



12

meses,
enfermedades
laborales

CCOO
andalucia.ccoo.es

Lesiones Musculoesqueléticas

Edición nº 3.

CCOO Andalucía en el marco de la campaña “**Ponle cara a la Enfermedad. Tu salud no está en Nómina**” denuncia que las enfermedades musculoesqueléticas suponen más del 75,4% de enfermedades laborales en Andalucía.

¿Qué son los trastornos musculoesqueléticos?

Son un conjunto de lesiones inflamatorias o degenerativas de los músculos, tendones, articulaciones, ligamentos y nervios. Generalmente se localizan en la zona del cuello, espalda, hombros, codos, muñecas y manos.

En España, las enfermedades profesionales declaradas con mayor frecuencia, son las denominadas bajo el epígrafe de “**enfermedades profesionales por agentes físicos**”, son los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral.

Estos daños, constituyen también una categoría principal de lesiones no mortales por accidente de trabajo, declaradas bajo el epígrafe de sobreesfuerzos. Por otra parte, se considera que los trastornos musculoesqueléticos son la primera causa de baja relacionada con las condiciones de trabajo, aunque no siempre se reconozcan como de origen laboral. Según el “Estudio de Impacto de la Enfermedades Laborales en Andalucía” en el año 2013 se produjeron en Andalucía 13.158 nuevos casos de enfermedades derivadas del trabajo, siendo las osteomusculares las más numerosas con un del total de 4.210.

Los diagnósticos médicos más comunes son tendinitis, tenosinovitis, síndrome del túnel carpiano, mialgias, cervicalgias, lumbalgias, etc.

El síntoma predominante es el dolor asociado a la inflamación, pérdida de fuerza y disminución o incapacidad funcional de la zona anatómica afectada.

La carga de trabajo físico sería el principal factor responsable de estas lesiones, aunque es conocida la relación íntima que tienen con los riesgos psicosociales.

Según lo comentado anteriormente los trastornos musculoesqueléticos aparecen como uno de los principales problemas que debemos tener siempre presente los delegados y delegadas¹ de CCOO en las empresas.

De hecho la I Encuesta Andaluza de Condiciones de Trabajo, nos desvela la siguiente situación:

El 75,4% de las personas trabajadoras afirman sentir molestias musculoesqueléticas relacionadas con su trabajo; concretamente, un tercio de las personas trabajadoras en Andalucía sufren dolores en la parte baja de la espalda y en la nuca o cuello. Uno de cada cuatro tiene molestias en la parte alta de la espalda y uno de cada cinco se queja de las piernas.

Las demandas físicas de trabajo más frecuentes son: mantener una misma postura (53,3%), realizar movimientos repetitivos de manos o brazos (47,3%), adoptar posturas dolorosas o fatigantes (26,6%), levantar o mover cargas pesadas y realizar una fuerza importante, ambas con un 23,7%.

En cuanto a la posición de trabajo habitual, destacan las personas trabajadoras de Servicios de Restauración, Personales, Protección y Vendedores de los comercios por estar continuamente de pie, así como los Artesanos y Trabajadores Cualificados, mientras que los Científicos e Intelectuales o los Empleados Administrativos, pasan la mayor parte de su jornada sentados. Por otra parte, las personas Trabajadoras No Cualificadas son quienes pasan más tiempo en posturas menos saludables, como agachados con la espalda doblada (37,6%), arrodillados (13%) o en cuclillas (9,4%).

Estos elevados porcentajes obtenidos ponen de manifiesto el alto grado de afectación entre la población trabajadora, constituyendo un claro síntoma de que muchas personas trabajadoras no han alcanzado unas condiciones ergonómicas aceptables en sus empresas.

¹ <http://www.istas.net/web/abreenlace.asp?idenlace=22>

La normativa existente obliga al empresariado a evaluar y controlar los riesgos ergonómicos causantes de las lesiones musculoesqueléticas, pero a pesar de ello la evolución de estas lesiones en los últimos años, ya sean calificadas como accidente de trabajo o como enfermedad profesional, ha seguido una trayectoria ascendente. Por tanto, o bien la normativa no ha resultado suficiente, o bien su aplicación no ha sido eficaz en este aspecto.

Existen también otras alternativas a las prácticas habituales de intervención sobre los riesgos ergonómicos. En este contexto desde CCOO surge el interés a través de ISTAS² de realizar intervenciones basadas en otro tipo de evaluaciones ergonómicas, concretamente en la llamada ergonomía participativa, existiendo pruebas de su efectividad a partir de experiencias desarrolladas en otros países.

El método ERGOPAR³ es un procedimiento de ergonomía participativa desarrollado a partir del conocimiento, experiencia y resultados obtenidos en programas de ergonomía participativa llevados a cabo en otros países, adaptando sus métodos y herramientas al contexto de las empresas españolas.

Es por ello que, se puede considerar que la ergonomía participativa es una estrategia de intervención sobre los riesgos por carga física en los lugares de trabajo que se caracteriza por lo siguiente:

■ **Integrar en la acción preventiva a los distintos agentes dentro de la empresa:**

De forma que capacite a las personas trabajadoras, a sus representantes legales y a los representantes de las empresas para que participen en la identificación de los factores de riesgo y sus causas, que propongan soluciones y valoren la eficacia o no de las medidas preventivas implantadas.

■ **Abordar el riesgo ergonómico:**

Dirigiéndose a la búsqueda de soluciones para el riesgo con mayor impacto en nuestro país, tanto en términos de incidencia como en prevalencia o incapacidad.

■ **Permitir el tratamiento de los problemas ergonómicos** de la empresa sin necesidad de aplicar complicados protocolos técnicos.

En definitiva, el Método ERGOPAR plantea un procedimiento para la prevención de los trastornos musculoesqueléticos distinto al que se lleva a cabo actualmente en las empresas, fundamentado en la participación de las personas trabajadoras y sus representantes legales como piezas clave en la identificación de factores de riesgo y propuesta de medidas preventivas.



CCOO advierte que la enfermedad osteomuscular laboral es la más frecuente, y que se puede prevenir con una adecuada organización del trabajo.

RECONOCER para PREVENIR

Tu salud no está en nómina

Infórmate, denuncia y comparte tu historia en: 902 55 57 57
www.tusaludnoestaennomina.com #misaludno

CCOO advierte que la enfermedad osteomuscular laboral es la más frecuente, y que se puede prevenir con una adecuada organización del trabajo.

RECONOCER para PREVENIR

Infórmate, consulta y comparte tus experiencias en:
tusaludnoestaennomina.com

Servicio de Información y Orientación al Trabajador:
902 555 757

² Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud

³ <http://ergopar.istas.net/quienes-somos/>