

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	1 de 19


1. OBJETIVO:	<p>Objetivo general</p> <p>Proporcionar elementos y herramientas que permitan definir e implementar estrategias orientadas a la prevención de los desórdenes musculo-esqueléticos relacionados con el trabajo y su impacto sobre la calidad de vida de los trabajadores y la productividad de la empresa SERVICIOS AMBIENTALES S.A E.S.P.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las condiciones de trabajo que puedan afectar al sistema músculo esquelético de los trabajadores expuestos a los riesgos asociados al peligro biomecánico de los cargos operativos y administrativos. • Evaluar las condiciones de salud con el fin de detectar los posibles casos con lesiones osteomusculares y determinar la conducta a seguir. • Intervenir los riesgos asociados al peligro biomecánico teniendo en cuenta la identificación y evaluación de las condiciones de salud y trabajo. • Promover en los trabajadores hábitos orientados a fortalecer factores protectores frente a los desórdenes musculo-esqueléticos. • Disminuir o evitar la progresión de las lesiones en los trabajadores que presentan patología musculo esquelética. • Promover y mantener la calidad de vida y la productividad de los trabajadores afectados por desórdenes musculo esqueléticos
2. ALCANCE:	<p>Todas las personas que se encuentren expuestas al factor de riesgo osteomuscular o biomecánico en la empresa SERVICIOS AMBIENTALES S.A E.S.P.; incluyendo en actividades de prevención como capacitaciones al personal temporal.</p> <p>Se realizará inicialmente el diagnóstico integral de condiciones de salud y de trabajo, para la identificación de áreas críticas, mediante el análisis documental de ausentismo, accidentalidad, matriz de peligros, resultados de exámenes médicos periódicos y de ingreso entre otros. Así mismo se evaluarán las condiciones de trabajo, mediante la aplicación de metodologías para cuantificar el nivel de riesgo para carga</p>

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	2 de 19

	<p>física, metodología JSI y listas de chequeo para puestos operativos.</p> <p>Al identificar áreas/puestos críticos y clasificar a los trabajadores de acuerdo con el nivel de riesgo, se implementarán estrategias y medidas de control administrativas de diseño y prácticas seguras, como programa de rotación entre puestos de trabajo, modificación en el diseño y ubicación de herramientas y elementos requeridos para la labor, implementación de escuelas Osteomusculares encaminadas a socializar temas relacionados con factores de riesgo y protectivos para la prevención de patologías relacionadas con miembros superiores y columna, actividad física, pausas activas, además de la socialización de estándares ergonómicos y la observación de comportamientos.</p>
3. POBLACIÓN OBJETO DE VIGILANCIA	<p>Se define como universo de vigilancia a todos los trabajadores expuestos a factores de riesgo ocupacional, asociado con la presentación de las patologías mencionadas y de acuerdo con lo definido por la Guías de atención en salud ocupacional. Sin embargo, se definirán prioridades de atención de acuerdo con las condiciones de trabajo encontradas y las condiciones de salud de la población expuesta.</p>
4. RESPONSABLE:	<p>Empresa</p> <p>La aplicación de este procedimiento será promovida por la gerencia de la empresa, con la asignación de responsabilidades a los responsables de Gestión Humana y Seguridad y salud en el trabajo, y a los jefes o supervisores de área. Igualmente, en lo relacionado con el diagnóstico, la calificación de origen, el tratamiento y la rehabilitación se consideran como responsables a los diferentes actores del sistema de seguridad social, EPS, IPS, ARL, Juntas de calificación.</p> <p>Jefes y/o supervisores de área</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cumplir y hacer cumplir las normas, procedimientos e instrucciones estandarizados en el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo que apliquen al programa. • Proponer estrategias de intervención para el control del riesgo por carga física de acuerdo a su conocimiento de las áreas.

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	3 de 19

	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar y fomentar la práctica de procedimientos seguros de trabajo buscando el control del riesgo. • Informar de manera inmediata si se presentan situaciones que aumentan los niveles de exposición al peligro en su área o si detectan empleados con posibles problemas de salud. • Cumplir las recomendaciones de seguridad y salud en el trabajo para el control del riesgo. • Facilitar la asistencia de los trabajadores a los eventos de educación y formación programadas <p>Gestión Humana, Área SST Y Medicina Laboral.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coordinar la realización de las encuestas de morbilidad sentida, evaluaciones osteomusculares y análisis de puesto de trabajo de la población expuesta. • Mantener actualizada la base de datos de las Encuestas de morbilidad sentida. • Mantener actualizada la base de datos de los expuestos al factor de riesgo biomecánico. • Garantizar que las actividades (capacitaciones, formaciones) del programa de vigilancia se incluyan y ejecuten de acuerdo a los cronogramas. • Estudiar la viabilidad de las medidas correctivas propuestas para mejorar condiciones ergonómicas desfavorables identificadas en los puestos de trabajo. • Gestión humana participará en el diseño e implementación de controles organizacionales. • Realizar seguimiento y verificar el cumplimiento de las recomendaciones. • Atender las solicitudes de las dependencias y personas que requieran evaluaciones y conceptos relativos a condiciones ergonómicas desfavorables. • Coordinar las acciones de formación relacionadas con el factor de riesgo. • Establecer las acciones disciplinarias requeridas para las personas que incumplan con lo estipulado en este Programa de Vigilancia.
--	---

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	4 de 19

	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionar las mejoras a los puestos de trabajo recomendadas. • Reportar las modificaciones que realicen a los puestos de trabajo, con el fin de verificar la presencia de una nueva condición ergonómica desfavorable. <p>Trabajadores</p> <ul style="list-style-type: none"> • Suministrar información clara, veraz y completa sobre su estado de salud • Diligenciar la encuesta de morbilidad sentida. • Cumplir la cita para la realización de evaluación osteomuscular. • Asistir a las formaciones programadas y cualquier otra actividad relacionada con el control de factor de riesgo. • Cumplir las recomendaciones emitidas posteriores a la evaluación osteomuscular. • Implementar los cambios que le correspondan sugeridos en la evaluación del puesto de trabajo. • Realizar las Pausas Activas. • Tener compromiso con el cuidado integral de su salud.
--	--

5. DEFINICIONES:

Antropometría: Disciplina que describe las diferencias cuantitativas de las medidas del cuerpo humano, sirve de herramienta a la ergonomía en la adaptación del entorno a las personas.


Carga De Trabajo: Medida cualitativa y cuantitativa del nivel de actividad (física, fisiológica, mental) que el trabajador necesita para realizar su trabajo

Carga Física: Conjunto de requerimientos físicos a los que está sometido el trabajador en su jornada laboral. (Fundación MAFRE 1998)

Carga Física Dinámica: Indicador de riesgo de carga física, definida por movimientos repetitivos y sobreesfuerzos.

Carga Física Estática: Indicador de riesgo de carga física, definida por posturas inadecuadas de pie, sentado, entre otras (extremas, forzadas, sostenidas, prolongadas o mantenidas).

Ciclo De Trabajo: Sucesión de acciones técnicas que se repiten de la misma manera

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	5 de 19

Condición Física: Capacidades físicas representadas en la fuerza, resistencia, coordinación, flexibilidad y velocidad.

Control De Cambios: Evitar las condiciones ergonómicamente desfavorables en los nuevos proyectos o en procesos, que se cumpla de forma sostenida en el tiempo.

Deficiencia: Toda pérdida o anomalía de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica, que pueden ser temporales o permanentes.

Desórdenes Musculo esqueléticos (DME): los DME comprenden un grupo heterogéneo de diagnósticos que incluyen alteraciones de músculos, tendones, nervios, vainas tendinosas, síndrome de atrapamientos nerviosos, alteraciones articulares y/o neurovasculares debidas a múltiples factores.

Discapacidad: Toda restricción, disminución o ausencia de la capacidad para realizar una actividad, dentro del margen que se considera normal para el ser humano.

Dolor Lumbar Inespecífico: Sensación de dolor o molestia localizada entre el límite inferior de las costillas y el límite inferior de los glúteos, el cual no se debe a fracturas, traumatismo, enfermedades sistémicas o compresión radicular.

Enfermedad De Quervain: Es la tenosinovitis estenosante del primer compartimento dorsal de la muñeca

Epicondilitis: Lesión tendino perióstica de la inserción de músculos a nivel del codo.

Ergonomía: Ciencia que estudia la relación del hombre y el trabajo

Factor De Riesgo: Aspectos de la persona (comportamiento, estilo de vida, característica física, mental, fisiológica y hereditaria) de las condiciones de trabajo y del ambiente extra laboral que han sido asociadas con las condiciones de la salud del trabajador a través de estudios epidemiológicos.

Factores De Riesgo De DME: aquellos atributos, variables o circunstancias inherentes o no al individuo que están relacionados con los fenómenos de salud y que determinan en la población trabajadora expuesta a ellos, una mayor probabilidad de ocurrencia de DME.


Hombro Doloroso: Sintomatología dolorosa de las articulaciones esternoclavicular, acromio clavicular y glenohumeral, junto a ligamentos, tendones músculos y otros tejidos blandos, que se presentan conexos a trabajo repetitivo sostenido, posturas incómodas y carga física del hombro.

Manipulación manual de cargas: Es cualquier actividad en la que se necesite ejercer el uso de fuerza por parte de una o varias personas, mediante las manos o el cuerpo, con el objeto de levantar, sostener, transportar, empujar o halar cualquier carga con peso mayor a 3kg.

Movimientos Repetitivos: Característica de una tarea en la que el trabajador repite el mismo ciclo, acciones técnicas y movimientos continuamente durante una parte significativa de una jornada de trabajo.

Peligro: Fuente de daño potencial o situación con potencial para causar pérdida.

Postura Prolongada: Cuando se adopta la misma postura por más de 6 horas (75%) de la jornada

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	6 de 19

laboral.

Postura: Se define como la ubicación espacial que adoptan los diferentes segmentos corporales o la posición del cuerpo como conjunto. En este sentido, las posturas que usamos con mayor frecuencia durante nuestra vida son la posición de pie, sentado y acostado.

Posturas Anti-gravitacionales: Posición del cuerpo en contra de la fuerza de gravedad.

Posturas Mantenidoas: Cuando se adopta una postura biomecánicamente correcta por 2 horas continuas o más, sin posibilidad de cambios. Si la postura es biomecánicamente incorrecta, se considerará mantenida cuando se mantiene por 20 minutos o más.

Sobreesfuerzo: Los sobreesfuerzos son la consecuencia de una exigencia fisiológica excesiva en el desarrollo de fuerza mecánica para realizar una determinada acción de trabajo. El sobreesfuerzo supone una exigencia de fuerza que supera a la considerada como extremo aceptable y sitúa al trabajador en niveles de riesgo no tolerables.

Síndrome Del Túnel Carpiano: Es la neuropatía por compresión del nervio mediano a través del túnel carpiano.

Trabajo Remoto: Es una modalidad de empleo organizada, colaborativa y planificada, que permite trabajar desde el hogar, oficinas compartidas (Coworking) o cualquier lugar diferente a una oficina y en la mayoría de casos no obedece a horarios definidos sino a tareas u objetivos a cumplir.

Trauma Acumulado: Este concepto indica que la lesión se ha desarrollado gradualmente a través de un periodo de tiempo, como resultado de un esfuerzo repetido de alguna parte del cuerpo.


Vibración: Se presenta cuando la energía mecánica de una fuente oscilante es transmitida a otra estructura. Cada estructura tiene su propia vibración, incluso el cuerpo humano. Cuando se aplican vibraciones de la misma frecuencia por largos periodos de tiempo, se produce la resonancia (amplificación) de esa vibración ocasionando a menudo efectos adversos.

Vigilancia De Las Condiciones De Salud: Aquellas estrategias y métodos para detectar y estimar sistemáticamente los efectos en la salud de los trabajadores derivados de la exposición laboral a factores de riesgo.

Vigilancia De Las Condiciones De Trabajo: Aquellas estrategias y métodos para detectar y estimar sistemáticamente la exposición laboral acumulada del trabajador, de un grupo de trabajadores en un puesto de trabajo, área o sección de una empresa.

6. JUSTIFICACION

Los desórdenes músculos esqueléticos (DME), son un grupo de problemas que afectan de forma importante la salud de los trabajadores en Colombia y en el mundo. De acuerdo con la segunda encuesta nacional de las condiciones de salud y el trabajo en Colombia, los factores de riesgo más frecuentemente mencionados con las condiciones de trabajo, fueron los ergonómicos

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	7 de 19

(movimientos repetitivos, posturas mantenidas, posturas que producen cansancio o dolor, trabajo monótono, cambios en los requerimientos de tareas, manipulación y levantamiento de pesos)¹.

Las condiciones ergonómicas desfavorables presentes en el medio laboral facilitan la aparición de las afecciones del sistema músculo esquelético, las cuales deben ser estudiadas como un síndrome complejo y multicausal que requiere de una vigilancia epidemiológica de su efecto temprano sobre un trabajador sano.²

La vigilancia epidemiológica entonces, constituye una estrategia que permite identificar e intervenir los factores de riesgo que ocasionan enfermedades laborales, que requiere de un sistema de información organizado para la toma de decisiones para el control de los riesgos resultantes de las evaluaciones de las condiciones de trabajo y de la salud.


SERVICIOS AMBIENTALES S.A E.S.P. está interesado en mejorar las condiciones laborales y de salud de sus trabajadores, con el fin de optimizar la calidad de vida de los empleados de la empresa, por tanto se hace indispensable contar con un sistema de vigilancia epidemiológica que permita realizar un seguimiento y evaluación de los diferentes puestos de trabajo para garantizar el bienestar de sus trabajadores, mejorando a su vez el desarrollo empresarial y previniendo el desarrollo de patologías osteomusculares.

7. MARCO LEGAL


Norma	Artículos o nivel de referencia	Vigencia	Emitida por	Requisito legal o exigencia legal
Ley 9 de 1979	Título III	Si	Congreso de Colombia	Reglamentación sobre agentes químicos, biológicos y físicos.

¹ Ministerio de Trabajo, 2013.

² Ministerio de Protección Social, 2006

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	8 de 19

Resolución 2400 de 1979	176	Si	Ministerio de trabajo y seguridad social	En todos los establecimientos de trabajo en donde los trabajadores estén expuestos a riesgos físicos, mecánicos, químicos, biológicos, etc., los patronos suministrarán los equipos de protección adecuados, según la naturaleza del riesgo, que reúnan condiciones de seguridad y eficiencia para el usuario.
Resolución 1016 de 1989:	10	Si	Ministerio de trabajo y seguridad social	Subprogramas Medicina Preventiva y del Trabajo, Higiene y Seguridad Industrial.
Resolución 0312 de 13/02/2019	Capitulo III y IV	Si	Ministerio de trabajo	Por la cual se definen los Estándares Mínimos del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST
Resolución 2346 de 2007	4 y 7	Si	Ministerio de la protección social	Evaluaciones ocupacionales
Ley 1562 de 2012	4	Si	Congreso de Colombia	Enfermedad laboral
Decreto 1072 de 2015-	Artículo 2.2.4.6.24.	Si	Ministerio de trabajo	Medidas de prevención y control (decreto 1443 de 2014)
GTC 290 2018	Toda	Si	Icontec	Documento de aplicación de normas nacionales sobre manipulación manual (NTC 5693-1, NTC 5693-2 y NTC 5693-3) y evaluación de posturas de trabajo estáticas (NTC 5723)
Ley 2088 de 2021	Artículo 12, 13	Si	Ministerio de trabajo	Por la cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	9 de 19

8. METODO

Inicia con el proceso diagnóstico de las condiciones de salud, trabajo y organizacionales, incluye la definición de objetivos y estrategias particularizados a la problemática, la implementación de las estrategias, la detección precoz de los casos, el diagnóstico y la calificación de origen, el tratamiento y la rehabilitación de los trabajadores afectados y finalmente el seguimiento a los indicadores que miden el impacto y la gestión del sistema. Enmarcado en un sistema de mejora continua se espera su ajuste permanente mediante procesos de verificación.

9. PROCEDIMIENTO

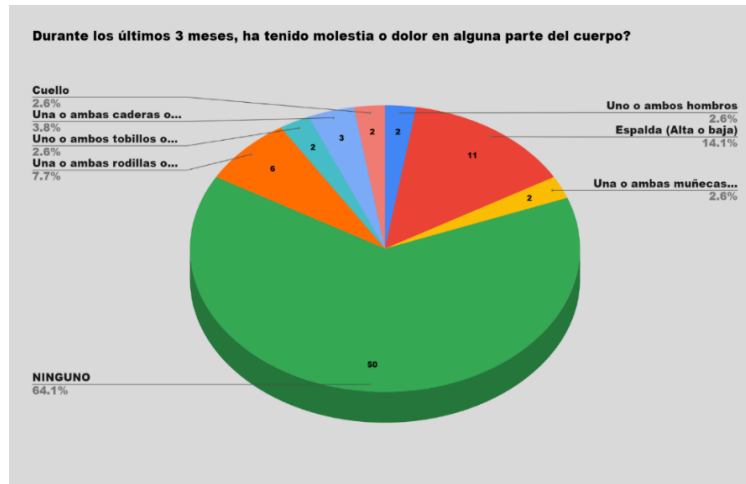
9.1 DIAGNÓSTICO DE LAS CONDICIONES DE SALUD Y DE TRABAJO


9.1.1 Diagnóstico de las condiciones de salud de la población expuesta

Se realizará de manera anual el análisis de los sistemas de información para la identificación de casos según la clasificación establecida en el punto 9.1.2; se utilizarán como fuentes de información la lista a continuación (Ver Anexos)

- Caracterización de la accidentalidad por sobreesfuerzo
- Ausentismo por causa médica, haciendo especial énfasis en los diagnóstico definidos como críticos (Ver anexo)
- Exámenes médicos ocupacionales
- Evaluaciones osteomusculares
- Informe de las condiciones de Salud
- Reporte de síntomas: cuestionario nórdico.

Teniendo en cuenta el cuestionario de síntomas base, Se definen como zonas corporales de mayor afectación:



	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	10 de 19

GENERO	# TRABAJADORES
Cuello	2
Espalda (Alta o baja)	11
Ninguno	50
Una o ambas caderas o muslos	3
Una o ambas muñecas o manos	2
Una o ambas rodillas o pantorrillas	6
Uno o ambos hombros	2
Uno o ambos tobillos o pies	2

ACTIVIDAD	PARTICIPANTES	PERIODICIDAD
Evaluación Osteomuscular	<p>Todos los trabajadores que reporten síntomas osteomusculares en los últimos seis meses se le deben realizar una evaluación osteomuscular inmediata.</p> <p>Apoyada en la realización de la evaluación médica periódica.</p> <p>Para el personal administrativo se realizará la evaluación de manera bianual.</p>	El establecido en el profesigramas.
Remisión a la EPS: Cuando un trabajador tiene como diagnóstico de susceptibilidad (Sintomático) debe ser remitido a la EPS.	Personas con Diagnóstico susceptibilidad: Sintomático	Según resultado del Diagnóstico susceptibilidad.

9.1.2 Definición de caso


Se incluyen como definición de caso las siguientes patologías, de acuerdo con lo propuesto por las Guías de atención en salud ocupacional del Ministerio de protección social.

Lesiones musculo esqueléticas de miembro superior: Síndrome del túnel del carpo, tenosinovitis de D'Quervain, epicondilitis, hombro doloroso.

Dolor lumbar inespecífico.

Para las diferentes patologías se clasifica a la población en tres niveles de afectación de acuerdo con las mencionadas guías:

- NO CASO: Sanos, sin ningún hallazgo en su evaluación médica.
- SINTOMATICOS: signos y síntomas sugestivos de lesión ME en los últimos 3 meses.
- CASOS: Enfermos, Diagnóstico médico de lesión, enfermos laborales calificados por junta nacional.

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	11 de 19

9.1.3 Diagnóstico de las condiciones de trabajo

A través de la identificación de peligros, evaluación y control de riesgos, es posible obtener el diagnóstico de las condiciones de trabajo, las cuales son un conjunto de variables subjetivas y objetivas que definen la realización de una labor concreta y el entorno en que ésta se realiza. Además, el análisis incluye revisión de aspectos relacionados con la organización, la tarea, el ambiente, los instrumentos y materiales que pueden determinar o condicionar la situación de salud de las personas.

En este orden de ideas para identificar las condiciones de riesgo se tomarán como referencia:

Matriz de identificación y valoración del riesgo

Inspecciones de puestos de trabajo o resultados de metodologías aplicadas.


Teniendo en cuenta el diagnóstico integral de salud y trabajo realizado en el 2024, Se definen como cargos críticos prioritarios de vigilancia epidemiológica los siguientes:

tabla 1. distribución por cargo

CARGO	EVENTOS	DIAS INCAPACIDAD
OPERARIO DE ESTACIÓN DE TRANSFERENCIA	2	5
SUPERVISOR DE OPERACIONES	1	5
OPERARIO DE BARRIDO	2	3
Total general	5	13

ACTIVIDAD	DIRIGIDO A	SEGUIMIENTO
Inspección ergonómica de puestos de trabajo Se empleará la lista de chequeo para puestos de trabajo.	Puestos de trabajo en los cuales los trabajadores reportan condiciones ergonómicamente desfavorables a través de encuesta de síntomas, evaluación osteomuscular, reporte de condiciones	Los resultados de las inspecciones se consolidarán en la Matriz de mejoras para su seguimiento al cierre de las condiciones ergonómicamente desfavorables

9.2 INTERVENCIÓN

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	12 de 19


9.2.1 Vigilancia de la salud de los trabajadores

Los trabajadores que ingresan al SVE serán los que resulten con hallazgos positivos para patología osteomuscular en exámenes médicos periódicos y quienes resulten con caso probable o caso en la evaluación osteomuscular.


El seguimiento se realizará de acuerdo con la categorización de:

- No caso: se continúa con encuestas de síntomas cada año.
- Caso probable: cada 6 meses hasta el cierre por alta médica.
- Caso: cada tres meses, de acuerdo con la vigencia de recomendaciones médicas

TIPO	CARACTERÍSTICAS	INTERVENCIÓN		
		Trabajador	Puesto de trabajo	Organización
No Caso	<p>Sin síntomas Musculo-esqueléticos,</p> <p>Pruebas musculo-esqueléticas negativas</p> <p>No existen incapacidades por causa osteomuscular en el último año; sin embargo, cuentan con condiciones individuales asociadas o se encuentran expuestos a factores de riesgo por carga física.</p>	<p>1. Capacitación: en estilos de Vida saludable (Nutrición, descanso, actividad Física), inducción en riesgo por carga física en las labores asignadas</p> <p>sensibilización en mecánica corporal e higiene postural en el puesto de trabajo.</p> <p>2. Evaluación OTM Periódica (Anual)</p> <p>3. Divulgación de prácticas seguras y de ejecución de las tareas.</p> <p>4. Observación del comportamiento</p>	<p>1. Inspección general de puestos de trabajo</p> <p>2. Ajustes de puestos de trabajo</p>	<p>1. Implementación de programa de pausas de recuperación</p> <p>2. Implementación de programas de observación del comportamiento</p>
Sintomáticos (caso)	El tiempo que lleva con la	Capacitación	1. Inspección ergonómica	1. Revisión de aspectos

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	13 de 19

probable)	<p>molestia es menor a 3 meses.</p> <p>El tipo de síntoma se refiere como leve - moderado, sensación de fatiga o cansancio.</p> <p>Las molestias son fluctuantes no afecta las actividades extra laborales ni laborales.</p> <p>No consulta Médica por esta causa.</p> <p>No requiere de medicamentos. En el Examen Médico Ocupacional</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pruebas Negativas • Signos de Fatiga • Síntomas sugestivos de DME derivado del trabajo en el último año. <p>Incapacidad Reportada, menos de 3 episodios, en el año de ausencia</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluación OTM Periódica Anual, (Se puede por sintomatología o seguimiento del caso de requerir hacer el examen antes de cumplirse el periodo para verificar condición). 2. SEGUIMIENTO SEMESTRAL con médico, terapeuta o fisioterapeuta o a través de una IPS 3. Observación del comportamiento 4. Seguimiento periódico por parte de médico ocupacional de acuerdo a su criterio. 	<p>del puesto de trabajo</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Generación e implementación de recomendaciones específicas al puesto de trabajo 3. Evaluar la necesidad de ayudas y elementos ergonómicos. 	<p>organizacionales como métodos de trabajo, esquemas de rotación de tareas y turnos, tiempos de descanso y asignación de tareas.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Implementación de programa de pausas de recuperación 3. Asignación de tareas: Todas las áreas de acuerdo al perfil y capacidades del trabajador, teniendo presente rotación de tareas y los tiempos de pausas. 4. Informar al Jefe Inmediato del área la condición de salud presentada.
------------------	---	---	---	--

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	14 de 19

	con diagnostico relacionado con lesiones por causa osteomuscular. Incapacidad menor a 3 días.			
Enfermos (caso)	Diagnósticos osteomusculares confirmados a través de paraclínicos	Capacitación Evaluación OTM Periódica (Anual) Seguimiento periódico por parte de médico ocupacional de acuerdo a su criterio	Seguimiento en puesto de trabajo para cumplimiento de recomendaciones. Readaptación de la tarea Reubicación temporal o definitiva según programa de reincorporación laboral	Incluirlo en el programa de reincorporación laboral


Cierre De Caso:

- Salen de vigilancia los trabajadores categorizados como caso probable que sean remitidos a EPS y tengan exámenes de confirmación diagnóstica negativos.
- Los que con diagnostico osteomuscular confirmado sean declarados por EPS o ARL como aptos para laborar en su cargo habitual.


9.2.2 Intervención ambiente de trabajo

Se inicia la gestión del riesgo para la disminuir probabilidad de aparición de lesiones músculo esqueléticas por medio de medidas de control; dentro de las actividades a realizar se encuentran:

ACTIVIDAD	DIRIGIDO A	SEGUIMIENTO
-----------	------------	-------------

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	15 de 19

<p>Establecer propuestas para la intervención del riesgo, las cuales se plantearán teniendo en cuenta la jerarquización de controles:</p> <p>Eliminación: revisar si la fuente que genera el riesgo se puede eliminar</p> <p>Sustitución: Se analizará si a través de ergonomía se puede ejecutar la actividad de otra forma, a través de otras herramientas o mecanismos que permitan controlar el riesgo.</p> <p>Controles de ingeniería: a través de diseño ergonómico y con apoyo de los equipos de mejoras, se establecerán proyectos para la intervención del riesgo.</p> <p>Control administrativo: se establecerán programar para la intervención, entre los cuales se pueden contar</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Programa de pausas activas</i> • <i>Perfiles de cargo,</i> • <i>Prácticas seguras</i> Se aplicarán estrategias para su implementación en el momento en que se cumpla con uno de los siguientes criterios: <p>- La condición de trabajo ha sido mejorada y el funcionamiento óptimo o mantenimiento de esta depende de la práctica segura.</p> <p>- La condición de trabajo ha sido intervenida hasta donde es razonablemente posible y el riesgo residual solo puede ser minimizado mediante una práctica segura.</p> <p>- La condición insegura se encuentra en proceso de intervención y el nivel de riesgo residual, de carácter temporal, justifica la implementación de una práctica segura.</p>	<p>Puestos de trabajo identificados como críticos por riesgo expresado y potencial</p>	<p>Matriz de mejoras y % de implementación de las medidas de intervención</p>
---	--	---


	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	16 de 19

<i>Investigaciones de accidentes de trabajo por sobreesfuerzo y enfermedad laboral:</i> Realizar las investigaciones de enfermedades laborales de origen osteomuscular, así como accidentes de trabajo por sobreesfuerzo con el fin de identificar las causas que permitan establecer planes de acción y medidas de intervención para prevenir la aparición de otras enfermedades o lesiones osteomusculares, según lo establecido en la resolución 0312 de 2019, estándares mínimos del SGSST.	Equipo investigador	Resultado de las investigaciones de AT
<i>Equipos de mejora:</i> Se podrán conformar equipos de mejora con apoyo de diferentes áreas y teniendo en cuenta los principios de la ergonomía participativa con el fin de favorecer el desarrollo de proyectos que permitan gestionar el riesgo por carga física.	Puestos de trabajo identificados como críticos por riesgo expresado y potencial	Cronograma de actividades, reuniones y % de implementación de mejoras
<i>Inventario de ayudas mecánicas:</i> identificar las ayudas que se tienen para la manipulación de cargas e incluirlas en el programa de mantenimiento <i>Caracterización de rutas de recolección y barrido</i>		Matriz de ayudas mecánicas

9.2.3 Motivación y Capacitación

Establecimiento de los planes de formación acorde con la exposición a los factores de riesgo por carga física

ACTIVIDADES	PARTICIPANTES	PERIODICIDAD
1. capacitaciones a los trabajadores: TEMAS: Prevención de accidentes por riesgo osteomuscular Líderes de pausas activas	Todos los trabajadores. Dependiendo del Factor de Riesgo.	Semestral y se retroalimenta en las charlas de 5 minutos

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	17 de 19

2. Capacitaciones: en temas relacionados con el Factor de riesgo Biomecánico.	en Todos los trabajadores, Dependiendo del Factor de Riesgo.	Los participantes se registran en formato de asistencia a capacitación (Anual)
--	--	--

9.3 EVALUACION Y ANALISIS DEL SISTEMA

9.3.1 Indicadores de proceso

- Cumplimiento Plan Capacitación = No. de capacitaciones ejecutadas/Capacitaciones Programas en el periodo * 100
- Cumplimiento de Encuestas Morbilidad Sentida = No. de Encuestas de Morbilidad Sentida Realizadas/No. de trabajadores que Requieren Encuesta en el Periodo * 100

9.3.2 Indicadores De Resultado

- Prevalencia de EL (número de casos nuevos y antiguos de EL en el período/ promedio de trabajadores en el período) *100.000
- Incidencia de EL (número de casos nuevos de EL en el período/ promedio de trabajadores en el período) *100.000


10. REFERENCIAS

Guías de atención en salud ocupacional, Ministerio de protección Social
 Guía Epidemiológica Final, Ministerio de protección social
 Documentos ARL Sura


Anexo:

Listado de diagnósticos objetos de vigilancia.

Códigos CIE 10	Segmento corporal
M508	Columna cervical
M542	Columna cervical
M530	Columna cervical
M531	Columna cervical
M436	Columna cervical

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	18 de 19

M546	Columna dorsal
M548	Columna dorsal
M549	Columna dorsal
M538	Columna dorsal
M539	Columna dorsal
M510	Columna lumbar
M511	Columna lumbar
M543	Columna lumbar
M544	Columna lumbar
M545	Columna lumbar
M750	Hombro
M751	Hombro
M752	Hombro
M753	Hombro
M754	Hombro
M755	Hombro
M758	Hombro
M759	Hombro
M770	Codo
M771	Codo
M702	Codo
M703	Codo
M701	Mano-muñeca
G560	Mano-muñeca
G561	Mano-muñeca
M653	Mano-muñeca
M654	Mano-muñeca
G432	Mano-muñeca
M255	Otros
M621	Otros
M624	Otros
M626	Otros
M628	Otros
M629	Otros

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES	CÓDIGO	SST-OD-20
		VERSIÓN	1
		FECHA EMISIÓN	13/08/2024
		FECHA ACTUALIZACIÓN	13/08/2024
		PÁGINA	19 de 19

M652	Otros
M658	Otros
M659	Otros
M673	Otros
M708	Otros
M709	Otros
M715	Otros
M718	Otros
M719	Otros
M738	Otros
M778	Otros
M779	Otros
M791	Otros
M796	Otros

Así mismo se incluirán aquellos relacionados con accidentes de trabajo por sobreesfuerzo y accidentes de tránsito

HISTORIAL DE CAMBIOS

Versión	Fecha	Elaborado/Modificado por	Descripción del cambio
1	13/08/2024	Maylin Garcia	Creación.