

DOLOR LUMBAR INESPECÍFICO EN EL DOCENTE DE EDUCACIÓN FÍSICA, PELIGRO BIOMECÁNICO ASOCIADO AL PUESTO DE TRABAJO

DOR NAS COSTAS NÃO ESPECÍFICA NO ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, RISCO BIOMECÂNICO ASSOCIADO AO TRABALHO

NONSPECIFIC BACK PAIN IN THE TEACHING OF PHYSICAL EDUCATION AND BIOMECHANICAL RISK ASSOCIATED WITH JOB

Heriberto Téllez Ruíz

Magister en Educación por la Universidad Pedagógica Nacional.

Coordinador de Salud Ocupacional e Higiene industrial en SISOE (S.A.S) Servicios en Salud Ocupacional y Educación.

Grupo de Investigación: Sisoesalud, GPAF Estudios Académicos del Deporte.
sisoesas@gmail.com

Víctor Hugo Duran Camelo

Doctorando en Educación por la Universidad Pedagógica Nacional.

Gerente General de SISOE (S.A.S) Servicios en Salud Ocupacional y Educación.

Grupo de investigación: Sisoesalud, GPAF Estudios Académicos del Deporte.
sisoesas@gmail.com

RESUMEN

La presente reflexión surge de los resultados de investigación del grupo SISOESALUD adscrito a Colciencias y apoyado por la empresa de salud ocupacional Servicios Integrales en Salud Ocupacional y Educación (SISOE - S.A.S), la cual ha explorado las relaciones teóricas existentes entre la labor docente y la salud ocupacional, seguridad en el trabajo y riesgo psicosocial como prioridades en la consecución de la salud integral del trabajador.

La investigación sobre la labor del docente de educación física desde la óptica de la salud ocupacional y la seguridad en el trabajo (Carrasco, M; Vaquero, M y Espino, A. 2009), hacen evidentes distintas problemáticas, riesgos y consecuencias vinculadas a este puesto de

trabajo, en primer lugar, la poca rigurosidad en la aplicación de normas legisladas para este efecto. En segundo lugar, los escasos de estrategias y programas institucionales tendientes a identificar, prevenir, intervenir y mitigar peligros y riesgos laborales. Por último, el desconocimiento que los docentes tiene sobre la jurisprudencia que los cobija en términos de prevención e intervención en salud ocupacional, más aún cuando en el caso particular del docente de educación física, este es considerado un referente institucional en relación con las acciones terapéuticas, promoción de las buenas practicas motoras y posturales, atribuyéndole desde los imaginarios institucionales, inmunidad ante lesiones relacionadas con su puesto de trabajo.

Los escasos estudios que respectan a esta temática, muestran claramente la relación existente entre el peligro biomecánico presente en la especificidad del puesto de trabajo del docente de educación física y el riesgo de sufrir lesiones musculo esqueléticas cómo el dolor lumbar inespecífico (DLI), asociado a la postura durante la jornada laboral o el grado de esfuerzo muscular en las tareas de manipulación realizadas (levantar, transportar, trasladar, soportar, etc.).

El Dolor lumbar inespecífico (DLI), se encuentra incluido como desorden musculo – esquelético en la cartilla: Guía de Atención integral en Salud Ocupacional (GATISO N° 2) del Ministerio de la Protección Social, y directamente relacionado en términos laborales con la manipulación de cargas y adopción de posturas, No obstante, la tabla de enfermedades laborales en Colombia (decreto 1477 de 2014) no contempla la labor del docente de Educación Física como una ocupación expuesta a agentes ergonómicos, ni el dolor lumbar inespecífico (DLI) tan común en este profesional, como una enfermedad asociada a la labor.

Por tal razón es necesario profundizar en la investigación de este campo y en el análisis del puesto de trabajo del docente de educación física con la finalidad de llamar la atención del ministerio del trabajo, empleadores y de los mismos docentes, a fin de poder crear mecanismos que permitan identificar, prevenir, intervenir eliminar y/o mitigar los riesgos de sufrir lesiones incapacitantes como consecuencia de la exposición a peligro biomecánico.

PALABRAS CLAVE: Salud, Riesgo Biomecánico, Docencia.

RESUMO

Esta reflexão vem dos resultados de pesquisa do grupo SISOESALUD Colciencias, ligado e apoiado pela empresa de saúde ocupacional Servicios Integrados de Salud Ocupacional y Educación (SISOE - SAS), que analisou a relação teórica existente entre o ensino e a saúde

ocupacional, segurança no trabalho e risco psicossocial como prioridades para atingir a saúde geral do trabalhador.

A pesquisa sobre o trabalho dos professores em educação física a partir da perspectiva da saúde e segurança ocupacional no trabalho (Carrasco, M; Cowboy, M e Espino, A. 2009). Vários problemas são evidentes, os riscos e as consequências associadas a este trabalho. Em primeiro lugar, a baixa precisão na aplicação de normas legislativas para o efeito. Em segundo lugar, a falta de estratégias destinadas a identificar, prevenir, intervir e mitigar riscos e programas institucionais de riscos ocupacionais. Finalmente, a ignorância que os professores têm sobre a jurisprudência que os protege em termos de prevenção e intervenção em saúde ocupacional, especialmente quando no caso do professor de educação física, este é considerado uma referência institucional em relação às ações terapêuticas, promoção de boas práticas motoras e posturais, atribuindo a partir de imunidade imaginário institucional relacionado com os seus acidentes de trabalho

Os poucos estudos sobre este assunto mostram claramente a relação entre o perigo biomecânico presente no posto de trabalho específico dos professores de educação física e o risco de lesões músculo-esqueléticas como dor lombar inespecífica (DLI) associados à postura durante as horas de trabalho ou o grau de esforço muscular em tarefas de movimentação realizados (levantar, carregar, transferência, posse, etc.).

A dor lombar inespecífica (DLI) é incluída como desordem muscular - esquelética no texto: Guia de atendimento integral em Saúde do Trabalhador (GATISO No. 2) do Ministério da Proteção Social, e diretamente relacionada aos termos de emprego com a manipulação cargas e postura. No entanto, a tabela de doenças ocupacionais na Colômbia (Decreto 1.477 de 2014) não inclui o trabalho dos professores de educação física como uma ocupação exposta a agentes ergonômicos, nem a DLI tão comum em estes profissionais, como uma doença associada com o trabalho.

Por esta razão, é necessário promover a pesquisa neste domínio da análise do trabalho do professor de educação física, a fim de chamar a atenção do Ministério do Trabalho, os empregadores e os próprios professores, a fim de criar mecanismos para identificar, prevenir, intervir eliminar e/ou reduzir os riscos de lesões incapacitantes, como resultado da exposição ao risco biomecânico.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde, risco biomecânico, ensino.

ABSTRACT

This study was derived from the results of research conducted by SISOESALUD Colciencias group supported by the company's occupational health Integrated Occupational Health Services and Education (SISOE - SAS), which explored the existing theoretical relationship between teaching and occupational health, safety at work and psychosocial risk as priorities in achieving the overall health of the worker.

First, research investigating the work of teachers in physical education from the perspective of occupational health and safety at work (Carrasco, M; Cowboy, M and Espino, A. 2009) has revealed various problems, risks and consequences associated with this job, and the poor accuracy of the application of legislated standards for this purpose. Second, there is a shortage of strategies designed to identify, prevent, intervene and mitigate the hazards and occupational hazards associated with institutional programs. Finally, there is a lack of knowledge of teachers regarding jurisprudence in terms of prevention and intervention in occupational health, especially in the case of physical education teachers, which is considered an institutional reference in relation to therapeutic actions, promoting good motor and postural practices, and mitigating the risk of workplace injuries.

The few studies on this subject clearly showed a relationship between the present biomechanical opponent specificity of the job of teaching physical education and the risk of musculoskeletal injuries and the specific LBP (DLI) associated with posture during working hours or the degree of muscle effort in handling tasks performed (lifting, carrying, transferring, holding, among others).

specific low back pain (DLI) is included as a muscle disorder - Skeletal in the primer: Guide Comprehensive care in Occupational Health (GATISO No. 2) of the Ministry of Social Protection, and directly related to employment terms regarding handling loads and posture; however, the table of occupational diseases in Colombia (Decree 1477 of 2014) does not include the work of teachers of physical education as an occupation that is commonly exposed to ergonomic agents or specific LBP (DLI).

Thus, further research in this field and analyses of the job of teaching physical education are needed to gain the attention of the ministry of labor, employers and teachers themselves, to identify, prevent, intervene eliminate and / or mitigate the risks of disabling injuries as a result of exposure to biomechanical risk.

KEY WORDS: health, biomechanical risk, teaching.

REFERENCIAS

1. Andrade J Y Gómez, I. (2008). Salud laboral. investigaciones realizadas en Colombia, Colombia: pontificia universidad javeriana, Pensamiento Psicológico, Vol. 4, Núm. 10, Pp. 9-25.
2. Botero, A. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y "burnout" en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. Cali, Colombia: Universidad Del Valle, Cuadernos De Administración, Vol 28, Núm. 48, Pp. 117-132.
3. Carrasco, M., Vaquero, M., & Espino, A. (2009). Patologías físicas sufridas por los profesores de Educación Física de E.S.O de la provincia de Jaén en su lugar de trabajo. Retos. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte Y Recreación, No. 16, 118-121. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732281024>
4. Charria, O; Victor, S; Kewy, V Y Arenas, O (2011). Factores de riesgo psicosocial laboral: métodos e instrumentos de evaluación, Colombia: Universidad De Antioquia Revista Facultad Nacional De Salud Pública. Vol. 29, Núm. 4, Pp. 380 – 391.
5. Duque, F. (2005). Factores de riesgo psicosocial, asociados a la ansiedad y depresión en los trabajadores administrativos de una institución de educación superior en Pereira, 2003. Colombia: Universitaria Del Área Andina, Revista Investigaciones Andina, Vol 7 Núm. 10, Pp. 64-68.
6. Garrido, P; Uribe, R. Y Blanch, J. (2011). riesgos psicosociales desde la perspectiva de la calidad de vida laboral. acta colombiana de psicología, Colombia: Universidad Católica De Colombia, Vol. 14, Núm. 2, Pp 27-34,
7. Lozada, M. (2005). ¿La docencia un riesgo para la salud? , avances en enfermería, Vol XXIII No. 1
8. Matabanchoy, S. (2012) Salud en el trabajo. Rev Univ. Salud 15(1): 87-102.
9. Mateos, M. 2006. M.P Dolencias profesionales del profesorado de educación física, derivadas de su labor docente, en España. Rev. Int, Med. Cienc.Act.Fis.Deporte – Vol. 6 – Numero 23.
10. Pachón, O. (2011) Distribución de diagnósticos y su relación con los factores demográficos en el docente del magisterio En El 2010. Bogotá: Universidad El Rosario

REFERENTES LEGALES

1. Decreto 1477 (2014). Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales
2. Decreto 614 (1984). Bases para la administración de la salud ocupacional en el país.
3. Decreto Ley 1295 (1994). organización y administración de los riesgos profesionales en el país

4. Decreto 873 (2001) Por Lo Cual Se Promulga El Convenio 161 Sobre Los Servicios De Salud En El Trabajo.
5. Decreto 2566 (2009) Tabla de enfermedades laborales en Colombia.
6. Ley 9 (1979) Medidas Sanitarias.
7. Ley 100 (1993) Por la cual se crea el sistema de seguridad social integral
8. Ley 181 (1995) Ley del Deporte.
9. Ley 1355 (2009) Orientación De Las Administradoras De Riegos Profesionales,
10. Ley 1562 (2012) donde se establece el fomento de estilos de trabajo y de vida saludables de acuerdo con los perfiles epidemiológicos de las empresas.
11. Norma Gatiso (2007) Guía de atención integral de salud ocupacional basada en la evidencia para desórdenes musculo esquelética (DME) relacionados con movimientos repetitivos de miembros superiores (síndrome de túnel carpiano, epicondilitis y enfermedad de de quervain), Ministerio De Protección Social – Universidad Javeriana.
12. Norma Gatiso (2007) Guía de atención integral de salud ocupacional basada en la evidencia para hombro doloroso relacionado con factores de riesgo en el trabajo, ministerio de protección social – Universidad Javeriana.
13. Norma Gatiso (2007) Guía de atención integral de salud ocupacional basada en la evidencia para dolor lumbar inespecífico y enfermedad discal relacionados con manipulación manual de cargas y otros factores de riesgo en el lugar de trabajo, Ministerio De Protección Social – Universidad Javeriana.
14. Resolución 2646/2008: se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.