

Presentaciones en cartel: *Ergonomía*

Prevalence of musculoskeletal disorders related to ergonomic factors and working conditions in office workers of a distribution center.

Prevalencia de desórdenes musculoesqueléticos relacionados a factores ergonómicos y condiciones de trabajo en oficinistas de un centro de distribución

Ana Carolina Zermeño Hernández ¹, Luz María Rojas Bautista ¹, Francisco Antonio España Fernández ¹

¹ FES Zaragoza, UNAM

Correo electrónico de contacto: ana.zermeno.h@hotmail.com

Palabras clave: Desórdenes musculoesqueléticos, ergonomía, oficinistas, método ROSA, REBA, OWAS

Fecha de envío: 16/06/2023

Fecha de aprobación: 01/09/2023

Introducción

Si el ambiente donde los oficinistas desempeñan sus actividades presenta un inadecuado diseño (mobiliario, silla y equipos electrónicos), esto representa un factor de riesgo para el empleado que puede comprometer su sistema osteomuscular; por ello, el trabajador oficinista adoptará posturas inadecuadas a su plano de trabajo buscando el confort sin darse cuenta de que a medida que pasa el tiempo, se irán produciendo alteraciones posturales en él, pudiéndose empeorar si no se realiza un cambio.

Desde los inicios de esta empresa de distribución, los lugares de trabajo para personal oficinista fueron adecuándose de forma improvisada al espacio y las necesidades de nuevos departamentos, adaptándose inicialmente a sus propios recursos. Por lo anterior, la empresa no ha estructurado los lugares de trabajo conforme a parámetros ergonómicos, esto y, las condiciones de trabajo de cada área de oficinistas han

ocasionado la presencia de malestares musculares e incomodidad en los trabajadores.

Los empleados refieren dolores musculares relacionados al trabajo. Manifiestan no acudir al servicio médico de la empresa a reportar sus molestias por temor a sufrir represalias de su jefe inmediato o incluso perder su trabajo. Por ello, en la empresa no se cuenta con algún registro de estos padecimientos. Con este estudio, pretendo detectar la prevalencia de los desórdenes musculoesqueléticos en trabajadores oficinistas; conocer las consecuencias y/o daños a la salud derivados del trabajo en oficinas, en relación con las condiciones de trabajo y factores ergonómicos del personal de esta empresa de distribución, para crear sugerencias de prevención de estos padecimientos.

Método

Este estudio es de tipo correlacional; la población estudiada será de 116 oficinistas de la cual tomaré una muestra de 90 trabajadores. Las variables para estudiar serán: desórdenes musculoesqueléticos, mobiliario y

Presentaciones en cartel: Ergonomía

posturas forzadas. Serán evaluados con las herramientas: Cuestionario nórdico estandarizado, método ROSA, OWAS y REBA respectivamente.

Procedimiento: Los participantes firmarán un consentimiento informado, se les realizará un cuestionario que incluya los métodos antes mencionados; se realizarán las mediciones correspondientes a su lugar de trabajo; se tomará evidencia de las actividades cotidianas y posteriormente una exploración física. Acto seguido, se analizará la información para el análisis ergonómico y se calculará el riesgo. Finalmente, de acuerdo con los resultados se realizará un plan estratégico de sugerencias para disminuir los riesgos.

Resultados

(Proyecto en desarrollo)

El proyecto lleva un grado de avance del 30%.

Discusión de resultados y conclusiones

Se estima que, la mejora de las condiciones laborales de los oficinistas influya de manera positiva en su bienestar y rendimiento laboral, que se traduce en un mejor desempeño de sus labores.

Referencias

Instituto nacional de seguridad y salud en el trabajo (INSST). (2018). Enciclopedia práctica de medicina del trabajo. Madrid.
[HTTPS://WWW.INSST.ES/DOCUMENTACION/CATALOGO-DE-PUBLICACIONES/ENCICLOPEDIA-PRACTICA-DE-MEDICINA-DEL-TRABAJO-ANO-2019](https://www.insst.es/documentacion/catalogo-de-publicaciones/enciclopedia-practica-de-medicina-del-trabajo-ano-2019)

Salazar, M. A. P. y Restrepo, M. L. S. (2021). Propuesta diseño ergonómico de puestos de trabajo en oficinas de la empresa de aceites y lubricantes. [Tesis de Especialidad, Escuela colombiana de carreras industriales – ECCT].

De Langen. Y PEEREBOOM. (2020). *MUSCULOSKELETAL DISORDERS AND PROLONGED STATIC SITTING*. EUROPEAN AGENCY FOR SAFETY AND HEALTH AT WORK.
[HTTPS://OSHWIKI.OSHA.EUROPA.EU/EN/THEMES/MUSCULO-SKELETAL-DISORDERS-AND-PROLONGED-STATIC-SITTING](https://oshwiki.osha.europa.eu/en/themes/musculoskeletal-disorders-and-prolonged-static-sitting)

Declaración de conflicto de intereses

Los autores de este artículo expresan que no tuvieron ningún conflicto de intereses durante la preparación de este documento ni para su publicación.

Obra protegida con una licencia Creative Commons

