

Trastornos Musculoesqueléticos de espalda lumbar en trabajadores de la salud de la comuna rural de Til Til¹

Musculo-skeletal disorders of the lower back, in health workers of the rural district of Til-Til

Dr. Christian García Calavaro²
Margarita Switt Riveros³
Ana Ledesma Orellana⁴

Resumen

Se realizó estudio de prevalencia de trastornos de la espalda lumbar entre los trabajadores del Hospital de Til Til y del Departamento de Salud de la Municipalidad de Til Til en el mes de enero del año 2004. Se utilizó el Cuestionario Nórdico Estandarizado específico para estos trastornos.

Un 60% de los trabajadores sufrieron un o más TME de espalda lumbar en los últimos 12 meses; 62% mujeres y 54% hombres. El 7.7% han tenido que variar sus labores a causa de éstos problemas. La duración de los síntomas fue, en su mayoría de 1 a 7 días con un 42%. Once trabajadores (48%) se vieron forzados a reducir su actividad en el trabajo y 10 (43%) en su tiempo libre. Tan solo 3 (13%) encuestados consultaron a un profesional de la salud a causa de TME de espalda lumbar.

Palabras clave: trastorno musculoesquelético, enfermedad laboral, lumbalgia

Abstract

The workers of a rural hospital and a rural clinic were surveyed in order to ascertain the prevalence of low back pain. This was done in January 2004 and the Nordic Standardized Questionnaire designed for this specific problem was applied.

Sixty percent of the workers had suffered one or more episodes of low back pain in the previous twelve months. This percentage was slightly higher among women. A proportion of 7.7% had had to be shifted from their tasks on account of this ailment.; 48 % were forced to reduce their occupational activities, and 43 %, their leisure time activities. In 42% of cases the duration of symptoms was equal to or less than one week. Only 13% visited a health professional on account of low back pain.

Key words: musculo skeletal pathology; occupational disease: lumbar pain

Recibido el 19 de enero, 2007. aceptado el 10 de mayo de 2007.

1 Trabajo ganador III Congreso Nacional de Médicos de Atención Primaria, Valdivia 2006.

2 Consultorio Carol Urzúa. Email: cgarcia@mi.cl

3 Interna Universidad de Chile

4 Interna Universidad de Chile

Introducción

Una enfermedad laboral es definida por la OMS como aquella patología de causa multifactorial que es gatillada o agravada producto del trabajo. Dentro de este grupo de enfermedades los trastornos musculoesqueléticos (TME) son la causa principal de consulta médica, ausencia laboral y pensiones. Se define TME como una alteración que afecta a músculos, tendones, ligamentos, articulaciones, cápsula articular, nervios y/o vasos sanguíneos (1). No son características de eventos agudos como caídas, sino que reflejan un daño que se desarrolla de forma gradual en el tiempo. Por su gran presencia en diversos ámbitos, a los TME los han divididos en distintas entidades y denominado colectivamente de más de 100 formas. Todos son de causa multifactorial donde juegan un rol no solo las afecciones físicas sino también la esfera psicosocial.

Se han establecido factores de riesgo para los TME de origen laboral, separados en dos grupos, Factores de riesgo Físicos y Factores de riesgo del entorno laboral y de la organización. Dentro de los primeros se encuentran: manipular cargas, malas posturas, movimientos repetitivos, esfuerzo físico, presión mecánica directa sobre los tejidos corporales, entorno de trabajo frío y vibraciones corporales. En cuanto al entorno laboral y organización del trabajo influyen el ritmo de trabajo, horario, sistema de retribución, trabajo monótono, fatiga, percepción del trabajador de la organización del trabajo y factores psicosociales (2).

El impacto económico de estas patologías es considerable. De cada 3 dólares empleados en la compensación de trabajadores norteamericanos, uno se ocupa a causa de TME (3). El total estimado en estas compensaciones en EE.UU. es de 15 a 18 billones de dólares anuales, cuadruplicándose este valor si se contabilizan los costos indirectos (contratar y entrenar a nuevo personal).

En distintos países de la UE, los costos de las enfermedades laborales varían entre 2,6 y 3,8%

del PIB. La causa de mayor importancia son los TME con un coste de entre un 0,5 y 2% del PIB dependiendo del país (1).

Dentro de los TME la espalda lumbar es la que da cuenta de la mayor prevalencia en diversos estudios, lo que se relaciona directamente con ciertos trabajos con factores de riesgo físicos mencionados anteriormente.

En la Unión Europea se ha encontrado que un 45% de los trabajadores laboran en condiciones de fatiga donde 30 % presentan dolor de espalda (4).

En EE.UU. se estiman más 600.000 TME en trabajadores al año, que causan lesiones y enfermedades lo suficientemente graves como para resultar en ausencia laboral, siendo el 34% del total de lesiones causantes de días de trabajo perdidos (3;5).

El problema no es ajeno, por cierto, a los trabajadores de la salud encontrando una incidencia de 73% en fisioterapeutas eslovenos (6).

Un 37% de las estudiantes de enfermería de Japón sufren de algún TME siendo el de segunda mayor importancia los de espalda lumbar, después de los de hombros (7,8).

La presente investigación se basa en la importancia de esta patología en los trabajadores, en especial de los de la salud por ser una parte importante de la comunidad estudiada. Al tratarse de una comuna rural, la salud es un motor económico importante como también una fuente de trabajo vital para la comunidad. Es, a su vez, una entidad (tomando en cuenta Consultorio y el Departamento Municipal de Salud) que se relaciona directamente con la población. De ahí la importancia de las patologías que sufren estos "prestadores de servicios sanitarios" sometidos día a día a las exigencias de la población. El objetivo fue describir la frecuencia de TME de espalda lumbar en un grupo de trabajadores de la salud de la comuna rural de Til Til.

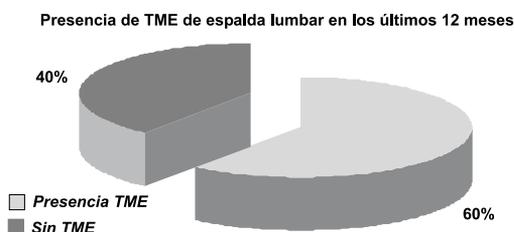
Materiales y métodos

Se realizó estudio de prevalencia entre los trabajadores del Hospital de Til Til y del Departamento de Salud de la Municipalidad de Til Til en el mes de enero del año 2005. Se utilizó el Cuestionario Nórdico Estandarizado específico para trastornos de la espalda lumbar (9).

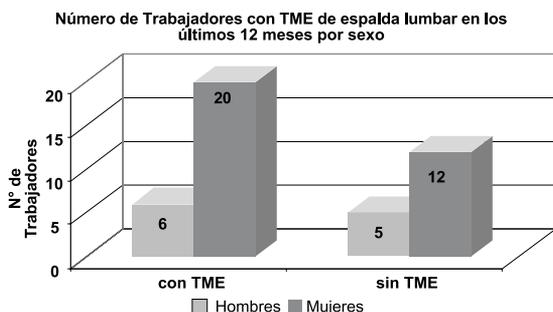
Se realizó la encuesta a un total de 43 trabajadores 17 pertenecientes al departamento de salud municipal y 26 del hospital de Til Til, 32 mujeres, 11 hombres, con un promedio de edad de 41,9 años. Dentro de los trabajadores se incluyeron: personal administrativo, técnicos paramédicos, auxiliares paramédicos, choferes y profesionales de la salud.

Resultados

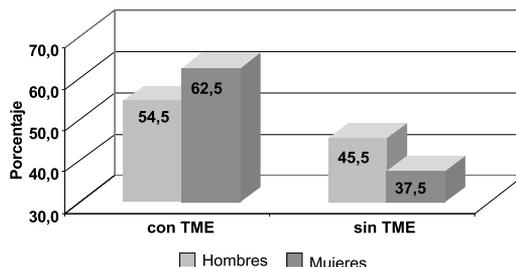
De los 43 trabajadores encuestados 26 (60%) sufrieron un o más TME de espalda lumbar en los últimos 12 meses.



Al analizar por sexo fueron afectadas 20 mujeres, representando el 62,5% de ellas versus 9 hombres (54,5%), diferencia entre los sexos significativa.



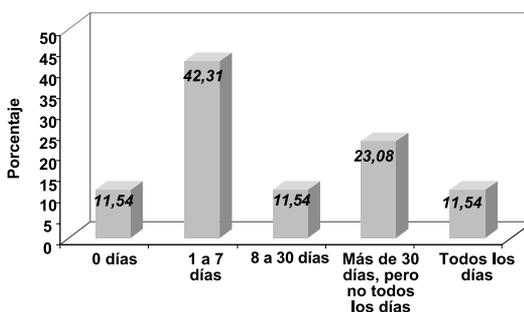
Porcentaje TME de espalda lumbar en los últimos 12 meses por sexo



Del total de afectados 3 (11,5%) fueron a causa de accidentes y solo 2 (7,7%) han tenido que variar sus labores a causa de éstos problemas.

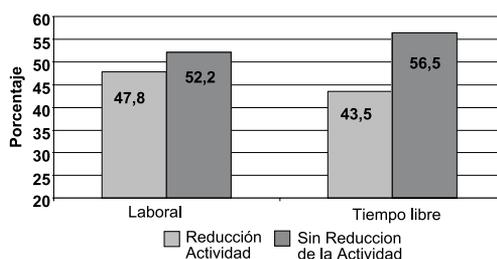
La duración de los síntomas, en su mayoría fueron de 1 a 7 días con 11 trabajadores (42%), secundado por Más de 30 días con 6 personas (23%) y seguido de lejos por cero días, Más de 30 días y 8 a 30 días con 3 encuestados (11%) cada uno.

Duración TME de espalda lumbar en los últimos 12 meses



Once trabajadores (48%) se vieron forzados a reducir su actividad en el trabajo y 10 (43%) en el tiempo libre. Un 30% (8) redujeron ambas actividades.

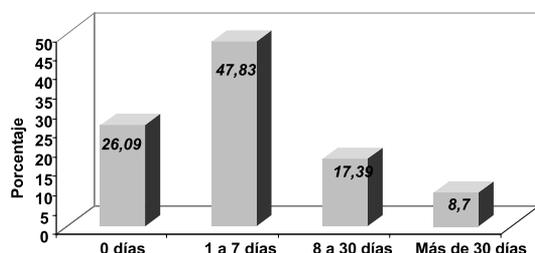
Reducción de las actividades por TME de espalda Lumbar



La duración en que los TME que impiden efectuar normalmente las actividades diarias fue en su mayoría entre 1 a 7 días con 11 afectados (48%), seguido de lejos por cero días con 6 (26%), 8 a 30 días 4 (17) y más de 30 días ambos con 2 trabajadores (9%).

Tan solo 3 (13%) encuestados consultaron a un profesional de la salud a causa de TME de espalda lumbar. En los últimos 7 días 17 (31,6%) personas tuvieron molestias.

Duración de impedimento de actividades normales por TME de espalda lumbar en el último año



Discusión

La prevalencia observada de un 60%, muestra la importancia de esta patología, problema frecuente en todos los países donde se ha estudiado. Afectando en mayor medida al sexo femenino conclusión que debería ser evaluada por futuros estudios con casuística mayor.

A pesar de existir una duración total de los síntomas en su mayoría entre cero a siete días, al igual que la cantidad de días que afectan sobre las actividades laborales, no varían las labores ni consultan a un profesional a causa de las molestias. Nos dan cuenta de una patología a la que se le da poca relevancia a pesar de ser frecuente.

A su vez esta duración de 1 semana junto con una proporción importante de TME en la semana previa al la realización de la encuesta hace pensar que ciertos factores de riesgo podrían estar jugando un rol importante en la aparición de los TME serian los factores de aparición más "aguda" como situaciones de stress dentro de los factores psicosociales,

manipular cargas, malas posturas, esfuerzo físico, etc.

Llama la atención la escasa consulta a profesionales de salud, suponiendo que al ser trabajadores del mismo ámbito tendrían acceso expedito a la consulta profesional.

CONCLUSIÓN

Los TME de espalda lumbar son causa importante de molestias y dolencias en trabajadores, así como de ausencia laboral, licencias y compensación económica. Afectando no solo en la productividad del trabajador, sino también en el entorno psicosocial de éste. En el contexto de los trabajadores de la salud y, sobre todo, en una comuna rural, esto cobra mayor importancia debido a la influencia y al contacto directo que tienen éstos con la población.

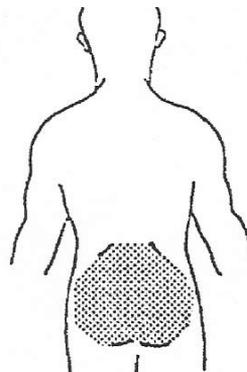
Los TME de espalda lumbar serían frecuentes en trabajadores de la salud de la comuna analizada. Si bien disminuyen las actividades cotidianas y laborales no parecen ser de una gravedad alta al no variar las labores ni tampoco estimular a la consulta profesional, a pesar de tener un acceso expedito e inmediato a ésta. Queda como desafío para futuras investigaciones analizar cuales de los factores de riesgo estarían jugando un papel importante así como la influencia de otros factores, como el sexo o la profesión.

Debemos recalcar la importancia de tomar en cuenta este tipo de patologías y la salud laboral como política dentro de cualquier establecimiento de salud, partiendo en la prevención y educación. Que no solo repercutirá en la productividad, mejor atención y reducción de costos sociales sino también en la calidad de vida y el desempeño profesional de cada individuo.

Referencias

1. Cherry NM, Meyer JD, Chen Y, Holt DL and McDonald JC; The reported incidence of work related musculoskeletal disease in the UK: MOSS 1997-2000; *Occup. Med Bol.* 51(7),450-455,2001
2. Krause-N, Low back pain: physical and psychosocial job factors, NIOSH 2003 Dec; 1-202
3. Zimmermann CL; Cook TM, Rosecrance JC; Work-related musculoskeletal symptoms and injuries among operatin engineers: a review and guidelines for improvement; *Appl Occup Env Hyg* 1997 Jul; 12(7):480-484
4. Booth Jones AD, Lemasters GK; Succop P; Atterbury MR; Bhattacharya A; Reliability of Questionaire Information Measuring Muskuloskeletal Symphthoms and work; *Am Ind Hyg Assoc J* 1998 Jan59(1):20-24
5. Hunting KL, Welch LS, Cuccherini BA, Seiger LA; Musculoskeletal symptoms among electricians; *Am J Ind Med* 1994 Feb; 25(2):149-163
6. Rugelj D Low back pain and other work-related musculoskeletal problems among physiotherapists *Appl Ergon.* 2003 Nov;34(6):635-9.
7. Menzel NN. Back pain prevalence in nursing personnel: measurement issues. *AAOHN J.* 2004 Feb;52(2):54-65
8. Smith DR, Sato M, Miyajima T, Mizutani T, Yamagata Z Musculoskeletal disorders self-reported by female nursing students in central Japan: a complete cross-sectional survey *Int J Nurs Stud.* 2003 Sep;40(7):725-9.
9. Kurionka I, Jonsson B, Kilbom A, Vinterberg H, Biering-Sorensen F, Anderson G and Jorgensen K; Standarises Nordic questionaires for the analysis of musculoskeletal symptoms; *App Ergo* 1987, 18.3,233-237
10. Guías técnicas de la mutual de seguridad de la C.C.C 2003
11. Musculoskeletal Disorders, Construcction Safety Asociacion of Ontario Magazine, Autumn 2000
12. Back pain-clinical assessment *Aust Fam Physician.* 2004 Jun;33(6):393-5, 397-401

ANEXO: CUESTIONARIO NÓRDICO ESTANDARIZADO ESPALDA LUMBAR



Como responder el cuestionario: Para problemas a nivel de la espalda lumbar tome en cuenta las molestias, dolores y disconfort sufridos en la zona punteada. Límitese a esa zona y no cuente los dolores o molestias de las zonas adyacentes del cuerpo. Existe un cuestionario específico para cada zona.

Responda con una cruz en la respuesta más apropiada (una sola respuesta por pregunta). En caso de duda, elija la respuesta que más se acerque a su caso.

1. ¿Ha tenido Ud. Problemas en la espalda lumbar (molestia, dolor, disconfort)?

NO ()

SI ()

Si Ud. respondió NO a la pregunta 1 NO responda las preguntas 2 a la 8

2. ¿Ha sufrido una lesión en la espalda lumbar producto de un accidente?

NO ()

SI ()

3. ¿Ha tenido que cambiar de empleo o cambiar de tareas debido a problemas en la espalda lumbar?

NO ()

SI ()

4. ¿Cuánto ha sido la duración total de sus problemas en la espalda lumbar en el transcurso de los últimos 12 meses?

- 0 días
- 1 a 7 días
- 8 a 30 días
- Más de 30 días, pero no todos los días
- Todos los días

Si Ud. Respondió 0 días en la pregunta 4, NO responde las preguntas 5 a la 8.

5. A raíz de los problemas en la espalda lumbar ¿Se ha visto forzado a reducir su actividad en los últimos 12 meses?

a. En actividades de trabajo (en la casa o fuera de la casa)

NO ()

SI ()

b. En su tiempo libre

NO ()

SI ()

6. En los últimos 12 meses: ¿cuál es la duración

total en que sus problemas en la espalda lumbar han impedido efectuar sus actividades normales (en la casa o fuera de la casa)?

- 0 Días
- 1 a 7 días
- 8 a 30 días
- Más de 30 días

7. En los últimos 12 meses ¿ha consultado a un médico, kinesiólogo u otro especialista por sus problemas en la espalda lumbar?

NO ()

SI ()

8. ¿Ha tenido Ud. Problemas en la espalda lumbar en los últimos 7 días?

NO ()

SI ()