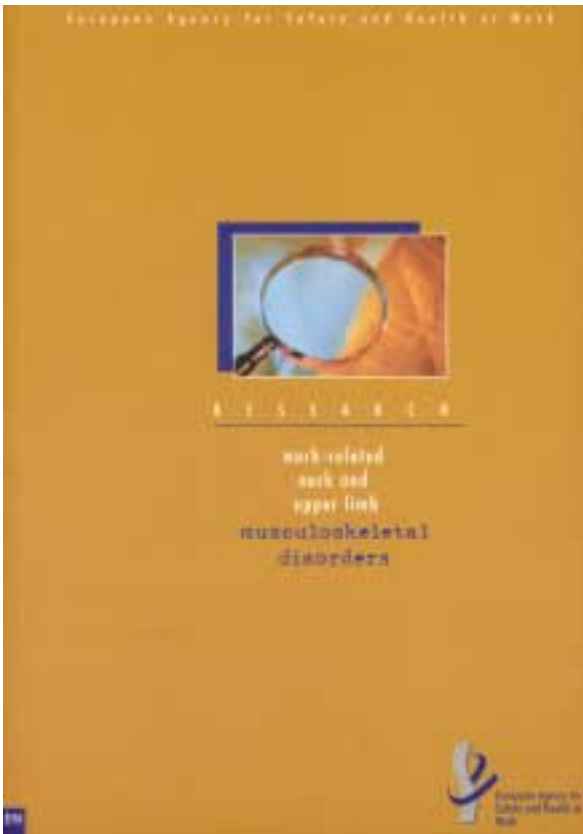


## Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral del cuello y las extremidades superiores: Resumen del Informe de la Agencia

Los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral del cuello y las extremidades superiores (TMOLCES) son una de las enfermedades relacionadas con el trabajo más comunes, que afectan a millones de trabajadores europeos de todos los sectores laborales. Esta ficha resume las principales conclusiones de un informe que la Agencia ha dedicado a examinar el alcance, las causas y las formas de prevención del problema.



El informe sobre Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral del cuello y las extremidades superiores (TMOLCES) fue encargado y publicado por la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo. Pasa revista a los actuales conocimientos científicos sobre las causas de estas alteraciones y las estrategias para tratarlas. Un grupo de científicos expertos en la materia ratificaron su contenido. A su vez, representantes de los trabajadores y de los empresarios, así como varias autoridades oficiales de los Estados miembros europeos hicieron su aportación. El trabajo fue iniciado a petición de la Comisión Europea y llevado a cabo por la Universidad de Surrey del Reino Unido.

### Conclusiones y recomendaciones

- Los actuales conocimientos científicos sobre el tema proporcionan a los empresarios la información suficiente para poder proteger a los trabajadores que tengan mayor riesgo de contraer TMOLCES.

- Es necesario el debate para resolver la falta de métodos normalizados, para el tratamiento de los TMOLCES, en los Estados miembros.
- En varios sectores es necesario seguir investigando.

### Magnitud del problema

Está fehacientemente demostrado que en la Unión Europea los TMOLCES representan un problema importante en materia de salud y costes asociados; problema que, sin duda, irá a más ya que los trabajadores están cada vez más expuestos en su trabajo a los factores de riesgo que originan estas alteraciones.

Los datos existentes en los países nórdicos y los Países Bajos sugieren que el coste de los TMOLCES oscila entre el 0,5% y el 2% del PIB.

Aunque algunos estudios demuestran que estas alteraciones afectan a una buena proporción de trabajadores de todos los Estados miembros, los índices de incidencia parecen variar mucho entre los diferentes Estados. Resulta difícil la comparación directa de datos recogidos y analizados de distinto modo, y se desconoce el grado de fiabilidad de la información. A pesar de ello, lo cierto es que informes elaborados con un diseño similar han arrojado grandes diferencias, diferencias cuyas razones han de ser mejor investigadas.

### Grupos de riesgo

Los TMOLCES pueden producirse en cualquier tipo de trabajo y sector laboral. Ahora bien, algunos grupos parecen presentar mayores riesgos:

#### Entre las industrias y grupos de mayor riesgo cabe destacar:

- agricultura, silvicultura y pesca
- manufacturas, minería
- operadores de máquinas
- artesanos, sastres
- construcción
- venta al por mayor, al detalle y reparación
- hostelería y restauración
- secretarios y mecanógrafos
- cargadores y descargadores

Parece demostrado que los TMOLCES afectan más a las mujeres que a los hombres debido más al tipo de trabajo que realizan que por factores de género o personales. La importancia de las diferencias de género y sus implicaciones para el diseño de sistemas de trabajo excedían el tema de este trabajo, pero requieren una mayor investigación.

### Orígenes biológicos de las alteraciones

Parece bastante probable que los TMOLCES tengan una base biológica. Estudios científicos sobre la biomecánica, la modelización matemática y la medida directa de los cambios fisiológicos facilitan una hipótesis coherente y convincente sobre las causas biomecánicas de la patología de trastornos que afectan a los músculos, los nervios, los tendones y otros tejidos corporales.

No se conocen por igual los mecanismos biológicos de los TMOLCES en todas las alteraciones. Del síndrome del túnel carpiano, por ejemplo, se sabe muchísimo, pero no así de otras alteraciones. Ahora bien, incluso de aquellas alteraciones de las que menos se sabe, existen razones plausibles para sospechar un origen biológico, y la investigación va por esos derroteros.

### Los TMOLCES y su relación con el trabajo

Los informes científicos establecen una firme relación entre algunos TMOLCES y el trabajo, especialmente en trabajos con más factores de riesgo.

#### Los siguientes factores incrementan el riesgo de TMOLCES:

- Malas posturas
- Movimientos muy repetitivos
- Movimientos manuales enérgicos
- Vibración mano-brazo
- Presión mecánica directa sobre los tejidos corporales
- Entornos de trabajo fríos
- Cómo se organiza el trabajo
- Cómo perciben los trabajadores la organización del trabajo (factores psicosociales)

Se conocen menos las interacciones entre los factores de riesgo, es decir, el efecto de la combinación de varios factores sobre el nivel general de riesgo de lesión. Ello implica que es difícil hacer estimaciones concretas sobre el nivel de riesgo de lesión cuando se está expuesto a varios factores de riesgo en el lugar de trabajo. De cualquier modo, se puede y se debe determinar cuáles son los grupos de trabajadores con mayor riesgo, y ésta debería ser una prioridad para cualquier estrategia de prevención.

Las investigaciones muestran que si se reduce la carga biomecánica sobre el cuerpo - la exposición a factores de riesgo en el lugar de trabajo- disminuye la frecuencia de los trastornos musculoesqueléticos del cuello y las extremidades superiores. Ésta es una nueva prueba de la relación existente entre el trabajo y estas alteraciones.

### Ámbito de la prevención

Los actuales conocimientos científicos en la materia y los consejos que aparecen, tanto en las directivas europeas de seguridad y salud como en otras normativas suministran estrategias de prevención de los TMOLCES, entre las que cabe citar:

- evaluación de riesgos
- vigilancia sanitaria
- información a los trabajadores
- formación a los trabajadores
- sistemas de trabajo ergonómicos
- prevención de la fatiga

La intervención ergonómica consiste en estudiar el efecto del lugar de trabajo, el equipo, los métodos y la organización del trabajo etc. para identificar cuáles son los problemas y sus posibles soluciones. Una intervención ergonómica apropiada para cada alteración concreta podría ayudar a evitar otros trastornos, dado que algunos de los trastornos implican procesos biológicos comunes.

Las organizaciones que ya han puesto en marcha programas de ergonomía preventiva y salud en el trabajo deberían ayudar a promover la acción en otras organizaciones. Debería, además, animarseles a evaluar la eficacia de los programas de prevención.

### Necesidad de un consenso europeo

Existe ya la información científica necesaria para que los empresarios puedan proteger a los trabajadores más expuestos al riesgo. Sin

embargo, el informe sugiere también la necesidad de un mayor debate y normalización a escala europea en varias áreas:

- Todavía no existen unos criterios normalizados para evaluar los TMOLCES en la UE.
- Para desarrollar un planteamiento normalizado, es necesario debatir con mayor profundidad sobre la evaluación del riesgo de TMOLCES.

### Cómo conseguir el informe

Puede descargarse el texto completo en inglés del sitio Web de la Agencia: <http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>

El informe impreso "Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders", Buckle, P., Devereux J., European Agency for Safety and Health at Work, 1999, ISBN 92-828-8174-1 – puede ser solicitado a la Oficina de Publicaciones Oficiales de las Comunidades Europeas de Luxemburgo (<http://eur-op.eu.int/>) o a sus oficinas de venta. El precio es de 7 euros (IVA no incluido).

### Campaña de información europea sobre Trastornos musculoesqueléticos

"¡Da la espalda a los trastornos musculoesqueléticos!" es el lema de la Semana Europea de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, que celebrarán en octubre del 2000 los quince Estados miembros de la Unión Europea. La Agencia ha elaborado fichas explicativas y otros productos informativos para dicha semana. <http://osha.eu.int/ew2000/> es el enlace directo para mantenerse informado sobre la Semana Europea.

