

Las pérdidas económicas por enfermedades y lesiones ocupacionales representan, en América Latina, del 9 al 12% del Producto Interno Bruto (PIB), según un cálculo de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) que aparece en la investigación Estadísticas de Riesgos de Trabajo en el IMSS.

De los 43 millones de mexicanos que conforman la Población Económicamente Activa, sólo un 12% cuentan con seguridad social, informó la autora del estudio, Guadalupe Aguilar Madrid, directora de la Unidad de Investigación en Salud en el Trabajo, del Centro Médico Nacional Siglo XXI.

“Se tienen identificadas unas 2,500 enfermedades del trabajo; las más frecuentes corresponden a cáncer atribuible a la exposición de sustancias peligrosas, enfermedades musculoesqueléticas y respiratorias”, afirmó Aguilar.

El rendimiento de una persona se ve perjudicado “en muchos casos por malas posturas y equipos inadecuados. No existe conciencia sobre la importancia del mobiliario en su desempeño. Por ejemplo, si la pantalla de la computadora no se coloca a cierta altura y en forma adecuada aparece la fatiga visual. Algunas oficinas no están lo suficientes bien ventiladas, se recurre a un ventilador y eso ocasiona resequedad de las mucosas”, puntualizó la especialista.

Los trabajadores se enfrentan a enfermedades que deterioran su actividad laboral y salud, y tienen su origen en situaciones como la presión que viven y la mala ergonomía del lugar.

No todas las enfermedades están legisladas: un ejemplo de ello es el caso del estrés, explica la médica. “(El estrés) sólo está reconocido por la Ley Federal del Trabajo como un problema asociado a la profesión de pilotos. Y ¿acaso un periodista que debe cerrar su nota o un médico, no presentan esto?”.

1. Dolor de espalda: Los dolores de hombros, cuello y cintura son de los más reportados. “El diseño deficiente del lugar de trabajo, desde el punto de vista ergonómico, se relaciona con esto. Es muy común tener sillas con respaldo inadecuado y escritorios muy pequeños”. Los empleados pueden llegar a sufrir, por ejemplo, síndrome del túnel carpiano, causado por la flexión reiterada de la muñeca, que produce pérdida de fuerza en las manos, dice la experta.
2. Fatiga visual: ¿Has sentido que tienes arena en los ojos, éstos se encuentran rojos y te arden? Son síntomas de la fatiga visual, otro de los trastornos comunes, causado por la continua lectura de documentos, las computadoras sin protectores visuales o mal colocadas (frente a una fuente de luz).
3. Agotamiento: La especialista del Centro Médico Siglo XXI indica que entre la gente de oficina, como administrativos, personal de telemarketing y servicio al público, puede aparecer el síndrome burnout (agotamiento profesional). Entre los síntomas están: fatiga, aburrimiento, frustración y, en general, un sentimiento de perder el interés en lo que se hace.

4. Estrés: Este padecimiento produce desde dolores de cabeza, reacciones en la piel (como dermatitis), úlceras estomacales y disminución de la satisfacción laboral. El estrés forma parte de las enfermedades psicosociales, las cuales han aumentado debido a los ritmos exagerados de trabajo. El estrés es algo normal, “ayuda a estar alerta”, pero cuando ese problema se extiende por mucho tiempo y es difícil de controlar, aparece el disestrés, que propicia o empeora las enfermedades mencionadas.
5. Cansancio: El Síndrome de la Fatiga Crónica (SFC) es un mal que puede disminuir hasta un 50% la productividad laboral, indica Miguel Zamora Olvera, del Hospital de Psiquiatría con Unidad de Medicina Familiar No. 10. Este padecimiento es una alteración de cansancio o agotamiento prolongado que no se alivia con el descanso, y cuyos síntomas son: pereza, insomnio, molestia muscular y fiebre, entre otros, explicó el médico. El SFC afecta a 500,000 mexicanos, según datos del Instituto Mexicano del Seguro Social.
6. Obesidad: Representa una situación en aumento, sobre todo por los hábitos de sedentarismo. En muchos casos, las personas pasan largas horas sentados y eso incrementa la ingesta de comida chatarra. En los comedores de las empresas existe poca información respecto a cómo cuidar tu alimentación y las complicaciones que este padecimiento genera.
7. Malestares gastrointestinales después de varios meses de molestias en el estómago, como inflamación, estreñimiento y dolor abdominal, Cecilia Hernández, profesionista en comunicación, visitó al médico y al diagnóstico fue Síndrome de Intestino Irritable (SII), empeorado -en buena medida- por su estrés. El Síndrome de Intestino Irritable es un ejemplo de enfermedad que afecta en el ámbito del trabajo por sus síntomas y es frecuente entre los 30 y 45 años, edad en que la persona está en plena etapa de productividad. Las más perjudicadas son las mujeres, y repercute en un 15 a 20% en el ausentismo laboral”, señala el médico Alfredo Rodríguez Magallán, Jefe del Servicio de Gastroenterología del Hospital Juárez de México.