



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO V – N. 12 – 2011

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n11-12/202d.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "SALUD EN TIEMPOS DE CRISIS, UNA LLAMADA A LA INNOVACIÓN" **FORÁNDALUS 2011 V Reunión Internacional de Investigación en Enfermería**, reunión semi-presencial celebrada del 12 al 15 de abril de 2011 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

<i>Título</i>	Protegiéndonos ganamos en salud y ahorramos en recursos
<i>Autores</i>	<u>Natàlia Mateu Cantarell</u> , Beatriz Pilar <i>Paricio Bondia</i> , Cristina <i>Farré Subirada</i> , M ^a Belén <i>Mas Gardó</i>
<i>Centro/institución</i>	Hospital Universitario Arnau de Vilanova de Lleida
<i>Ciudad/país</i>	Lleida, España
<i>Dirección para correspondencia</i>	C/ Pont de Suert nº1-3, escalera B, piso 1º, 4ª, 25001 Lleida (España)
<i>Dirección e-mail</i>	nmateuc@hotmail.com

RESUMEN

Justificación. Los hospitales han sido clasificados como centro de trabajo de alto riesgo, particularmente el personal de enfermería está expuesto a una serie de riesgos, motivo por el cual se realiza este estudio. *Pregunta.* ¿Adoptamos una buena postura en nuestra área de trabajo?. *Objetivo.* Conocer la percepción de la higiene postural del personal de Enfermería del Área Quirúrgica del hospital universitario Arnau de Vilanova de Lleida. *Metodología.* Estudio cuantitativo, de tipo descriptivo, retrospectivo. *Resultados.* Habitualmente en el área quirúrgica existen riesgos para nuestra higiene postural que el personal percibe como no adoptar buenas posturas. También existen otros que no son percibidos como dañinos pero que existen implícitamente en el área donde se desarrolla nuestra jornada laboral. *Conclusión principal.* En general el personal de enfermería del área quirúrgica dice no adoptar una buena postura durante el desempeño de su tarea profesional diciendo pasar muchas horas de pie, y aún utilizando mayoritariamente ayuda durante la movilización de cargas.

Palabras clave: Ergonomía/ Quirófano/ Enfermería.

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Justificación

Los hospitales han sido clasificados como centro de trabajo de alto riesgo, por el instituto de salud ocupacional de los Estados Unidos de Norteamérica por la multiplicidad de riesgo a los cuales se exponen los trabajadores (1).

Particularmente el personal de enfermería está expuesto a una serie de riesgos, motivo por el cual se realiza este trabajo, tales como: la exposición de agentes infecciosos, posturas inadecuadas, levantamiento de cargas durante la manipulación de los pacientes, desplazamientos múltiples, exposición a sustancias químicas irritantes, alergénicas y/o mutagénicas a radiaciones ionizantes, bien conocida como productores de daños a la salud de los trabajadores.

Por otro lado, siendo el paciente el objeto de trabajo nuestro el contacto con la enfermedad, el sufrimiento y la muerte, constituye una carga mental para el personal de enfermería.

En el Instituto Catalán de la Salud (ICS), ateniendo al cumplimiento del artículo 24 del LPRL (Ley de prevención de riesgos laborales), la Ley 54/2003, el Real decreto 171/2004, de 30 de enero, sobre coordinación de actividades empresariales, y el Procedimiento de coordinación de actividades empresariales en materia de prevención de riesgos laborales PG/CE/01 del ICS, se ha elaborado un cuaderno para empresas contratadas llamado “Prevención de Riesgos laborales en el ICS” (2).

Este cuaderno explica los factores de riesgo frecuentes en el sector sanitario:

1. Factores asociados a la seguridad
2. Factores asociados a la higiene industrial
3. Factores asociados a la ergonomía

Todos ellos tienen su importancia, lo cual hace que realizar un trabajo contemplándolos todos sería muy costoso y complicado, aunque bien es cierto que la mayoría se encuentran en el área quirúrgica, en este estudio nos hemos centrado solamente en los factores asociados a la ergonomía.

Podríamos definir el concepto de ergonomía como “la ciencia de adaptar el trabajo al hombre”, es decir, es el estudio de todos aquellos factores que hacen referencia a nuestra actividad y pueden mejorar el confort y la satisfacción de los trabajadores y las trabajadoras a la hora de desarrollar su trabajo.

Los factores ergonómicos que tienen más incidencia en el sector sanitario son:

- Factores posturales.
- Movimiento de cargas.
- Movilización de enfermos.
- Trabajos en pantallas de visualización de datos.
- Factores ambientales: disconfort (acústico y térmico).

Existen diversos estudios que muestran la existencia de distintos tipos de riesgos que de forma directa o encubierta afectan a los profesionales que prestan servicios en el área de

salud. En las investigaciones sobre el tema se expresa que además de los riesgos físicos, químicos, biológicos y ergonómicos, se debe incluir la medición de la satisfacción laboral, ya que se llegó a demostrar que un trabajador insatisfecho tiene mayor probabilidad de sufrir accidentes (3).

Con respecto a las investigaciones sobre riesgos ergonómicos se realizaron algunos estudios epidemiológicos que relacionaban dichos riesgos con las dorsalgias del personal de enfermería, llegando a la conclusión que este personal padece una tasa elevada de dorsalgias, algias de esfuerzos y síntomas neurológicos. Los problemas ergonómicos que sufre el personal de enfermería podrían estar asociados a la deficiencia de las instalaciones, manipulación manual de cargas y movilización de pacientes. Además, algunos especialistas consideran que se debería medir conjuntamente el grado de satisfacción laboral con la exposición a diversos factores de riesgo. Así, Adams (4) sugiere tener en cuenta que en los riesgos ergonómicos no sólo influyen los aspectos físicos, sino también los factores psicosociales como el descontento en el trabajo, la monotonía, control limitado del trabajo y alta exigencia mental que exige la profesión de enfermería.

Por otra parte, teniendo en cuenta que los riesgos laborales ocupan un lugar relevante en los temas de salud pública, es necesario profundizar en los estudios que identifiquen los mecanismos genéricos de producción de riesgos y los principales factores participantes para establecer medidas de prevención.

Objetivo

Conocer la percepción de la higiene postural del personal de Enfermería del Área Quirúrgica del hospital universitario Arnau de Vilanova de Lleida.

Diseño y metodología

Diseño de estudio

Estudio cuantitativo, de tipo descriptivo, retrospectivo.

Variables

Riesgo ocupacional. Son aquellas condiciones de trabajo que tienen la probabilidad o son susceptibles de causar daño a la salud o al proceso de producción. No se pueden eliminar todos los riesgos en un lugar de trabajo, el objetivo es reconocer o detectar los riesgos y decidir cuales vale la pena corregir.

Personal de enfermería. Personas que poseen la diplomatura universitaria de enfermería y que su función abarca los cuidados, autónomos y en colaboración, que se prestan a las personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermos o sanos, en todos los contextos, e incluye la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad, y los cuidados de los enfermos, discapacitados, y personas moribundas. Funciones esenciales de la enfermería son la defensa, el fomento de un entorno seguro, la investigación, la participación en la política de salud y en la gestión de los pacientes y los sistemas de salud, y la formación.

Ámbito de estudio

Área quirúrgica del Hospital Universitario Arnau de Vilanova de Lleida. Hospital de segundo nivel que representa el hospital de referencia de toda la provincia de Lleida. Es un hospital que pertenece al sistema de salud público de la comunidad autónoma de Cataluña. Es un centro que desarrolla una función asistencial, docente e investigadora. Durante el último año se ha instaurado las historias clínicas informatizadas.

Período de estudio

Enero de 2010 a diciembre de 2010.

Población

Personal de enfermería que trabaja en el área quirúrgica del Hospital Universitario Arnau de Vilanova de Lleida, tanto de los quirófanos programados como los de urgencias, y de distintos turnos (mañana, tarde y noche).

Sujetos de estudio

Personal de enfermería que trabaja en el área quirúrgica del Hospital Universitario Arnau de Vilanova de Lleida, que trabajan en los distintos turnos: mañana, tarde, noche y correturnos, y que están en los quirófanos tanto programados como de urgencias.

Criterios de inclusión

- Ser diplomado en enfermería.
- Trabajar en el área quirúrgica como diplomado en enfermería.
- Haber trabajado con continuidad durante el año de estudio.

Criterios de exclusión

- No tener la diplomatura de enfermería.
- Personal médico, auxiliar y celador.
- No haber trabajado con continuidad durante el año de estudio.

Selección muestral

Se realiza selección a todos los profesionales.

Procedimiento

Se realiza una revisión bibliográfica sobre otros estudios relacionados con la ergonomía en el área quirúrgica con la finalidad de poder acotar el objetivo de nuestro estudio, ya que este tema es muy amplio.

Método de recogida de datos

Se realiza un cuestionario realizado por los investigadores que se aplica durante quince días en los distintos turnos.

Ética

El acceso a las bases de datos estará restringido, respetando con ello las normas internacionales de protección de datos, así como la legislación española vigente (Ley Orgánica 15/1999 del 13/12/99 de Protección de Datos de Carácter Personal, BOE 298 de 14/12/99). Los investigadores responsables garantizarán la seguridad de las bases de datos, que no podrán ser utilizadas para otro fin que el señalado en el apartado de objetivos específicos.

La participación en esta encuesta es totalmente libre, voluntaria y anónima. Se administrará una hoja de consentimiento informado a cada participante, previamente a la realización del cuestionario. En ella se explicarán los objetivos y procedimientos del estudio y se asegurará la confidencialidad de los datos.

El estudio se presentará en el comité de ética del Hospital Arnau de Vilanova de Lleida para su aprobación.

Limitaciones

Las limitaciones de este estudio pueden encontrarse en que la selección de la muestra sólo representa al personal de enfermería, y en el área quirúrgica trabaja un equipo multidisciplinar donde se contemplan distintos profesionales, desde el facultativo, la auxiliar de enfermería, el celador y hasta la empleada de la limpieza.

También podemos encontrar como limitaciones que solamente se ha realizado el estudio en un centro asistencial. La validez externa de la muestra está limitada al personal de enfermería del área quirúrgica de nuestro hospital de estudio, puesto que no se trata de una selección aleatoria de todos los diplomados en enfermería de todos los hospitales y clínicas de la ciudad y provincia de Lleida.

Resultados principales

Habitualmente en el área quirúrgica existen riesgos para nuestra higiene postural que el personal percibe como no adoptar buenas posturas. También existen otros que no son percibidos como dañinos pero que existen implícitamente en el área donde se desarrolla nuestra jornada laboral. Es importante tener conocimiento de dichos riesgos para poder concienciarlos de la importancia de adquirir buenos hábitos posturales a la hora de trabajar y evitar las posibles consecuencias que se deriven de unos malos hábitos como pueden ser lesiones musculoesqueléticas que conllevan a bajas laborales.

En este estudio no existen diferencias significativas respecto a la edad, que comprenden de los 26 años a los 58 años. Tampoco no destaca que 2/3 partes de los encuestados representen al turno de mañana, puesto que la mayoría de la plantilla corresponde a este turno ya que es cuando hay el mayor volumen de intervenciones quirúrgicas programadas.

De los diplomados en enfermería que respondieron al cuestionario, solamente un 38% dicen que adquieren una buena postura a la hora de trabajar (gráfico 1), y dicen utilizar ayuda para la movilización de cargas la gran mayoría, un 73% (gráfico 2). Estos dos

resultados contrastan ya que si pides ayuda es porque crees que estás haciendo lo mejor para ti y para los demás.

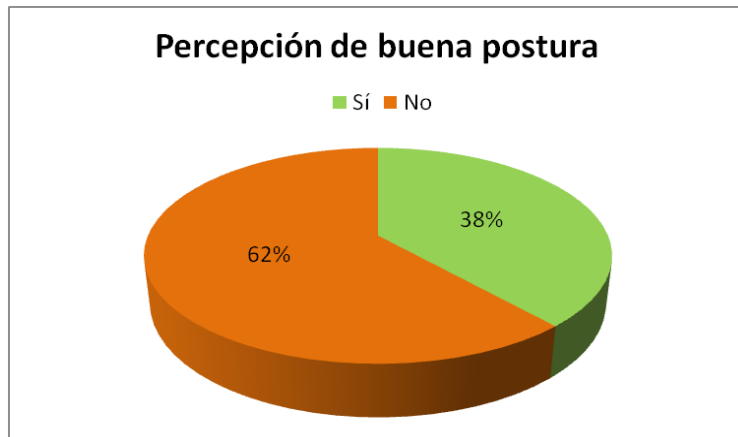


Gráfico 1. Percepción de buena postura de los profesionales.

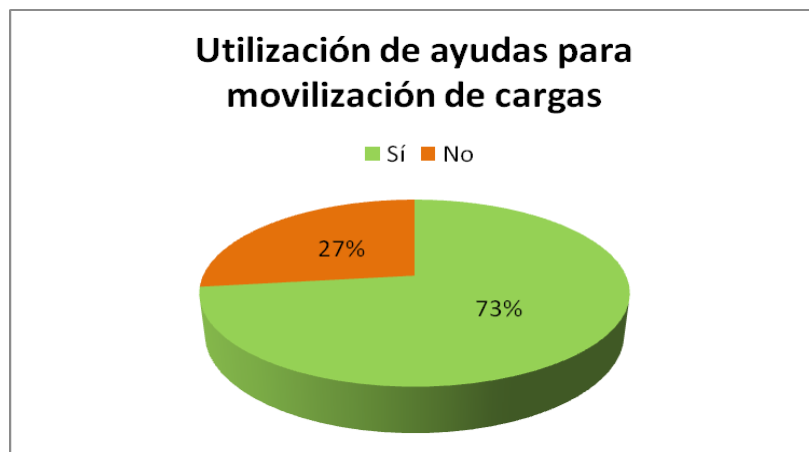


Gráfico 2. Utilización de mecanismos de ayuda o soporte para la movilización de cargas.

Casi la totalidad de los profesionales encuestados creen que permanecen muchas horas de pie (gráfico 3), este hecho es contemplado como un factor de riesgo de trabajo donde ciertas características del ambiente de trabajo se han asociado con lesiones, estas características se les llaman factores de riesgo de trabajo e incluyen, entre otras, características físicas de la tarea (la interacción primaria entre el trabajador y el ambiente laboral): posturas, fuerza, repeticiones, velocidad/aceleración, duración, tiempo de recuperación, carga dinámica, vibración por segmentos.

Podemos considerar ciertos resultados implícitos en el estudio ya que el hecho de estar focalizado en una área quirúrgica existen riesgos ocupacionales implícitos como puede ser el estrés generado por la urgencia, los cambios de temperatura que existen de quirófano a reanimación, la iluminación y el ruido de ciertos aparatos.

La postura es la posición que el cuerpo adopta al desempeñar un trabajo, ésta también puede considerarse un resultado implícito del área donde se ha realizado el estudio. Existen ciertas posturas adoptadas que son inevitables como la de la enfermera cuando está instrumentando o la de la circulante cuando debe cargar ciertas cajas de material, o

agacharse para realizar el conteo de las compresas o gasas utilizadas durante la intervención (5). La postura de agacharse se asocia con un aumento en el riesgo de lesiones. Generalmente se considera que más de una articulación que se desvía de la posición neutral produce altos riesgos de lesiones. Posturas específicas que se asocian con lesiones. Ejemplos: en la muñeca como la posición de extensión y flexión se asocian con el síndrome del túnel del carpo; en el hombro como la abducción o flexión mayor de 60 grados que se mantiene por más de una hora/día, se relaciona con dolor agudo de cuello y las manos arriba o a la altura del hombro se relacionan con tendinitis y varias patologías del hombro; en la columna cervical una posición de flexión de 30 grados toma 300 minutos para producir síntomas de dolor agudo, con una flexión de 60 grados toma 120 minutos para producir los mismos síntomas, y la extensión con el brazo levantado se ha relacionado con dolor y adormecimiento cuello-hombro, el dolor en los músculos de los hombros disminuye el movimiento del cuello; en la espalda baja el ángulo sagital en el tronco se ha asociado con alteraciones ocupacionales en la espalda baja.

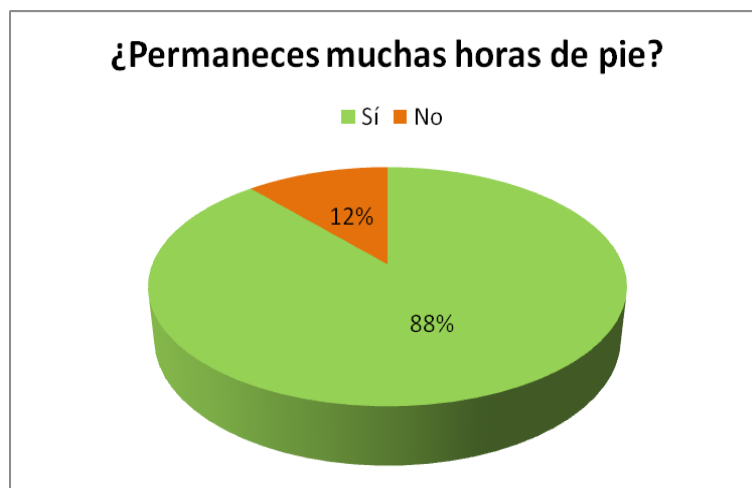


Gráfico 3. Permanencia en pie durante la jornada laboral.

Conclusiones

En general el personal de enfermería del área quirúrgica dice:

1. No adoptar una buena postura durante el desempeño de su tarea profesional aún utilizando mayoritariamente ayuda durante la movilización de cargas.
2. Pasar muchas horas de pie.

Debemos continuar investigando sobre este tema e incidir sobre la importancia de nuestra espalda para prevenir lesiones, mejorar la salud individual de cada uno, mejorar la calidad del trabajo y minimizar la incidencia de bajas. Si nosotros no nos cuidamos, ¿quién nos cuidará?.

Bibliografía

(1) Briseño, C.E.; Herrera, R.N.; Enders, J.E.; Fernández, A.R. Estudio de riesgos ergonómicos y satisfacción laboral. Rev de Salud Pública 2005; 9(1):1-5.

- (2) Àrea de Prevenció de Riscos Laborals. Prevenció de riscos laborals a l' ICS. Quadern per a empreses contractades. Disponible en: <http://www.gencat.cat/ics/proveidors/doc/riscos_ics.pdf [Consultado el 10.1.2011]
- (3) Domínguez Fernández, M.; Gabilondo Larrañaga, E.; Fernández Gómez, E.; Muñoz Fernández, J.; Rico Alonso, F. Implicación de las personas en la evaluación de riesgos laborales. *Med Segur Trab* 2007; 52(206):15-20.
- (4) Adams B. 2000. Hospital nurses job satisfaction, individual and organizational characteristics. *J. Adv. Nurs.* 32(3):543-563.
- (5) Guillén Fonseca, M. Ergonomía y la relación con los factores de riesgo en salud ocupacional. *Rev Cubana Enfermer* [online] 2006, 22(4):0-0. ISSN 0864-0319.