



DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

Resultados de una investigación
en personal de enfermería, Quito.

AUTORES

**CARLOS PATRICIO GARVAJAL VERA
CAROLINA ARANDA BELTRAN**

DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

**Resultados de una investigación en
personal de enfermería, Quito**

Desórdenes Músculo Esqueléticos, resultados de una investigación de enfermería, Quito.

AUTORES

CARLOS PATRICIO CARVAJAL VERA

CAROLINA ARANDA BELTRÁN

PRIMERA EDICIÓN 2021

La presentación y disposición en conjunto de:

DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

Resultados de una investigación en personal de enfermería, Quito

Es propiedad del autor

Se permite la reproducción total o parcial de la información aquí publicada, siempre y cuando no sea alterada, citen los créditos correspondientes y se realice sin fines de lucro.

ISBN: 978-9942-40-522-7

EDITORIAL: edición de los autores

Impreso en Ecuador

Diseño de portada: Verónica Rocío Sevillano Mera

Derechos reservados conforme a la Ley de Propiedad Intelectual

Desórdenes Músculo Esqueléticos, resultados de una investigación de enfermería, Quito.

Sobre los autores

CARLOS PATRICIO CARVAJAL Vera

Doctor en Ciencias de la Salud en el Trabajo por la Universidad de Guadalajara (UDG).
Magister en Salud Ocupacional por la Universidad Internacional SEK-Ecuador, Magister en Ergonomía por la Universidad de Concepción-Chile. Medico Ocupacional del Hospital Carlos Andrade Marín. Ex Director Nacional de Ambiente y Salud del Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Ex Subsecretario Nacional de Promoción de la Salud e Igualdad Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Docente Universitario. Miembro de la Sociedad de Medicina de Salud Ocupacional-Ecuador

Email: carvajalcarlos1601@hotmail.com

CAROLINA ARANDA Beltrán

Doctora en Ciencias de la Salud Pública por la Universidad de Guadalajara (UDG).
Investigadora y Docente del Departamento de Salud Pública del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la UDG. Docente de Licenciatura, Maestría y Doctorado.
Presidenta de la Academia Salud en el Trabajo. Miembro de la Junta Académica del Doctorado en Ciencias de la Salud Ocupacional. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel II, con Perfil Deseable. Miembro del Cuerpo Académico Consolidado “Salud Mental en Grupos Poblacionales”. Miembro del Programa de Investigación en Salud Ocupacional (PIENSO en Latinoamérica), Miembro del Instituto Iberoamericano de Investigación en Salud Ocupacional, Ambiente y Sociedad (INSOAS).

Email: caranda2000@yahoo.com.mx

Agradecimientos

Este libro lo dedico a mis hijas Karla y Tamia por ser el motor de mi vida.

A mi esposa Nube compañera de camino, por la paciencia, soporte y amor.

A mis padres por el apoyo.

A los trabajadores de la salud por su sacrificio y resiliencia.

Al Doctorado de Salud en el Trabajo de la Universidad de Guadalajara por su apoyo académico, en especial a la Doctora Carolina, Elvia y Silvia por su guía y experiencia.

Al servicio de salud de personal del H.C.A.M.- I.E.S.S., en particular a Vanesa Bonilla, por su apoyo en el desarrollo de la investigación y a mi amigo Juan Pablo, compañero de ruta y utopias.

PRÓLOGO

Esta obra abarca los conceptos esenciales sobre los desórdenes músculo esqueléticos relacionados con el trabajo, desde una óptica multicausal, estudiamos los factores individuales, los factores de riesgo psicosocial y la carga física del trabajo, como elementos fundamentales en el origen de los mismos, en el personal de enfermería del área de cuidados intensivos.

Es este contexto, los puestos de trabajo de las enfermeras y auxiliares de enfermería presentan altas demandas psicológicas y físicas, en razón del desarrollo de sus actividades diarias, como el manejo de pacientes con autonomía limitada, con escasos recursos organizacionales y que conviven entre el dolor y la muerte.

La información que presentamos a continuación, es parte del trabajo de tesis Doctoral, donde recogimos datos, los procesamos y analizamos, con el propósito de evidenciar una realidad del sector salud, que sin duda, es reflejo de sacrificio y constancia, pero al mismo tiempo sufren un deterioro progresivo de su salud mental y física, más aún en estos momentos que estamos bajo un contexto de pandemia por COVID19. *“Cuidar la salud de quienes cuidan tú salud”* .

Los resultados del estudio, apuntan a la necesidad de una intervención integral y multidisciplinaria, para prevenir los desórdenes músculo esqueléticos; esto no será posible, sin una política pública de salud laboral en beneficio de los trabajadores y servidores públicos, por parte de las máximas autoridades sanitarias y del Estado.

ÍNDICE

I.	Introducción.....	9
II.	Conceptos básicos relacionados con los Desórdenes Músculo Esqueléticos.....	14
III.	Antecedentes científicos sobre los Desórdenes Músculo Esqueléticos.....	18
IV.	Teorización relacionada con los Desórdenes Músculo Esqueléticos.....	46
V.	Resultados de una investigación en personal de enfermería, Quito.....	69
VI.	Estrategía de una intervención ergonómica.....	99
VII.	Referencias.....	109
IX.	Anexos.....	117

INTRODUCCIÓN

La demanda creciente de pacientes, espacios reducidos de trabajo, mala organización del trabajo, adopción de posturas incómodas en la movilización y traslado de pacientes son factores que en los últimos años vienen interviniendo en el aumento de la prevalencia de desórdenes músculo esqueléticos (DME), con los consiguientes costos económicos y sociales para las instituciones de salud (Audrey, 2006).

Los factores de riesgo psicosocial han estado presentes siempre en el trabajo, sin embargo es a partir de los años setenta, que se evidencian a través de diversos estudios que identifican los factores organizacionales del trabajo, basándose en el modelo demanda/control-apoyo social, (Karasek & Theorell, 1990) y el modelo esfuerzo/ recompensa(Siegrist, 1996), los cuales plantean que existen demandas cuantitativas y cualitativas de trabajo que sobrepasan la capacidad de respuesta o control del trabajador y modulado por el apoyo social produciendo un desequilibrio en la homeostasis psicológica y social del trabajador, lo cual se convierte en la base fisiopatológica de enfermedades músculo esqueléticas.

Los factores de riesgo psicosociales que tienen mayor relación con el origen de DME en el personal de enfermería son las altas demandas de trabajo, bajo control y apoyo social (Audrey, 2006); mientras que los factores de carga física que

presentan mayor relación con los DME están la sobrecarga postural, movimientos repetitivos y el levantamiento manual de cargas (Piedrahita, 2004).

Entender con claridad el papel que juegan los factores de riesgo psicosocial en conjunto con la carga física en el desarrollo de DME, es de importancia en la construcción de medidas preventivas integrales que permitan desarrollar programas preventivos eficientes en beneficio del personal de enfermería. Las recomendaciones abordan el diseño de estrategias de intervención ergonómica en el área de cuidados intensivos para prevenir los desórdenes músculo esqueléticos desde el Estado, el hospital y los trabajadores.

Los factores de riesgo psicosocial se han convertido en factores de riesgo importantes en la generación de enfermedades cardiovasculares, hipertensión, ansiedad, depresión, enfermedades gastrointestinales y en los últimos años se los ha relacionado con la aparición de desórdenes músculo esqueléticos, sin embargo aún no está claro el mecanismo fisiopatológico que explica esta relación. Varios modelos han intentado desarrollar una explicación, el modelo biopsicosocial de estrés en el trabajo, la teoría de la hiperventilación, la teoría de la migraña, la teoría del huso muscular y la hipótesis de la Cenicienta, todos ellos abarcan una explicación empírica que conduce al apareamiento de lesiones musculares (Deeney, C., & O'Sullivan, 2009).