

TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS (TME) de origen laboral



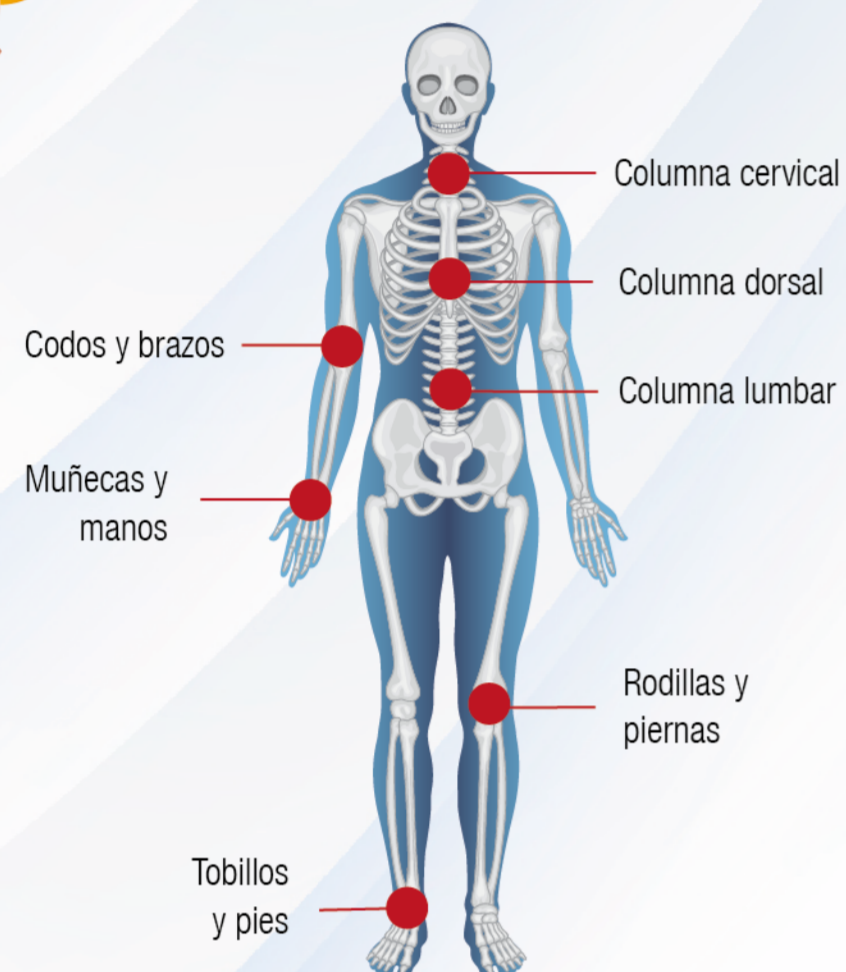
¿QUÉ SON LOS TME

de origen laboral?

Alteraciones del aparato locomotor (músculos, articulaciones, huesos...) causadas por el trabajo.



Principales partes del cuerpo afectadas



Síntomas

Entumecimiento, hormigueo, pérdida de fuerza y dificultad de movimiento

Enfermedades relacionadas

- Enfermedades osteoarticulares o angioneuróticas.
- Inflamación y patologías relacionadas con tendones, lesiones musculares y parálisis de nervios.
- Lesiones de menisco por mecanismo de compresión, dando lugar a fisuras o roturas.

Patologías que causan

Agudas

Contractura muscular, distensiones, y roturas o desgarros musculares. Rotura fibrilar.

Crónicas

Fibrosis muscular, nódulo fibroso cicatricial, miositis osificante o inflamación crónica del tejido muscular y fibromialgia.



A tener en cuenta:

- Tienen una evolución lenta
- Se derivan de un origen multicausal
- Pueden aparecer otras patologías asociadas
- Dificultad del diagnóstico y reconocimiento como patología laboral
- Tratamiento largo, seguido de rehabilitación



¿Qué factores de riesgo intervienen?

Levantar, transportar, empujar o arrastrar cargas



Adoptar posturas forzadas, estáticas o dinámicas



Realizar movimientos repetitivos



Aplicación de fuerzas



Inadecuada organización del trabajo (alta demanda, escasas pausas, descansos ... etc)



Factores psicosociales



Condiciones ambientales



MÁS VALE PREVENIR...

Evaluar los TME desde un enfoque multidisciplinar

Teniendo en cuenta

- La siniestralidad laboral y el origen de las IT en la empresa.
- Los/as trabajadores/as altamente sensibles (tembarazadas, discapacidad, etc).
- Evaluación con diferencia de perspectiva de género.

Medidas preventivas

La vigilancia de la salud debe basarse en distintos pilares fundamentales:

- 1.- Introducir la dimensión de género en las evaluaciones de riesgos.
- 2.- Diseñar una vigilancia más eficaz, realizando diagnósticos y seguimiento a los/as trabajadores/as.
- 3.- Realizar vigilancia de la salud de tipo epidemiológico, que permitan el estudio de resultados de grupos de trabajadores/as que realizan la misma tarea.

¿Cómo llevarlas a cabo?

- Información y formación a los trabajadores/as de los riesgos inherentes a los puestos de trabajo: sus causas y medidas preventivas.
- Consulta y participación de los/as trabajadores/as a sus representantes en todo lo relacionado a los riesgos y evaluación de los puestos de trabajo.

Los TME en las mujeres - Tener siempre en cuenta...

- Si existen puestos de trabajo ocupados mayoritariamente por mujeres.
- Las limitaciones relacionadas con las cargas físicas: pesos y fuerza.
- Los factores psicosociales: trabajos tradicionalmente feminizados, doble presencia y mayor inestabilidad laboral.

¿Tienes dudas? LLÁMANOS

976483200

secretariasaludlaboral@aragon.coo.es