



**PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO
PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS
DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS**

**PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y
CONTROL DE DESORDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS**

**CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DEL CESAR
VALLEDUPAR – CESAR
2024**



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

1. OBJETIVO

Proporcionar elementos y herramientas que permitan definir e implementar estrategias orientadas a la prevención y control de los desórdenes musculo esqueléticos relacionados con el trabajo y su impacto sobre la calidad de vida de los colaboradores y la productividad de **CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DEL CESAR**.

2. PROPOSITO

Establecer una herramienta para evaluar los riesgos asociados a condiciones biomecánicas e intervenir adecuadamente las condiciones que puedan generar o agravar los síntomas de las patologías de origen común.

3. ALCANCE

Este programa de vigilancia epidemiológica está diseñado para orientar la intervención integral de las condiciones biomecánicas desfavorables en **CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DEL CESAR** y todos sus centros de trabajo, y su implementación en las áreas críticas. El alcance va hasta la sensibilización y orientar la estrategia de prevención integral y promoción para el abordaje de ciertos factores individuales y extra ocupacionales para el logro de mejores resultados, de los trabajadores expuestos, vinculados o directos y cooperados.

Este Procedimiento aplica para todo el personal administrativo y operativo de **CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DEL CESAR**.

4. RESPONSABILIDADES

4.1 RESPONSABILIDADES DEL GERENTE

- Asegurar la disponibilidad de los recursos necesarios para establecer, implementar, mantener y mejorar el presente programa de vigilancia.
- Conocer los aspectos generales del presente programa de vigilancia epidemiológica.
- Suministrar los recursos necesarios para el cumplimiento de los respectivos planes de acción.

4.2 JEFE DE GESTIÓN DE RECURSOS HUMANOS

- Conocer los aspectos generales del sistema de vigilancia epidemiológica para la prevención de desórdenes musculo esqueléticos



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

- Suministrar el apoyo necesario durante el proceso de identificación de cargos y tareas; la evaluación de los puestos de trabajo y valoraciones osteomusculares de los empleados.
- Brindar el apoyo y asistencia técnica durante la determinación de las medidas de control necesarias.
- Suministrar los recursos necesarios y garantizar la implementación de los controles de ingeniería o medidas de control establecidas para reducir la exposición ocupacional.

4.3. RESPONSABILIDADES DEL JEFE SECCIÓN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

- Desarrollar, actualizar y mantener el presente sistema de vigilancia epidemiológica para la prevención de desórdenes musculo esqueléticos
- Suministrar la asesoría técnica necesaria durante la ejecución del sistema de vigilancia epidemiológica para la prevención de desórdenes musculo esqueléticos
- Asegurar el cumplimiento del cronograma de actividades, obteniendo los recursos necesarios para su ejecución
- Realizar el seguimiento respectivo mediante la actualización mensual de los indicadores de desempeño particulares.

4.4 RESPONSABILIDADES DE LOS TRABAJADORES

- Procurar el auto cuidado mediante la aplicación de diferentes prácticas entre las cuales tenemos: asistir a las capacitaciones, reportar adecuada y oportunamente los síntomas relacionados con la presencia de desórdenes musculo-esqueléticos, asistir a las citas para el examen médico ocupacional periódico.
- Reportar las condiciones de trabajo que pudieran dar origen a desordenes musculo-esqueléticos y sugerir planes de acción para el cierre de las no conformidades.
- Acatar todos los requerimientos del programa de vigilancia epidemiológica en el lugar de trabajo, como prácticas seguras definidas por la empresa, con el objetivo de minimizar el daño producido por la exposición Carga Física.
- Utilizar los programas preventivos suministrados por la empresa, encaminados a proteger su integridad física.



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

- Suministrar información clara, veraz y completa sobre su condición de salud al médico evaluador.
- Informar y proponer soluciones sobre cualquier condición de riesgo biomecánico que observen en su puesto de trabajo.

5. PROCEDIMIENTO

5.1. DEFINICIONES

DESORDENES MUSCULOESQUELÉTICOS:

Los desórdenes músculo esqueléticos son un grupo heterogéneo de diagnósticos que comparten como etiología una demanda física requerida para la ejecución de una actividad, que excede la capacidad biomecánica de las estructuras utilizadas, conduciendo a la aparición de alteraciones de los músculos, tendones, vainas tendinosas, síndromes de atrapamiento nerviosos, alteraciones articulares y neurovasculares.

Los desórdenes músculo esquelético o también denominado frecuentemente lesiones por trauma acumulativo indican una lesión que se ha desarrollado gradualmente a través de un periodo de tiempo, como resultado de un esfuerzo repetido en alguna parte del cuerpo.

RIESGO ASOCIADOS A LOS DESÓRDENES MÚSCULOESQUELÉTICOS:

Los desórdenes músculo esqueléticos son entidades de origen multifactorial y en general se consideran cuatro grandes grupos:

Factores individuales: condiciones propias de la persona que pueden predisponer o en ocasiones generar desórdenes músculos esqueléticos, tales como la edad, género, peso, hábitos de fumar, patologías sistémicas, patologías congénitas, secuelas de trauma.

Factores ligados a las condiciones de trabajo: las condiciones de riesgo ligadas con los desórdenes músculo esqueléticos son los movimientos repetitivos, las posturas inadecuadas y la fuerza.

Factores organizacionales: los aspectos de la organización del trabajo que han sido relacionados con el alto ritmo de trabajo, horarios o jornadas de trabajo extendidos, distribución de descansos, trabajo repetitivo/monótono, sobrecarga de trabajo.

Factores relacionados con las condiciones ambientales de los puestos y sistemas de trabajo: las condiciones presentes en el ambiente laboral pueden estar inmersas en el proceso, así como en las características de diseño (temperatura, vibración, etc.).

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



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

períodos de tiempo, se produce la resonancia (amplificación) de esa vibración ocasionando a menudo efectos adversos.

CARACTERÍSTICAS DE LOS RIESGO PARA DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS:

Los desórdenes músculos esqueléticos se producen como consecuencia de la exposición a diversos riesgos relacionados con carga física, posturas de trabajo, fuerza ejercida y repetitividad de movimientos. A continuación, se definen los principales riesgos:

- **Carga física:** conjunto de requerimientos físicos a los que está sometido el trabajador durante la jornada laboral.
- **Postura:** relación de las diferentes partes del cuerpo en equilibrio. Los riesgos derivados de la postura son:
 - Postura prolongada: cuando se adopta la misma postura por el 75% o más de la jornada laboral.
 - Postura mantenida: cuando se adopta una postura biomecánicamente correcta por 2 o más horas continuas sin posibilidad de cambios. Si la postura es biomecánicamente incorrecta, se considerará mantenida cuando se mantiene por 20 minutos o más.
 - Postura forzada: Cuando se adoptan posturas por fuera de los ángulos de confort.
 - Posturas anti gravitacionales: posicionamiento del cuerpo o un segmento en contra de la gravedad.
- **Fuerza:** tensión producida en los músculos por el esfuerzo requerido para el desempeño de una tarea.
- **Movimiento repetitivo:** ciclos de trabajo cortos (ciclo menor a 30 segundos o 1 minuto) o alta concentración de movimientos (>del 50%), que utilizan pocos músculos.

DESÓRDENES MUSCULOESQUELÉTICOS EN MIEMBROS SUPERIORES Y DE LA COLUMNA VERTEBRAL:

Bursitis: dolor asociado con la inflamación de la bursasubacromial, a pesar de que las bursas subdeltoidea, subescapular y subcoracoidea pueden también inflamarse.

Enfermedad de Quervain: corresponde a una tenosinovitis estenosante del primer compartimiento dorsal de la muñeca. Es una condición que se genera por irritación e inflamación de los tendones que se encuentran en el borde del pulgar.



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

Epicondilitis lateral: es la tendinitis de los músculos epicondíleos, también llamada codo de tenista; corresponde a una lesión tendino perióstica de la inserción del tendón común de los músculos extensor radial cortó del capo y del extensor común de los dedos en el epicóndilo externo del húmero.

Epicondilitis medial: es una lesión inflamatoria sobre el epicóndilo medio de los tendones, correspondiente a los músculos flexores del puño, de los dedos y pronadores en su sitio de inserción en la cara interna distal del húmero.

Lumbalgia: sensación de dolor o molestia localizada entre el límite inferior de las costillas y el límite inferior de los glúteos, cuya intensidad varía en función de las posturas y la actividad física.

Síndrome del túnel carpiano: entidad clínica caracterizada por dolor, parestesias y entumecimiento en la distribución del nervio mediano, La clínica se presenta por compresión del nervio a su paso a través del túnel del carpo.

Tendinitis del manguito rotador: representa un espectro de patologías agudas y crónicas que afectan el tendón en sus cuatro componentes o a cada uno de ellos en forma aislada. Las manifestaciones agudas pueden ser representadas por una condición dolorosa u ocasionalmente por un deterioro funcional o ambos, representando las variaciones entre inflamación de tejidos blandos. La manifestación crónica es siempre asociada con incremento gradual de síntomas, especialmente durante las actividades repetitivas por encima del nivel del hombro.

Tendinitis bicipital: dolor localizado en la parte anterior del hombro y puede irradiarse a lo largo del tendón bicipital dentro del antebrazo.

5.2. Definición de caso

Se incluyen como definición de caso las siguientes patologías, de acuerdo con lo propuesto por las Guías de atención en Seguridad y Salud en el Trabajo del Ministerio de Trabajo:

- Lesiones musculo esqueléticas de miembro superior: Síndrome del túnel del carpo, -Teno sinovitis de D'Quervain, Epicondilitis, hombro doloroso.
- Dolor lumbar inespecífico.

Sanos: sin ningún hallazgo en su evaluación médica, sin auto reporte de síntomas y/o enfermedad asociada.

Sospechoso: con hallazgos osteomusculares en examen médico (ocupacional u otro), auto reporte de síntomas asociados con el riesgo, reporte de sintomatología en encuestas de morbilidad osteomuscular u otras ó incapacidad médica asociada a desorden musculo esqueléticos relacionado con los segmentos osteomusculares en riesgo. Estos síntomas deben estar activos o con recurrencia en los últimos 3 meses.

Caso: Diagnóstico médico de lesión o desorden musculo esqueléticos asociados con el riesgo.



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

5.3. Definición de expuestos o universo de vigilancia

Se define como universo de vigilancia a todos los trabajadores expuestos riesgo biomecánico, asociado con la presentación de las patologías mencionadas y de acuerdo con lo definido por la Guías de atención en Seguridad y Salud en el Trabajo. Dentro del plan operativo, sin embargo, se definirán prioridades de atención de acuerdo con las condiciones de trabajo encontradas y las condiciones de salud de la población expuesta, en la matriz de identificación de peligros valoración y evaluación de riesgos.

6. METODOLOGIA

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, y finalmente el seguimiento a los indicadores de estructura de procesos y resultado que miden la gestión del programa. Enmarcado en un programa de mejora continua, se espera su ajuste permanente mediante procesos de verificación.

6.1. IDENTIFICACIÓN, DESCRIPCIÓN Y EVALUACIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO Y DE SALUD

De acuerdo a la información consignada en la matriz de identificación de peligros, evaluación y valoración de riesgos, las exigencias organizacionales, biomecánicas, fisiológicas y cognitivas de las ocupaciones objeto del programa de vigilancia epidemiológica se categorizarán por prioridades de acción los cargos. Se utilizará la información disponible, proveniente de diferentes fuente de información; tales como: proporcionada por la descripción perfil socio demográfico de la población, resultados de evaluaciones médicas ocupacionales, auto reporte de condiciones de salud y trabajo, análisis de ausentismo y otras fuentes de información (caracterización de accidentalidad y enfermedad laboral), se describirán las condiciones de salud de la población de cada área desde el punto de vista osteomuscular y se identificará su nivel de riesgo.

Para identificar los riesgos asociados a condiciones biomecánica en **CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DEL CESAR** Se estructura una matriz que recopilan las tareas que representen un riesgo para el programa osteomuscular por cada cargo de la empresa.

- **Identificación y valoración de peligros BIOMECÁNICO** Para identificar los peligros biomecánicos en **CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DEL CESAR**.
- Se tiene una matriz especifica de identificación, evaluación y valoración de peligros biomecánicos. Se realizará y actualizará de forma anual, o por cambios en el proceso o por accidentes graves.



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS

- **Inspecciones de puestos de trabajo** es una herramienta de detección para identificar áreas de prioridad en las organizaciones de oficina, contiene descripción de la actividad, factores de carga física en hombros, mano/muñeca, tronco, cuello, piernas; manipulación de carga con empuje y halado; diseño del puesto; factores ambientales y organizacionales.

6.2. INTERVENCION ERGONÓMICA O PLAN DE ACCION PARA EL CONTROL DE RIESGO

Con los resultados de las inspecciones de puestos de trabajo la cual indica la criticidad y por ende la priorización de las tareas, se validará la pertinencia de realizar las siguientes actividades para el control del riesgo desencadenante de patologías Osteomuscular.

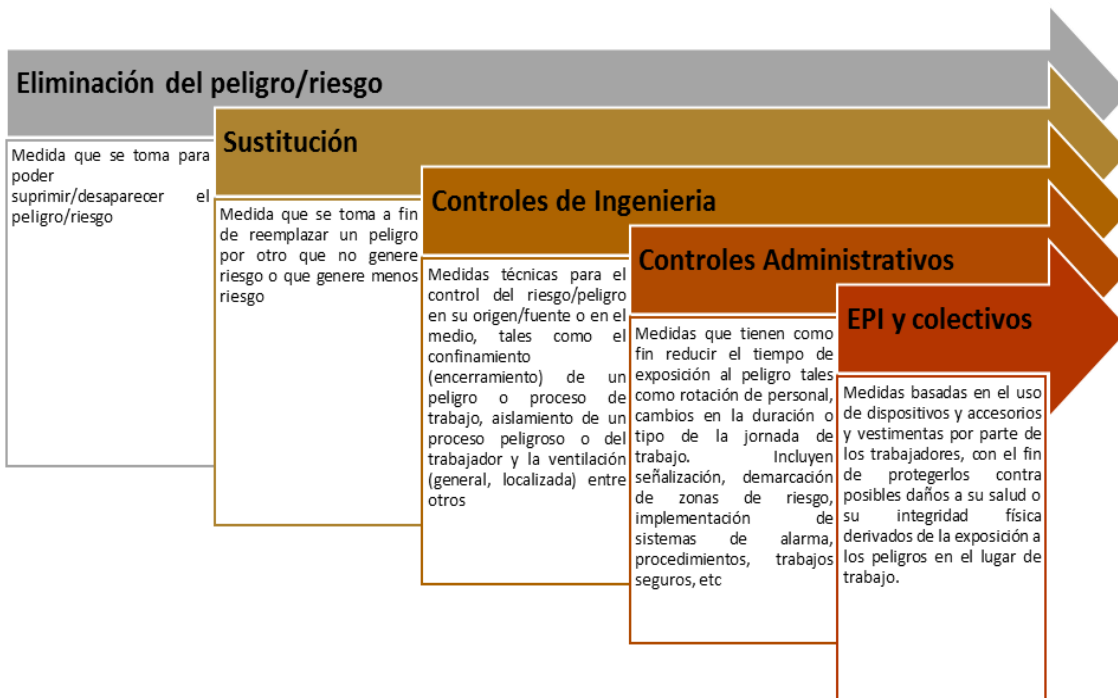
- Los procedimientos de control en la fuente consisten en la eliminación o reducción de los riesgos asociados a las condiciones biomecánicas desfavorables:

- Realizar el análisis del proceso y de los métodos de trabajo para proponer mejoras que sean razonables y técnicamente posibles con el fin de generar menor exposición.
- Diseño o rediseño del puesto de trabajo adaptándolo al tipo de oficio realizado por el colaborador, según guía de observación aplicada a los problemas músculo - esqueléticos de miembros superiores y columna vertebral (Melchair).
- Disminuir el transporte manual de cargas y garantizar el control de peso de las mismas según legislación vigente.
- Proveer de accesorios o herramientas que contribuyan a disminuir las posturas o movimientos inadecuados durante la realización de las tareas dentro de su oficio.
- Implementar programas de mantenimiento preventivo de equipos, herramientas y superficies de trabajo, garantizando la sostenibilidad y cumplimiento del mismo.
- Garantizar el programa de mantenimiento preventivo de los vehículos, como la silla, amortiguadores etc. Para controlar y/o minimizar la exposición a vibración de miembros superiores y cuerpo entero.
- Mantener orden y aseo del puesto de trabajo
- Posibilidad de cambios frecuentes de posturas.

Para el control de riesgos biomecánicos se utilizarán estrategias de control a nivel de la fuente, el medio y el receptor. Dentro de estas se identifican prioritariamente:



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS



6.3 MONITOREO DE SALUD DE LOS TRABAJADORES:

Evaluación médica pre-ocupacional: debe efectuarse a todos los aspirantes a laborar en **CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DEL CESAR**.

- Valoración médica de ingreso: Historia Clínica ocupacional con énfasis osteomusculares. Esta evaluación se realiza una vez al ingreso de la persona a la empresa.
- **Evaluación médica periódica ocupacional:** Historia Clínica periódica con énfasis al estado del programa musculo esquelético (Valoración Osteomuscular). Esta evaluación se realiza en forma anual, por una empresa contratada que al final deberá enviar un diagnóstico de condiciones de salud donde discrimine los hallazgos de alteraciones.
- **Evaluaciones médicas de reintegro post- incapacidad, reintegro o reubicación:** Cuando un trabajador es incapacitado, a su reintegro, el trabajador debe presentar, un documento expedido por el medio de su EPS donde certifique su estado de salud al reintegro (si tiene o no restricciones o recomendaciones médicas, que se deben cumplir al reinicio de sus labores).
- **Evaluación médica ocupacional de retiro:** Historia Clínica con antecedentes familiares con énfasis Osteomuscular y paraclínicos pertinentes. La cual se realizará una vez al retiro de la empresa.

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS
---	--

7. INFORMACION ESPECÍFICA DEL PROCEDIMIENTO - PHVA

Objetivo (Planear): Determinar las áreas/secciones, ocupaciones/cargos y tareas en función de las exigencias organizacionales, biomecánicas, fisiológicas, cognitivas y determinar las poblaciones a riesgo para categorizar las prioridades de acción. (GATISST DME, 7.1 identificación de peligros, valoración de riesgos, Guía técnica de programa de vigilancia epidemiológica para desordenes musculo esqueléticos).

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	RESPONSABLE	HERRAMIENTAS Y REGISTROS
Contexto estratégico	Análisis de las características internas y externas de la empresa, reconocer el riesgo, las probables áreas críticas y generar plan de trabajo del período.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	Informe de Contexto
Identificación, descripción y evaluación de las condiciones de trabajo.	Utilizando la información proporcionada por las siguientes fuentes, se describen las condiciones de trabajo de la población desde el punto de vista del riesgo relacionados con la aparición de los desórdenes musculo-esqueléticos en el trabajo: - Revisión y actualización anual de la matriz de Identificación de peligros, evaluación y valoración de los riesgos biomecánicos - Aplicación de listas de verificación y valoración de carga física - Análisis de puestos de trabajo de cargos críticos		Matriz de Identificación de peligros, evaluación y valoración de los riesgos. Análisis de puestos de trabajo de cargos críticos Listas de verificación/chequeo operativo. Método ergonómico, evaluación rápida de esfuerzo para oficinas

Objetivo (Planear): Clasificar a los trabajadores según el nivel de riesgo individual y el cargo u ocupación a desempeñar para categorizar las prioridades de acción. (Guía técnica de programa de vigilancia epidemiológica para desordenes musculo esqueléticos).

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	RESPONSABLE	HERRAMIENTAS Y REGISTROS
Identificación, descripción y evaluación de las condiciones de salud de la población expuesta	Utilizando la información proporcionada por las siguientes fuentes se consolida en un informe de condiciones de salud y trabajo de la población desde el punto de vista osteomuscular e identificar su nivel de riesgo: - Descripción demográfica de la población - Análisis de ausentismo - Accidentalidad laboral - Exámenes médicos periódicos	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	Documento diagnóstico de condiciones de salud y trabajo. Reporte de los exámenes médicos ocupacionales. Matriz de

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS
---	--

	- Matriz de seguimientos de casos osteomusculares con recomendaciones - Auto reporte de condiciones de salud - Valoración Osteomuscular y Examen Médico con Énfasis Osteomuscular (IPS, Proveedor)		trabajadores con recomendaciones.
Identificación de cargos y/o grupos de trabajadores con prioridad de intervención (población objeto, universo de vigilancia)	Utilizando la información obtenida en los dos puntos anteriores se identifican los cargos y/o grupos de trabajadores que requieren una intervención prioritaria Diagnóstico de condiciones de salud y trabajo.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	Diagnóstico de condiciones de salud y trabajo.
Presentación gerencial	Se realizará presentación a gerencia de SST y equipo para determinar ejecución de intervención.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	Acta de reunión

Objetivo (Hacer): Disminuir la probabilidad de aparición de lesiones musculo esqueléticas en la población trabajadora, aplicando y supervisando las medidas de control organizacionales, tecnológicas, de diseño e higiene industrial tendientes a reducir riesgos y evitar que las modificaciones en los procesos industriales/actividades de trabajo generen nuevos riesgos (Guía técnica de programa de vigilancia epidemiológica para desordenes musculo esqueléticos, GATISST DME, 7.2 Intervención para el control de riesgo).

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	RESPONSABLE	HERRAMIENTAS Y REGISTROS
Aplicación de medidas de control específicas de acuerdo con las características del riesgo. Se definirán mediante herramientas de análisis de costos el criterio de "hasta donde sea razonablemente posible" para definir las intervenciones a gestionar.	La metodología de intervención contempla los siguientes pasos, estos requieren procesos de formación estructurados para los diferentes responsables y orientados a fortalecer las competencias en el tratamiento de riesgo de carga física: Autogestión (baja y media complejidad de intervención): Todo factor de riesgo identificado en las listas de verificación como largo plazo, mediano plazo, largo plazo, inmediato que pueda ser solucionado con actividades de mantenimiento, orden y aseo serán aplicados por las diferentes áreas en procesos participativos de mejoramiento, privilegiando la	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	Matriz de mejoras con las recomendaciones y los responsables de su ejecución para su seguimiento.

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS
---	--

	autogestión.		
Asignar recursos y responsables, definir cronograma.	Una vez definido el plan de mejoras y estrategias, se especificarán las actividades requeridas y se asignarán los recursos y responsables.		Matriz de mejoras con recomendaciones para seguimiento.

Objetivo (Hacer): Recomendar, fomentar y supervisar la implementación de prácticas seguras de trabajo, centradas en aspectos biomecánicos (posturas, movimientos, manipulación y transporte de cargas), utilización de herramientas y elementos que permitan el control de riesgo (Guía técnica de programa de vigilancia epidemiológica para desordenes musculo esqueléticos, GATISST DME, 7.2 Intervención para el control de riesgo).

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	RESPONSABLES	HERRAMIENTAS Y REGISTROS
Definición de estándares, aplicación de buenas prácticas posturales.	Se aplicarán estrategias para la implementación de prácticas seguras y modos operatorios seguros en el momento en que se cumpla con uno de los siguientes criterios: • La condición de trabajo ha sido mejorada y el funcionamiento óptimo o mantenimiento de esta depende de la práctica segura. • La condición de trabajo ha sido intervenida hasta donde es razonablemente posible y el riesgo residual solo puede ser minimizado mediante una práctica segura. • Lo condición insegura se encuentra en proceso de intervención y el nivel de riesgo residual, de carácter temporal, justifica la implementación de una práctica segura. • Para lo anterior se aplicarán modelos participativos, ligados a análisis de riesgos y formulación de estándares posturales y modos operatorios seguros. • Cuando existan definidas buenas prácticas posturales se propondrán obviando este proceso. • Una vez logrado el consenso frente a estos estándares, se difundirán y mediante herramientas de aseguramiento se garantizará su aplicación y cumplimiento (observación del comportamiento).	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo Consultor	Estándares posturales o ergonómicos de tareas críticas. Ficha de observación de comportamiento

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS
---	--

Formación, entrenamiento de líderes	Formación y entrenamiento de líderes. Entrenamiento en seguimiento al cumplimiento de estándar. Divulgación de estándar de manejo de carga a los trabajadores.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo Consultor	Registros de asistencia Actas
---	--	---	--------------------------------------

Objetivo (Hacer): Promover en los trabajadores hábitos orientados a fortalecer factores protectores frente a los desórdenes musculo-esqueléticos.

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	RESPONSABLES	HERRAMIENTAS Y REGISTROS
Estilos de vida y trabajo saludable: Actividad física.	- Formación en hábitos y estilos de vida saludable. - Intervención en factores de riesgo psicosocial	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	Registros de asistencia a las diferentes actividades.

Objetivo (Verificar - Actuar): Disminuir o evitar la progresión de las lesiones en los trabajadores que presentan patología musculo esquelética o en los susceptibles (Guía técnica de programa de vigilancia epidemiológica para desordenes musculo esqueléticos, GATISST DME.

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	RESPONSABLES	HERRAMIENTAS Y REGISTROS
Identificación y atención precoz de los casos de desorden musculo-esquelético.	Captura de casos: - Exámenes médicos ocupacionales. - Análisis mensual del ausentismo. - Evaluación de condiciones de trabajo.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo IPS Proveedora Consultor	Matriz de trabajadores con recomendaciones. Matriz de ausentismo.
Diagnóstico oportuno, calificación de origen y tratamiento oportuno y adecuado de los casos identificados.	- Remisión de casos identificados a EPS y ARL para su diagnóstico y tratamiento. - Análisis de puestos de trabajo para calificación de origen	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo IPS Proveedora	Matriz de trabajadores con recomendaciones.

Objetivo (Verificar – Actuar): Promover y mantener la calidad de vida y la productividad de los trabajadores afectados por desórdenes músculo esqueléticos.

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS
---	--

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	RESPONSABLES	HERRAMIENTAS Y REGISTROS
Valoración médico tratante (componente clínico). Ajuste de la tarea y de las condiciones organizacionales y del trabajo por la empresa (Componente ergonómico y organizacional).	- Recomendaciones médicas. - Programa de reintegro y rehabilitación.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo IPS Proveedora	Carta de recomendaciones médicas. Informe de reintegro y seguimiento de recomendaciones médicas.
Seguimiento en campo	- Seguimiento al cumplimiento de estándares. - Aplicar listas de verificación de carga física.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo Consultor	Formato de seguimiento.
Revisión de indicadores	Plan de acción indicadores.	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo Consultor	Matriz de indicadores.
Acciones de mejora	Seguimiento al cumplimiento de acciones de mejoras, preventivas y correctivas	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo Consultor	Plan de acción.

8. INDICADORES PROPUESTOS

TIPO DE INDICADOR	NOMBRE DEL INDICADOR	FRECUENCIA DE MEDICION	RESPONSABLE	FORMULA
Indicadores de proceso	cumplimiento de actividades	TRIMESTRAL	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	$\text{N}^\circ \text{ de actividades realizadas} / \text{N}^\circ \text{ de actividades programadas} * 100$
	Porcentaje de mejora de condiciones de trabajo	TRIMESTRAL	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	$\text{No. de condiciones mejoradas} / \text{No. de condiciones subestandar identificadas} * 100$
	Cobertura de las actividades ejecutadas	TRIMESTRAL	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	$\text{No. de trabajadores capacitados} / \text{No. de trabajadores programados} * 100$

	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS
---	--

Indicadores de Resultados	Incidencia de casos de origen Osteomuscular	TRIMESTRAL	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	No. de casos nuevos con DME de origen Osteomuscular en el periodo/Total población expuesta*100
	Prevalencia de casos de origen Osteomuscular	TRIMESTRAL	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	No. de casos nuevos y antiguos con DME de origen Osteomuscular en el periodo/Total población expuesta*100
	Incidencia de sintomáticos de origen Osteomuscular	TRIMESTRAL	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	No. De casos sintomáticos nuevos en el periodo/Total población expuesta*100
	Prevalencia de sintomáticos de origen Osteomuscular	TRIMESTRAL	Jefe sección seguridad y salud en el trabajo	No. de sintomáticos nuevos y antiguos en el periodo/Total población expuesta*100

9. Requisitos legales y corporativos

9.1 Legislación Colombiana

- **Ley 9 de 1979.** Por la cual se dictan medidas sanitarias, normas para preservar, conservar y mejorar la salud de los individuos en sus ocupaciones.
- **Decreto 614 de 1984.** por el cual se determinan las bases para la organización y administración de Salud Ocupacional en el país.
- **Ley 1562 de 2012.** "Por la cual se modifica el sistema de riesgos laborales y se dictan otras disposiciones en materia de salud ocupacional".
- **Resolución 2844 de 2007 del Ministerio de La Protección Social.** Por la cual se adoptan las Guías de Atención Integral de Salud Ocupacional Basadas en la Evidencia.
- **Guía Técnica de Sistema de Vigilancia Epidemiológica en Prevención de Desórdenes Musculo esqueléticos en Trabajadores en Colombia de 2007 del Ministerio De La Protección Social.**
- **Documentación ARL SURA.** Línea de Intervención para el cuidado, Ergonomía.
- **Decreto 1072 de 2015, decreto unificado.** Enmarca al decreto 1443 de 2014, Por el cual se dictan disposiciones para la implementación del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SGSST).
- **Resolución 1111 de 2017,** Por la cual se definen los Estándares Mínimos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo para empleadores y contratantes.
- **ISO 45001,** Sistemas de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo..



**PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO
PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS
DESÓRDENES MÚSCULO ESQUELÉTICOS**

CONTROL DE CAMBIOS

VERSION N°.	FECHA DE LA REVISIÓN	RESUMEN DE LOS CAMBIOS
00	Junio 2021	Actualización de documento.
01	Marzo 2023	Actualización de documento se incluyen resultados línea basal 2023
02	Mayo 2024	Actualización del documento donde se elimina línea basal y se reestructura el documento.