 M77.1	Lesión inflamatoria de los tendones de la articulación del codo.

Fuente: Guía práctica para la prevención de DME Colmena Seguros, 2016

1.5 EVALUACIÓN Y VALORACIÓN DE RIESGOS

Se realiza inspección ergonómica de los puesto de trabajo que busca “evaluar factores de riesgo biomecánico; incluyendo posturas inadecuadas, movimientos altamente repetitivos, uso de fuerza manual, levantamiento de cargas” los cuales son útiles para la clasificación posterior de las áreas u de los funcionarios y establecer las medidas de control.

También se utilizara como herramienta para la clasificación de los funcionarios al programa, el informe de Diagnostico de Condiciones de Salud de la vigencia 2021 en el que se expresan los resultados de las valoraciones periódicas.

Por situaciones específicas en las que se requiere una evaluación a mayor profundidad, se puede aplicar alguna de las metodologías existentes, con el asesoramiento de un experto.

2. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO MÉDICO

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	7 de 14

2.1 POBLACIÓN OBJETO

La población objeto la constituyen aquellas personas que, por las circunstancias en que se desarrolla su trabajo, estén en riesgo desarrollar un DME relacionado con el trabajo.

La Contraloría Municipal de Pereira desarrolla funciones expresas en puestos de trabajo sentados frente al computador, por esta razón la población objeto se clasificara en tres: sano, con posibilidades de desarrollar un DME y funcionario con patología.

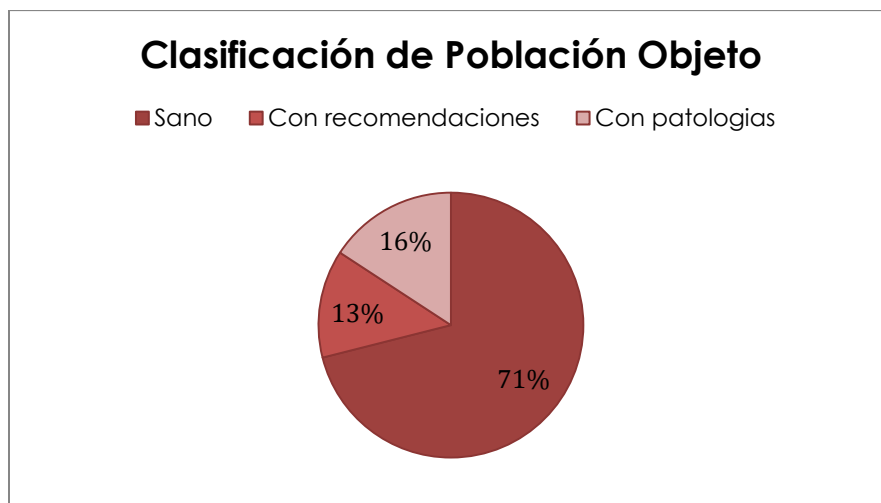


Gráfico 3

2.2 EXAMEN DE INGRESO

La evaluación del estado de salud de los trabajadores que estarán ocupacionalmente expuestos a peligros biomecánicos se inicia desde el ingreso del trabajador que implica exposición a este peligro; en este caso, se realizan, además del examen médico ocupacional, cuyos resultados se registran en la base de datos para su registro y seguimiento.

2.3 EXAMEN MÉDICO PERIÓDICO

De acuerdo con la Clasificación de los Trabajadores, expuesta previamente, la periodicidad de estos exámenes será cada dos años. Este examen se realiza con énfasis Osteomuscular con el fin de detectar lesiones tempranas y poder darle intervención oportuna. Para esto cada trabajador recibe una notificación de remitente a su EPS para control de los hallazgos encontrados en el examen

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	8 de 14

periódico; si la sintomatología interfiere con las labores habituales del trabajo se realizara inspección respectiva.

Ver procedimiento exámenes periódicos.

2.4 EXAMEN MÉDICO DE RETIRO

Se debe realizar el examen médico de retiro en el cual se consigne los hallazgos clínicos, los exámenes complementarios, si aplica, realizados al momento de retiro de la entidad, bien sea por pensión o porque cese el nexo laboral con la Contraloría Municipal de Pereira.

2.5 DEFINIR Y DECLARAR UN CASO

Las medidas de intervención se manejarán según el grado de daño. Para la detección precoz de funcionarios con síntomas o entidades patológicas instauradas, se hace necesario tomar ciertas decisiones durante el proceso direccionando de la mejor manera el curso de los casos.

2.5.1 Trabajador Sano o sin efecto negativo por los peligros biomecánicos de origen laboral

Es todo trabajador objeto del Programa de Vigilancia Epidemiológica que no presenta ninguna alteración a su salud detectable al examen médico o las pruebas complementarias contempladas en el Programa de Vigilancia Epidemiológica.

A todo funcionario que se traslade a trabajar a un área de riesgo superior a la del área en la que estaba, se le aplicará el cuestionario nórdico, idealmente acompañado de la evaluación médica ocupacional.

Por otra parte, a este trabajador se programará para capacitación con énfasis en prevención y auto cuidado.

2.5.2 Trabajador Sospechoso de sufrir efecto negativo por los peligros biomecánicos de origen laboral

Es todo trabajador objeto del Programa de Vigilancia Epidemiológica que al examen médico y/o pruebas complementarias contemplados en este Programa de Vigilancia Epidemiológica, presenta alguna anomalía explicable por su exposición ocupacional peligros biomecánicos y no encontrada en el examen de ingreso.

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	9 de 14

Con el trabajador sospechoso se procede de la siguiente forma:

- Se revisan y las historias clínica y de exposición, con el fin de conocer todas las posibles exposiciones y factores laborales y extra laborales que puedan estar influyendo en los hallazgos.
- Si los resultados de la evaluación anterior muestran que la lesión puede estar relacionada con la exposición a peligro biomecánico en el lugar de trabajo:
 - ✓ Mientras se toman medidas de control en la fuente y el medio, verifica la exposición al riesgo y se dan recomendaciones respectivas y se realiza seguimiento según el caso
 - ✓ Si la última valoración médica no muestra tendencia alguna hacia la recuperación, se le remitirá para estudio y seguimiento por médico tratante.
 - ✓ Si después del periodo en el que el funcionario tiene las recomendaciones, el trabajador muestra recuperación, se verifica seguimiento (con énfasis en las buenas prácticas) y extremando todas las medidas de protección en la fuente, el medio y el trabajador que apliquen.
 - ✓ Si a juicio del médico tratante, las lesiones observadas en el funcionario no son consecuencia de su exposición a peligros biomecánicos en su lugar de trabajo, se le hará el manejo médico correspondiente por su EPS. Si la evaluación médica permite clasificar al trabajador como **sano**, se sigue el procedimiento para este. Si la evaluación médica permite clasificar al trabajador como **caso** se procede según lo definido a continuación.

2.5.3 Caso con efectos atribuibles a peligros biomecánicos de origen laboral

Es todo trabajador objeto del presente Programa de Vigilancia Epidemiológica que presenta una clara anormalidad en el examen médico y/o los exámenes complementarios, si se requirieron que se pueda explicar inequívocamente por su exposición ocupacional y que no se haya detectado en el examen de ingreso.

Con este trabajador se procede de la siguiente forma:

- Se remite a estudio por especialista (Médico tratante)

[illegible]

3.2 INTERVENCIÓN SOBRE TRABAJADORES CLASIFICADOS COMO SOSPECHOSOS O CASOS

Se procederá de acuerdo con lo contemplado en el numeral 2.5 DEFINIR Y DECLARAR UN CASO.

4. INDICADORES

La Contraloría Municipal de Pereira ha definido los siguientes indicadores que permiten monitorear, evaluar e identificar aspectos de mejora.

Con base en el diagnóstico y los recursos disponible define y actualiza las metas de cada uno de éstos indicadores

Objetivo	Identificar y priorizar los grupos poblacionales expuestos a DME permitiendo definir planes de intervención.	
Indicador	*Cobertura trabajadores * Proporción de expuestos *Cobertura exámenes médicos periódicos	- Perfil Sociodemográfico - PE = $\text{N}^\circ \text{ de expuestos} / \text{N}^\circ \text{ total de funcionarios} * 100$ - CEMP = $\text{N}^\circ \text{ de valoraciones realizadas} / \text{N}^\circ \text{ de funcionarios con más de 1 año de servicio} * 100$

Objetivo	Evaluar y/o comparar los resultados del proceso e identificar la necesidad de mejora o la implementación de nuevas acciones.	
Indicador	*Informe de auditoría del PVE para DME. *Tasa Incidencia *Tasa Prevalencia Estos indicadores deberían establecerse por edad, antigüedad, dependencia o grupos de riesgo	- Documento de auditoría - $TI = (N^{\circ} \text{ casos nuevos/año de servicio}) / N^{\circ} \text{ total de funcionarios expuestos} * 100$ - $TP = N^{\circ} \text{ casos existentes(nuevos+antiguos)} / N^{\circ} \text{ total de funcionarios expuestos} * 100$

5. AUDITORÍA

La etapa de auditoría para el Programa de Vigilancia Epidemiológica para la prevención de Desórdenes Musculoesqueléticos de la Contraloría Municipal de Pereira está integrada al programa de auditorías del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo de la organización.

En concordancia con el Decreto 1072, la Contraloría Municipal de Pereira ejecuta auditorías tendientes a determinar, si el Programa de Vigilancia Epidemiológica:

- Cumple lo que se estableció en la etapa de planificación
- Ha sido implementado adecuadamente y se mantiene
- Es eficaz para cumplir con la política y objetivos de la organización
- Suministra información fiable a alta dirección

5.1 REVISIÓN POR LA ALTA DIRECCIÓN

La alta dirección participa en los procesos de auditoría garantizando la revisión del sistema en todos sus aspectos, con énfasis en los indicadores que reflejan tanto su gestión como el resultado obtenido en términos de prevalencia e incidencia. Esta revisión se hace con una periodicidad anual, junto con la del SG-SST y como resultado se produce un informe de auditoría que incluye oportunidades de mejora, definición de cambios en el desempeño y aprobación de recursos para lograr mejoras esperadas.

5.2 INVESTIGACIÓN DE INCIDENTES, ACCIDENTES DE TRABAJO Y ENFERMEDADES LABORALES

La Contraloría Municipal de Pereira realiza el reporte de accidentes de trabajo y/o enfermedad laboral definido en la resolución 1401 de 2007 e integra los

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	13 de 14

resultados de la investigación de incidentes a la identificación de oportunidades de mejora.

Dicha investigación permite al equipo líder en el Programa de Vigilancia Epidemiológica para la prevención de los desórdenes musculoesqueléticos, obtener información sobre lo sucedido, factores causales y acciones correctivas e igualmente aporta información al PVE.

Como parte de este proceso el funcionario es evaluado y el resultado de dicha evaluación junto con el análisis del caso, se direcciona la atención individual del funcionario (frecuencia de monitoreo, restricciones, entrenamiento, entre otras) de acuerdo con lo establecido en el programa de vigilancia para la prevención de DME.

Para lograr este objetivo la Contraloría Municipal de Pereira ha integrado al procedimiento de investigación de accidentes y enfermedades laborales del SG-SST, aspectos de actuación específicos para el caso de la ocurrencia de un incidente, accidente o enfermedad laboral relacionados con peligro biomecánico.

6. MEJORAMIENTO

El proceso de mejora continua para el programa estará alineado con lo establecido en el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

- ✓ Charlas educativas enfocadas al autocuidado.
- ✓ Responsabilidades frente al SG-SST.
- ✓ Análisis de Situación de trabajo para identificar oportunidades de mejora.
- ✓ Actualización de la Matriz de peligros acorde con el Decreto 1072 de 2015.
- ✓ Investigaciones de accidentes e incidentes de trabajo

BIBLIOGRAFÍA

- Colmena Seguros. Guía práctica para la implementación del Sistema de vigilancia epidemiológica para la prevención de Desórdenes Musculoesqueléticos. 2016. Colombia.



CONTRALORÍA MUNICIPAL DE PEREIRA
PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA EL RIESGO OSTEOMUSCULARES

CÓDIGO	FECHA	VERSIÓN	PÁGINAS
PR 1.2 SST 12	08-03-2022	01	14 de 14

- Ministerio de la Protección Social. Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Desórdenes Musculoesqueléticos relacionados con Movimientos Repetitivos de Miembros Superiores. Bogotá D.C.: Ministerio de la protección social, 2006.
- Ministerio de la Protección Social. Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Dolor Lumbar Inespecífico y Enfermedad Discal Relacionados con la Manipulación Manual de Cargas y otros Factores de Riesgo en el Trabajo. Bogotá D.C.: Ministerio de la protección social, 2006.
- Ministerio de la Protección Social. Guía de Atención Integral Basada en la Evidencia para Hombro Doloroso Relacionados Factores de Riesgo en el Trabajo. Bogotá D.C.: Ministerio de la protección social, 2006.

Elaborado por:

GISSEL GÓMEZ ACEVEDO

ADMÓN. DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

LICENCIA. LPSST 1653 – 16

Este documento es realizado bajo el apoyo de la Administradora de Riesgos Laboral ARL Colmena Seguros