

Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Alumno:

Erick Alexander Hernández López

Materia:

MEDICINA DEL TRABAJO

Trabajos

Sistema Músculo Esquelético

Docente:

Dra. Ana Laura Domínguez Silva

Comitán de Domínguez Chiapas a 24/06/2020.

Enfermedades profesionales SISTEMA MÚSCULO ESQUELÉTICO

Los trastornos musculoesqueléticos comprenden un conjunto de lesiones y síntomas que afectan al sistema osteomuscular y a sus estructuras asociadas, es decir, huesos, músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, nervios y sistema circulatorio. Consideramos TME de origen laboral aquellos que son inducidos o agravados por el trabajo que se realiza y las condiciones en que se desarrolla. Estos pueden ser ocasionados:

- Por esfuerzos súbitos, provocando accidentes laborales.
- Por esfuerzos repetitivos, provocando enfermedades profesionales.

Los TME provocados por esfuerzos súbitos son de carácter accidental por sobreesfuerzos y producen lesiones tales como esguinces, torceduras, dislocaciones y fracturas. Algunos de los condicionantes de las bajas por sobreesfuerzos físicos son las malas posturas, los intentos de coger un peso desproporcionado o la falta de condiciones ergonómicas. El dolor es el síntoma más frecuente y muchas veces es de la única forma que se manifiesta. No obstante, puede aparecer hinchazón, fatiga, pérdida de fuerza, limitación de la movilidad, hormigueos e incluso pérdida de sensibilidad. La aparición de estos síntomas acostumbra a ser gradual, inicialmente suelen ser leves y transitorios, pero evolucionan de manera desfavorable si no se detectan precozmente y se aplican las medidas adecuadas.

FACTORES QUE AUGMENTAN EL RIESGO DE LOS TME

Centrándonos únicamente en el puesto de trabajo, entendemos que hay factores laborales propios de la construcción que aumentan el riesgo de TME. Pero, además, también existen factores personales que podrían propiciar la aparición de estas lesiones en las áreas de trabajo.

- Factores individuales y personales
- Factores biomecánicos y físicos
- Factores organizativos y psicosociales

Alguno de los factores enumerados a continuación pueden contribuir, por sí mismos o en combinación con otros, a la aparición de TME. A continuación citaremos los más representativos:

a) Factores individuales y personales:

- Antecedentes médicos.
- La edad y el sexo del trabajador

- Capacidad física, flexibilidad...
- Determinadas medidas antropométricas como el peso, la altura y el índice de masa corporal.
- Hábito de consumo de tabaco.

b) Factores físicos y biomecánicos:

- Aplicación de fuerza, como, por ejemplo, el levantamiento, el transporte, la tracción y el empuje de cargas, así como el uso de determinadas herramientas.
- Movimientos repetitivos.
- Posturas estáticas, como ocurre cuando se permanece de forma prolongada en posición de pie, en cuclillas, arrodillado o con un solo apoyo de rodilla.
- Posturas forzadas, como ocurre cuando se mantienen las manos por encima del nivel de los hombros o con los brazos en gran amplitud angular.
- Presión directa sobre herramientas y superficies.
- Vibraciones.
- Entornos fríos o muy calurosos.
- Niveles de ruidos elevados que causan tensiones en el cuerpo.

Hombro: patología tendinosa crónica del manguito de los rotadores

El manguito rotador está formado por un grupo de músculos y tendones que van pegados a los huesos de la articulación del hombro, permitiendo que éste se mueva y manteniéndolo estable. El manguito rotador está formado por los tendones de cuatro músculos: subescapular, supraespinoso, infraespinoso y redondo menor y sus accesorios músculo tendinosos. Además, una bolsa en el espacio subacromial proporciona la lubricación del manguito rotador.

La tendinitis crónica del manguito de los rotadores llega en algunos años incluso al 10% en trabajadores de la construcción, trabajadores que frecuentemente han realizado tareas manuales pesadas con grandes esfuerzos de hombros.

Algunos ejemplos en la construcción son:

- Montadores de estructuras que hayan de realizar esfuerzos en la posición de brazo levantado. Ocurre lo mismo con los trabajadores que tengan que manipular elementos prefabricados pesados para descargar, posicionar, situar o fijar en la obra.
- En el oficio de yesero o escayolista se trabaja haciendo esfuerzos considerables al levantar el peso del material para enyesar y aplicar presión sobre los paramentos a revestir. Se pueden dar estos trabajos tanto en paredes como techos.

- El albañil lleva a cabo trabajos diversos en los que se puede hacer movimientos y esfuerzos parecidos: revocados u otros revestimientos, abertura de regatas, etcétera.
- Los pintores también hacen movimientos muy similares cuando pintan paredes y techos si no utilizan los mecanismos adecuados para evitar esta posición de trabajo con el brazo levantado.

Codo: epicondilitis y epitrocleitis

El epicóndilo es la zona situada en la parte lateral externa del codo donde se insertan los músculos del antebrazo. La inflamación de la zona de inserción de estos músculos, afectando la bolsa humeral, el periostio y el ligamento anular, se conoce como epicondilitis. El epitrócleo se encuentra en la parte lateral interna del codo donde se insertan los músculos flexores del antebrazo, muñeca y mano. La epitrocleitis es la inflamación de la inserción tendinosa de los músculos flexores de la muñeca y de los dedos a nivel del epitrócleo: pronador redondo, palmar mayor, flexor común superficial de los dedos y cubital anterior.

Ejemplos en la construcción son:

- El oficio de albañil incluye trabajos en los que hay que cortar elementos cerámicos (ladrillos, baldosas), bloques de hormigón, piezas para revestimientos. paleta, piqueta, escarpa y maceta. Construir obra de fábrica, así como otras tareas, puede suponer una repetición importante de estos impactos durante la jornada laboral.
- También aparecen las tareas de enfoscado, que consiste en lanzar repetidamente con la paleta una cantidad de mortero de cemento y es una operación habitual, previa a cualquier revocado, que implica los factores de riesgo antes mencionados.
- Los carpinteros o ebanistas también se incluyen dentro de los trabajadores con riesgo.

Mano/muñeca: síndrome del túnel carpiano

Esta EP consiste en un síndrome neurológico producido por el atrapamiento del nervio mediano en el túnel carpiano, estructura que comparte con los tendones flexores de los dedos y vasos sanguíneos.

Estos movimientos y esfuerzos se producen en diferentes oficios en la construcción, por ejemplo:

- Muchos de los trabajos habituales de albañilería: obra de fábrica, enladrillados, carpintería, trabajos de soldadoras, enlucidos...
- Trabajos de pintura, en general, de techos y paredes.
- Utilización de herramientas que transmiten vibraciones: martillos neumáticos, trabajos de desbrozado previos a excavaciones, uso de vibradores en la fabricación de piezas y estructuras de cemento armado. Gran parte de las máquinas

portátiles utilizadas en la construcción producen vibraciones.

Extremidad inferior: bursitis en las rodillas

Enfermedades profesionales causadas por agentes físicos. Enfermedades provocadas por posturas forzadas y movimientos repetitivos en el trabajo: enfermedades de las bolsas serosas debidas a la presión, celulitis subcutáneas: Bursitis crónica de las sinoviales o de los tejidos subcutáneos de las zonas de apoyo de las rodillas.

Las bolsas serosas o bursas son cavidades revestidas de sinovial que se encuentran en las rodillas, localizadas preferentemente en la zona de apoyo y de rozamiento, entre los músculos y una prominencia ósea. La inflamación de estas bolsas se conoce como bursitis. La que es de origen laboral suele venir provocada por trabajos que requieren mantener una posición arrodillada.

Trabajo permite detectar problemas relacionados con diferentes aspectos:

- La carga física de la actividad realizada: posturas forzadas, movimientos repetitivos, manejo manual de cargas, fuerzas, etc.
- El diseño del puesto de trabajo: alturas de trabajo, espacio disponible, herramientas utilizadas, etc.
- El diseño de los elementos utilizados para realizar la tarea: herramientas, vehículos, máquinas, etc.
- Las condiciones ambientales del puesto de trabajo: ruido, vibraciones, iluminación temperatura, humedad, etc.

Patologías del Sistema Musculo Esquelético

Enfermedades

Comprenden un conjunto de lesiones y síntomas

Pueden afectar

Al sistema osteomuscular es decir, huesos, músculos, articulaciones.

Ocasionados por

Esfuerzos súbitos y esfuerzos repetitivos

Hombro

Manguito rotador está formado por un grupo de músculos y tendones

Tendinitis crónica

Montadores de estructura

Esfuerzos en la posición de brazo levantado

Yesero

Esfuerzos al levantar el peso del material

Albañil

Puede hacer movimientos y esfuerzos

Pintores

Posición brazo levantado.

Codo

En el codo y en el antebrazo aparece la enfermedad profesional que más afecta en la

Epicondilitis

La inflamación de la zona de inserción de estos músculos (bolsa humeral, el periostio y el ligamento anular)

Epitrocleitis

Inflamación de la inserción tendinosa

Mano/Muñeca

Engloba cerca del 15% de EP del grupo 2 en el sector de la

Tenosinovitis de De Quervain

Inflamación crónica de los tendones del pulgar.

Tenosinovitis

Se caracteriza por dolor y pérdida de fuerza.

Extremidad inferior

La zona de las rodillas es muy castigada en según qué actividades de este sector

Bolsas serosas

Encuentran en las rodillas localizada en los músculos y una prominencia ósea

Bursitis

Origen laboral suele venir provocada por trabajos que requieren mantener una posición arrodillada.

Bibliografía

- Pueyo Burrel, A., & Abad, J. (2015). Trastornos musculoesqueléticos y enfermedades profesionales en la construcción. Politécnica de Catalunya, 1-71.