



14

Protocolo de Vigilancia Ocupacional por exposición a factores de riesgo de Trastornos Musculoesqueléticos

Información para jefaturas
CARTILLA TÉCNICA LEGAL

ist
Tu mutualidad!

Producto de la nueva actualización del Protocolo de Vigilancia Ocupacional por Exposición a Factores de Riesgo de Trastornos Musculoesqueléticos, es que se deben dar a conocer los aspectos más relevantes de éste. Uno de los cambios relevantes, es la integración de nuevos factores de riesgo que deben ser identificados, evaluados y, en caso de ser necesario, deberán ser controlados. Estos factores de riesgo, son:

1. Trabajo repetitivo de miembros superiores
2. Postura de trabajo estática (segmento cabeza-cuello, miembros superiores e inferiores)
3. Manipulación o Manejo Manual de Cargas (MMC)
4. Manejo o Manipulación Manual de Personas/Pacientes (MMP)
5. Vibraciones del segmento mano-brazo
6. Vibraciones del cuerpo completo

A continuación, abordaremos una serie de definiciones, responsabilidades y directrices de este nuevo protocolo, para profundizar en los cambios que propone esta actualización.

Exposición a factores de riesgo de Trastornos Musculoesqueléticos

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a un trabajador expuesto a factores de riesgo de trastornos musculoesqueléticos (TME) como aquel individuo que enfrenta condiciones de trabajo que implican una carga física y biomecánica significativa en el sistema musculoesquelético. Estos factores están relacionados con las características del trabajo, como movimientos repetitivos, posturas incómodas o forzadas, manipulaciones de cargas pesadas, vibraciones, falta de descanso.

La exposición continua o recurrente a estos factores de riesgo puede aumentar la probabilidad de desarrollar trastornos musculoesqueléticos, los que se entenderán como relacionados a las condiciones de trabajo.

Se establecen a continuación las definiciones que se considerarán para dar cumplimiento a la vigilancia del ambiente enfocado a los trastornos musculoesqueléticos.



1. Definiciones para el cumplimiento de la Vigilancia del Ambiente y de la salud por exposición a factores de Riesgo de Trastornos Musculoesqueléticos

1.1 Trabajador (a) con presunción de exposición

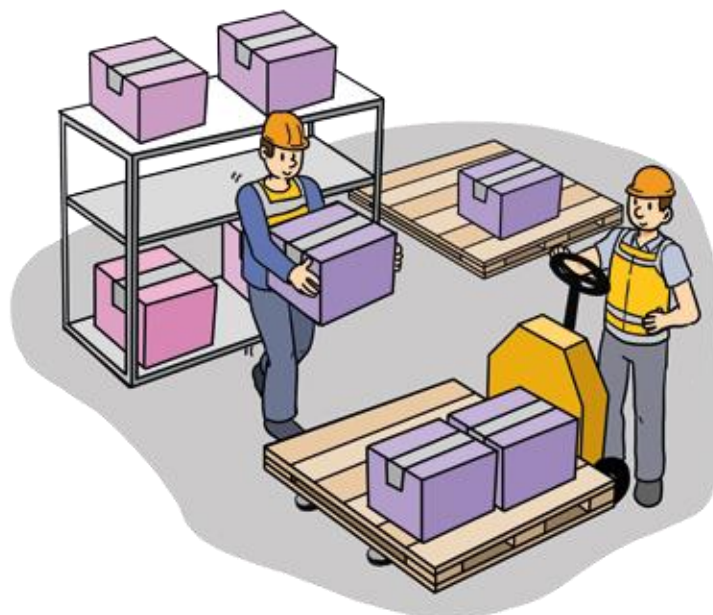
Es aquel o aquellos trabajadores/as que se desempeñan en un determinado puesto de trabajo y que en cuyas tareas, está presente al menos uno de los factores de riesgo asociados a TME, identificados como presentes a través de la tabla de IDENTIFICACIÓN INICIAL de este protocolo.

1.2 Trabajador(a) expuesto(a) donde aplica la vigilancia de salud

Todos/as aquellos/as que se desempeñan en puestos de trabajo donde las condiciones de riesgo resulten **NO ACEPTABLES (CRÍTICO o MEDIO)** en la IDENTIFICACIÓN AVANZADA.

1.3 Grupo de Exposición Similar (GES)

Grupo de trabajadores/as que comparten el mismo perfil de exposición general a un determinado factor de riesgo, debido a la similitud y frecuencia de la(s) tarea(s) que realizan, la similitud de los materiales y procesos con los que trabajan y la similitud del modo en que realiza(n) la(s) tarea(s).



2. Proceso de Vigilancia

Los datos recopilados en el proceso de vigilancia ambiental son analizados y utilizados para informar y guiar la toma de decisiones en materia de políticas públicas, regulaciones ambientales y medidas de prevención y control de la exposición a factores de riesgo musculoesqueléticos.

3. Responsabilidades

3.1 Empleador

El empleador, como lo determina la Ley 16.744 en su Artículo N° 68, deberá:

- Implementar todas las medias de Higiene y Seguridad en el Trabajo que le prescriba el Organismo Administrador de la Ley al que se encuentre adherido.
- Mantener actualizados los programas de gestión del riesgo, donde deben estar considerados los riesgos específicos para los Trastornos Musculoesqueléticos Relacionados con el Trabajo (TMERT).
- De acuerdo al Decreto Supremo N° 40, en su Artículo N° 21, se establece que deberá mantener informados a los trabajadores sobre los riesgos a los que están expuestos y entregarles información sobre cómo prevenirlos.

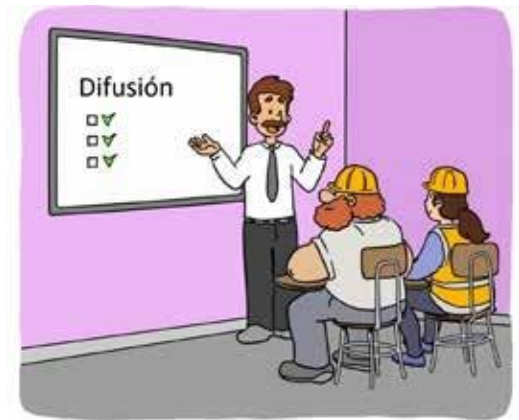
3.2 Organismo Administrador de la Ley 16.744 (O.A.L)

- Desarrollar y establecer los programas de vigilancia del ambiente y de la salud de los trabajadores expuestos a factores de riesgo de TMERT, lo que será fiscalizable por la Autoridad Sanitaria.
- Entregar información solicitada por la Secretaría Regional Ministerial de Salud (SEREMI) respecto de los programas de vigilancia y la gestión de riesgo de las empresas.

4. Difusión

Tanto las entidades empleadoras como los OAL/AD deben generar mecanismos de difusión verificables (correos electrónicos, cartas, campañas de difusión, seminarios, entre otros):

- Los OAL serán los responsables de la difusión de este protocolo a las entidades empleadoras.
- Las entidades empleadoras serán los responsables de la difusión de este protocolo a sus trabajadores(as), sindicatos y Comités Paritarios de Higiene y Seguridad.



Recordar que los trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo son frecuentes y potencialmente discapacitantes, pero aun así pueden prevenirse.

5. Caracterización del puesto de trabajo

Todo puesto de trabajo deberá ser caracterizado con los datos generales del proceso y una descripción de sus tareas.

5.2 Identificación inicial

Inmediatamente después de caracterizar los puestos de trabajo y listar sus tareas, se deberá aplicar a cada puesto de trabajo, las preguntas de IDENTIFICACIÓN INICIAL, con el objetivo de detectar la presencia de factores de riesgo en éste.

- Trabajo repetitivo de miembros superiores.
- Posturas estáticas de trabajo.
- Levantamiento/descenso/transporte/empuje/arrastre de cargas.
- Manejo Manual de personas/pacientes.
- Vibraciones del segmento mano-brazo.
- Vibraciones del cuerpo entero.

5.3 Identificación avanzada

Si en la identificación inicial se detecta algún factor de riesgo presente, se deberán aplicar las tablas de identificación avanzada para definir si cada factor de riesgo se encuentra presente en una condición aceptable o crítica.

En empresas medianas y grandes (mayor o igual a 50 trabajadores), la **IDENTIFICACIÓN INICIAL Y AVANZADA** es responsabilidad de la entidad empleadora. En la micro y pequeña empresa (menor a 50 trabajadores), la **IDENTIFICACIÓN INICIAL** es responsabilidad de la entidad empleadora y la **IDENTIFICACIÓN AVANZADA** debe ser realizada **en conjunto con su OAL/AD**.

Si el resultado de esta aplicación, se identifica como condición no aceptable, se deberá generar una nómina de trabajadores expuestos.

***Identificación avanzada Condición No aceptable**, nos encontramos con trabajadores expuestos y se debe activar la Vigilancia de la Salud. La empresa deberá actualizar la nómina de expuestos cada 4 meses e informar al OAL/AD.

Si resultado de la identificación avanzada arroja que se está frente a una condición no aceptable y, además, no crítica, la condición debe ser considerada como **riesgo Intermedio**. En estos casos, se deberá evaluar la/s tarea/s según metodología de **Evaluación Inicial**.

6. Evaluación inicial y avanzada

El proceso de evaluación es responsabilidad del OAL y debe ser realizada por profesionales que cuenten con las competencias y formación necesaria estipulada en este protocolo.

7. Medidas de control

Las medidas de control deben seguir el principio de jerarquía de control de mayor a menor importancia: Eliminación, sustitución, control técnico, control administrativo, elementos de protección personal (EPP). El diseño e implementación de las medidas preventivas debe conllevar un proceso participativo. Tome en consideración que, cuando exista un incumplimiento en la implementación de las medidas de control preventivas prescritas, el OAL deberá notificar en un plazo de 5 días hábiles a la Autoridad Sanitaria.

8. Vigilancia de Salud

La periodicidad de la evaluación es **cada 6 meses** hasta que el riesgo se encuentre controlado, es decir hasta que los resultados muestren una **CONDICIÓN ACEPTABLE**. Por otro lado, si existe un caso de calificación de Enfermedad Profesional por Patología Musculoesquelética (EP-PME), dicho caso y su Grupo de Exposición Similar deben ingresar inmediatamente a vigilancia de la salud.

Durante la evaluación o entrega de resultados, el OAL/AD deberá **realizar una Consejería de Salud** a los trabajadores(as) expuestos(as), pudiendo realizarla por medios físicos o electrónicos, de manera grupal o individual, debiendo contener al menos los contenidos que se señalan en el protocolo de exposición a factores de riesgo musculoesqueléticos.



9. Programa de Instrucción y Capacitación

La capacitación se podrá impartir de manera presencial o vía e-learning, dependiendo del destinatario: “Trabajadores, Comités Paritarios de Higiene y Seguridad, Sindicatos, Jefaturas, responsable de la implementación (ver protocolo).



10. Medidas Preventivas

Existen algunas medidas preventivas que pueden implementarse y están nombradas en orden de relevancia (controles técnicos y prácticas de trabajo).

10.1 Controles técnicos

- Automatización de la tarea o uso de maquinaria a control remoto para evitar manejo manual de cargas, posturas estáticas y forzadas y movimientos reiterativos.
- Selección de maquinaria y herramientas eficientes para la ejecución de tareas y que no generen trastornos musculoesqueléticos.
- Adecuación o modificación ingenieril de maquinarias, herramientas y procesos, orientados a reducir la velocidad de las tareas, eliminar o reducir la exposición a vibraciones y mejorar las condiciones ambientales.
- Contar con un programa de entrenamiento en el uso correcto y seguro de maquinarias y herramientas, como así mismo, de un programa de revisión y mantenimiento de éstas.
- Considerar la antropometría estática y dinámica como así también la disposición correcta de las estaciones de trabajo durante la planificación o remodelación de un nuevo centro de trabajo.

10.2 Prácticas de trabajo

- Favorecer tareas livianas, donde la acción de fuerza sea mínima en el trabajador y pueda regular el ritmo de su trabajo.
- Realizar rotaciones entre los puestos de trabajo, pero asegurando que las tareas demanden patrones de movimientos distintos, para asegurar la recuperación del trabajador.
- Revisar sistemas de compensaciones de modo que la alternancia en los puestos de trabajo no implique una disminución en las remuneraciones.
- Realizar pausas o periodos de recuperación durante el trabajo, ya sea deteniendo la acción o implementando relevos, para disminuir la exigencia física y mental.
- Alternar tareas con exposición a frío con otras tareas que no presenten este factor.



11. Normativa Legal vigente de interés para la empresa

Acerca de la protección de los trabajadores

“El empleador estará obligado a tomar todas las medidas necesarias para proteger eficazmente la vida y salud de los trabajadores, manteniendo las condiciones adecuadas de higiene y seguridad en las faenas, como también los implementos necesarios para prevenir accidentes y enfermedades profesionales (*Artículo N°184 Código del trabajo*)”.

Acerca de la obligación de informar los riesgos laborales

“El empleador tiene la obligación de informar oportunamente a todos sus trabajadores acerca de los riesgos que entrañan sus labores, de las medidas preventivas y de los métodos de trabajo correctos. Los riesgos son los inherentes a la actividad de la empresa (*Artículo N°21 Decreto Supremo N°40*).

Acerca de la protección de los trabajadores de empresas contratistas

“La empresa está obligada a mantener en los lugares de trabajo las condiciones sanitarias y ambientales necesarias para proteger la vida y la salud de los trabajadores que en ellos se desempeñan, sean dependientes directos suyos o lo sean de terceros contratistas que realizan actividades para ella (*Artículo N°3 Decreto Supremo N°40*).

Para mayor información visite nuestra web: www.ist.cl
o contacte al profesional IST que atiende su empresa.