

# DIAGNOSTICO DE CONDICIONES DE SALUD

## EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES

**EXFOR S.A.**

Realizado por:



LICENCIA DE SALUD OCUPACIONAL N° LPSSO-00478-09R

PEREIRA, Mayo de 2015

## **IDENTIFICACIÓN DE LA EMPRESA**

Razón Social: EXFOR S.A.

Nit: 891.501.774-5

## RESUMEN

Estos exámenes médicos ocupacionales hacen parte de las Actividades en Salud Ocupacional que viene desarrollando **EXFOR S.A.**, entre sus trabajadores, y permite hacer un seguimiento de las **Condiciones de Salud** que estos presentan, siendo un referente importante para realizar ajustes o fortalecer los diferentes subprogramas del Sistema de seguridad y salud en el trabajo.

Se examinaron 243 trabajadores, 95.06 % hombres y 4.94 % mujeres, la gran mayoría entre los 20 y 40 años (65%), y principalmente en cargos de trabajo de campo como descortezador(32 %), obrero de silvicultura(15 %), durante la evaluación los principales riesgo ocupacionales percibidos y referidos por los trabajadores fueron: factores riesgo ergonómico (Carga estática, movimientos repetitivos, posturas forzadas, carga dinámica), de tipo mecánico por manejo de herramientas (por ejemplo machete), factores de riesgo de tipo físico (ruido), riesgo exposición a radiación solar).

Entre las impresiones diagnosticas en primer lugar están las relacionadas los trastornos visuales (65.02%), dentro de estos principalmente se diagnosticaron presbicia, Pterigion y astigmatismo, en segundo lugar están las hipoacusias no específicas con el 7.8%, seguidos de los trastornos metabólicos: hipercolesterolemia (7.41%), el 34% de los evaluados presenta sobrepeso u obesidad.

En las valoraciones, se encontró que la gran mayoría de los trabajadores presentó una evaluación médica con aptitud satisfactoria para el cargo, se detectaron 4 trabajadores con hallazgos sugestivos de enfermedad profesional, entre los que fueron valorados para trabajo en alturas al 4,51% se le hicieron requerimientos adicionales y el 2 trabajadores fueron aplazado pues requiere manejo médico y una nueva valoración para poder trabajar en alturas.

Teniendo en cuenta estos hallazgos se hicieron las debidas restricciones a cada trabajador, se plantearon recomendaciones individuales y a la empresa entre las cuales se destacan las relacionadas con la prevención de lesiones Osteomusculares

El Diagnóstico de Salud constituye una de las tareas claves dentro del análisis de información de Salud Ocupacional. Se basa en la información recolectada durante la realización de las actividades de Medicina del trabajo y hoy día constituye una herramienta básica para el equipo de Salud Ocupacional y las directivas de la compañía en la toma de decisiones.

Este documento presenta el ***Diagnóstico de Condiciones de Salud***.

## OBJETIVOS

- Establecer las condiciones de salud de los trabajadores de **EXFOR S.A.** como referencia para el desarrollo del Sistema de gestión en seguridad y salud en el trabajo, con el fin de tomar las medidas preventivas y correctivas pertinentes en sus condiciones de trabajo.
- Detectar la posible aparición de enfermedades profesionales entre los trabajadores, para adoptar las medidas necesarias para su manejo integral.
- Establecer los principales factores de riesgo percibidos por los trabajadores durante la evaluación médica ocupacional periódica para retroalimentar y actualizar el panorama de riesgos de la empresa.
- Cumplir con lo estipulado en la normatividad Colombiana, evitando sanciones legales por incumplimiento de las disposiciones establecidas.

## METODOLOGÍA

Estas evaluaciones médicas ocupacionales de los trabajadores de **EXFOR S.A.**, fueron realizadas por *Previsión Ltda.*, a través de sus médicos especialistas en salud ocupacional, durante el año 2014, se hicieron 243 exámenes médicos ocupacionales, teniendo en cuenta que algunos de los trabajadores asistieron en más de una ocasión durante este periodo.

En todos los casos, se hizo la orientación terapéutica y se dio educación en salud durante la evaluación médica. En los casos necesarios, se entregó al trabajador una remisión médica escrita para su EPS o entidad de salud requerida.

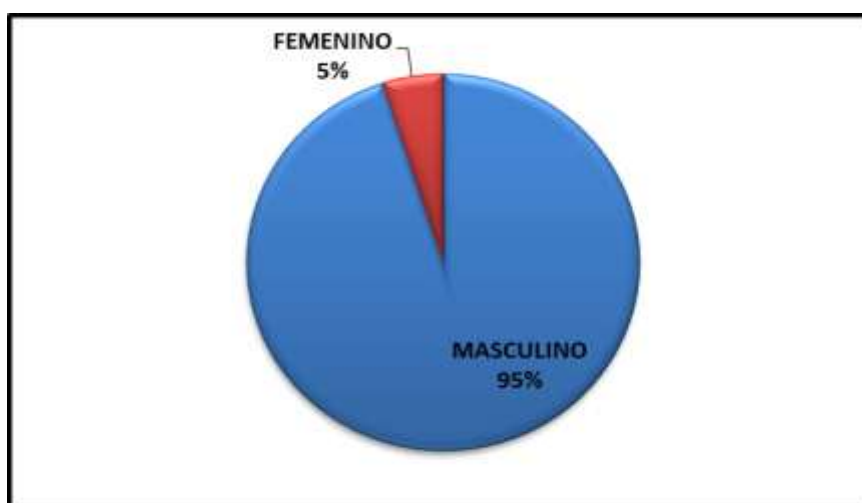
El manejo de las historias clínicas ocupacionales se ha realizado de acuerdo con lo definido en las resoluciones 2346 de julio de 2007 y 1918 de 2009, delegando su custodia en *Previsión Ltda.*

## ASPECTOS SOCIODEMOGRÁFICOS

**Tabla 1.** Distribución por Género de los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| GENERO       | FRECUENCIA | PORCENTAJE  |
|--------------|------------|-------------|
| Masculino    | 231        | 95.06 %     |
| Femenino     | 12         | 4.94 %      |
| <b>TOTAL</b> | <b>243</b> | <b>100%</b> |

**Grafico 1.** Distribución por Género de los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.



**Tabla 2.** Distribución por Edad de los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| EDAD         | FRECUENCIA | PORCENTAJE  |
|--------------|------------|-------------|
| 20-29 años   | 92         | 37.86 %     |
| 30-39 años   | 66         | 27.16 %     |
| 40-49 años   | 58         | 23.87 %     |
| >49 años     | 27         | 11.11 %     |
| <b>TOTAL</b> | <b>243</b> | <b>100%</b> |

**Tabla 3.** Distribución Según Estado Civil de los Trabajadores **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| ESTADO CIVIL | FRECUENCIA | PORCENTAJE  |
|--------------|------------|-------------|
| U libre      | 97         | 39.92%      |
| Soltero      | 93         | 38.27%      |
| Casado       | 48         | 19.75%      |
| Separado     | 4          | 1.65%       |
| Viudo        | 1          | 0.41%       |
| <b>TOTAL</b> | <b>243</b> | <b>100%</b> |

**Tabla 4.** *Distribución Según el Nivel Educativo de los Trabajadores EXFOR S.A., Enero a Diciembre de 2014.*

| <b>ESCOLARIDAD</b>     | <b>FRECUENCIA</b> | <b>PORCENTAJE</b> |
|------------------------|-------------------|-------------------|
| Primaria completa      | 76                | 31.28%            |
| Secundaria completa    | 50                | 20.58%            |
| Secundaria incompleta  | 44                | 18.11%            |
| Primaria incompleta    | 39                | 16.05%            |
| Tecnológica completa   | 12                | 4.94%             |
| Técnica completa       | 9                 | 3.7%              |
| Universitaria completa | 6                 | 2.47%             |
| Analfabeta             | 5                 | 2.06%             |
| Post grado completo    | 2                 | 0.82%             |
| <b>TOTAL</b>           | <b>243</b>        | <b>100%</b>       |

## CONDICIONES DE TRABAJO

### OCUPACIÓN

El cargo ocupado es un referente muy importante, en la evaluación ocupacional, ya que los riesgos ocupacionales a los que están expuestos los trabajadores se relacionan con su cargo y con las funciones que desempeña en la empresa.

La siguiente es la relación de cargos referidos por los trabajadores evaluados:

**Tabla 5.** Distribución por Cargos referidos por los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| CARGO REFERIDO                                | FRECUENCIA | PORCENTAJE | ACTIVIDADES REFERIDAS  |
|---|------------|------------|--|
| Descortezador                                 | 78         | 32.1 %     | Pelar madera con machete, arrumar madera. Manejo de machete, acomodar la madera en estibas, cargue y descargue del árbol.  |
| Silvicultura- Obrero<br>Silvicultura          | 38         | 15.6 %     | Operación forestal sembrar manejo de herramienta manual. sembrar fertilizar y platear , movilizar bultos de abono  |
| Arriero                                       | 26         | 10.7 %     | Amarrar madera, cargar y descargar madera en la bestia.  |
| Estrobador                                    | 21         | 8.6 %      | Trabajo en alturas en arboles, colocar cables de transporte de carga, estar de pie y deambulando.  |
| Sierrero -<br>motosierrista                   | 14         | 5.8 %      | Cortar madera tumbar madera y petrosiar o dimensionar. tumbar arboles picarlos manejo de motosierra  |
| Caminero Vías                                 | 9          | 3.7 %      | Tapar huecos rocería, arreglar vías regar material hacer cunetas limpiar alcantarillas. Arreglar vías manejo de herramientas tapar huecos cargar material.   |
| Jefe De Línea                                 | 5          | 2.06 %     | Operación Forestal.  |
| Guadañador                                    | 5          | 2.06 %     | Cortar maleza, palos manejo de disco para cortar.  |
| Supervisor                                    | 5          | 2.06 %     | Control de seguridad administración supervisión y control industrial. Acompañamiento recoger nomina.   |
| Coordinadora Siso                             | 5          | 2.06 %     | Investigación de accidentes de trabajo diligenciamiento, inspecciones de seguridad en campo. Inspeccionar el área, manejo de personal, manejo de computador, manejo de teléfono.   |
| Supervisor Cosecha                            | 5          | 2.06 %     | Instalación y supervisión de cables de acero para sacar madera del área estar pendiente de la producción. Planear, organizar, controlar, dirigir, (diligenciar permisos para alturas).   |
| Obrero De<br>Investigación -<br>Investigación | 4          | 1,6 %      | Hacer mediciones, toma de muestras de madera recolección de semillas. Encargado de los arboles estar pendiente del crecimiento de los arboles enfermedades. Recopilación de información, pasar informes, manejo de computador, trabajo de campo. |
| Ayudante De<br>Construcción                   | 3          | 1.23 %     | Manejo de herramientas hacer mezclas pegar adobe oficios varios.   |
| Operario De Maquina                           | 3          | 1.23 %     | Halar madera, instalaciones de cables, operar maquina  |



|                                     |   |        |  |
|-------------------------------------|---|--------|--|
|                                     |   |        | de extracción trabajos en alturas. Despacho de madera, cargar carros, mantenimientos de equipos, Manejo de maquinaria construcción y evacuación de vías. |
| Operador Evacuación                 | 3 | 1.23 % | Evacuar madera carga de madera, operar maquina cargador bell.  |
| Supervisor De Silvicultura          | 2 | 0.82 % | Acompañamiento a los trabajadores control de calidad.  |
| Operador Equipos De Extracción      | 2 | 0.41 % | Manejo de maquina subir a torres amarrar cables, Amarrar cables, instalar desinstalar.   |
| Inspector De Equipos                | 1 | 0.41 % | Vigilar los equipos en una torre. Revisar el lugar estar pendiente que no falte nada.  |
| Auxiliar De Salud Ocupacional       | 1 | 0.41 % | Supervisar todo lo relacionado con actividades o tareas del trabajador, hacer listas de chequeo, realizar a los trabajadores pausas activas.             |
| Monitor                             | 1 | 0.41 % | Revisión de instalaciones, de equipos de extracción llenar formatos y trabajos en alturas para hacer las instalaciones de cables aéreos.                 |
| Auxiliar De Sistemas De Información | 1 | 0.41 % | Programación manejo documental y gestión.  |
| Asistente Administrativo            | 1 | 0.41 % | Parte de afiliación de los empleados hacer nominas inventarios dotaciones hacer capacitaciones.  |
| Operador De Grúa Barco              | 1 | 0.41 % | Manejo de máquina para coger la madera y subirla en los carros.  |
| Gestor Administrativo               | 1 | 0.41 % | Manejar todo lo relacionado con proveedores - manejo de personal.  |
| Oficial De Construcción             | 1 | 0.41 % | Mampostería, revocar, trabajar con hierro, manejo de herramientas.   |
| Cotero                              | 1 | 0.41 % | Llenar Los Vehículos Instalación De Cableria, Descortezar Madera Limpiar Madera.   |
| Coordinador De Alturas              | 1 | 0.41 % | Liderar la parte ambiental y seguridad ocupacional trabajos en alturas.  |
| Coordinador Ambiental               | 1 | 0.41 % | Gestión ambiental de residuos gestión de cuidado de recursos naturales gestión de ahorro de energía.   |
| Gestora Del Riesgo                  | 1 | 0.41 % | Coordinar trabajos en alturas, dirigir sistemas de gestión, dirigir los procesos de seguridad en el trabajo y ambiente.                                  |
| Mochero                             | 1 | 0.41 % | Asear pesebrera cargar pasto y picar en maquina.   |
| Obrero De Vías                      | 1 | 0.41 % | Arreglar las vías tapar huecos, manipular herramientas.  |
| Coordinador De Operaciones          | 1 | 0.41 % | Estar pendiente de que los trabajadores trabajen con las normas de seguridad pertinentes, supervisión de los trabajadores y de maquinaria.               |

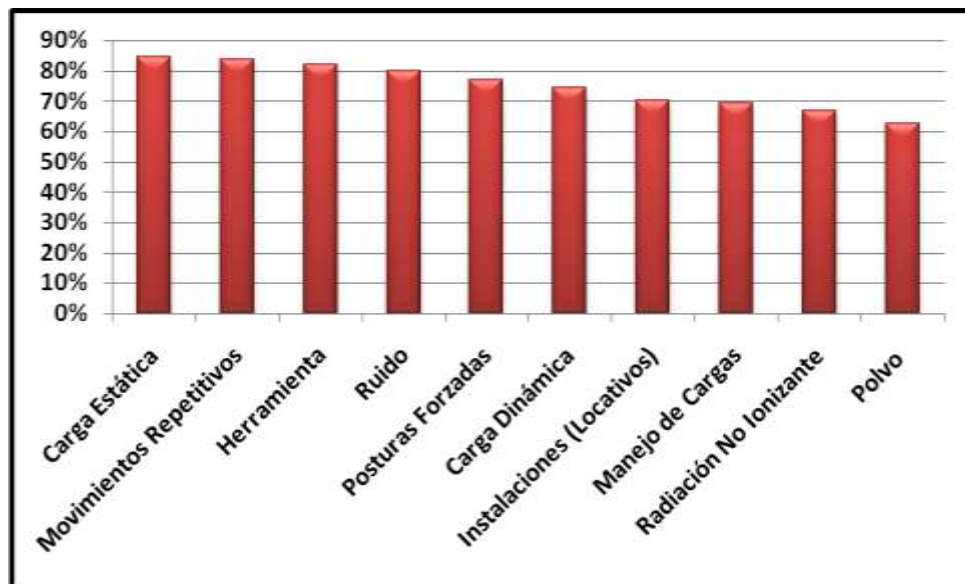
## FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL

Los riesgos ocupacionales referidos por los trabajadores fueron:

**Tabla 6.** Factores de Riesgo Referidos por los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| FACTOR DE RIESGO                | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------------------------|------------|------------|
| Carga Estática                  | 206        | 84.77 %    |
| Movimientos Repetitivos         | 203        | 83.54 %    |
| Herramienta                     | 199        | 81.89 %    |
| Ruido                           | 194        | 79.84 %    |
| Posturas Forzadas               | 187        | 76.95 %    |
| Carga Dinámica                  | 181        | 74.49 %    |
| Instalaciones (Locativos)       | 171        | 70.37 %    |
| Manejo de Cargas                | 169        | 69.55 %    |
| Radiación No Ionizante          | 162        | 66.67 %    |
| Polvo                           | 152        | 62.55 %    |
| Puesto de Trabajo no ergonómico | 146        | 60.08 %    |
| Biológico                       | 119        | 48.97 %    |
| Proyección Partículas           | 100        | 41.15 %    |
| Iluminación                     | 87         | 35.8 %     |
| Almacenamiento                  | 81         | 33.33 %    |
| Seguridad Personal              | 76         | 31.28 %    |
| Elevada responsabilidad         | 76         | 31.28 %    |
| Cumplimiento de metas           | 61         | 25.1 %     |
| Trabajo en alturas              | 49         | 20.16 %    |
| Jornadas Extendidas             | 47         | 19.34 %    |
| Líquidos                        | 39         | 16.05 %    |
| Maquinaria                      | 24         | 9.88 %     |
| Vibración                       | 18         | 7.41 %     |
| Atención de Publico             | 17         | 7 %        |
| Vehículos                       | 11         | 4.53 %     |
| Sobrecarga laboral              | 11         | 4.53 %     |
| Uso de VDT                      | 9          | 3.7 %      |
| Humos                           | 9          | 3.7 %      |
| Eléctricos                      | 5          | 2.06 %     |
| Gases                           | 3          | 1.23 %     |
| Radiación Ionizante             | 1          | 0.41 %     |

**Grafico 2.** Diez Principales Factores de Riesgos Ocupacionales Referidos por los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.



#### USO DE ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL

El 77 % de los trabajadores en la evaluación afirmo que usa elementos de protección personal como: Botas (64%), Guantes (62%), Casco (59%), Gafas (27%), Auditivo (18 %), Respiratorio (16%), Overol (16%), Careta (11%).

#### HABITOS PERSONALES

El 46% de los trabajadores manifestó ser fumador habitual con un promedio de 5 cigarrillos por día, 28% de los trabajadores manifestó ser Fumador social, el resto de los trabajadores negó consumir cigarrillo.

El 98% de los trabajadores manifestó ser consumidor social, la gran mayoría lo hace ocasionalmente.

#### PRACTICA DEPORTIVA

**Tabla 7.** Práctica Deportiva Referida por los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| PRACTICA     | PORCENTAJE  |
|--------------|-------------|
| Ninguno      | 49 %        |
| Futbol       | 34 %        |
| Ciclismo     | 10 %        |
| Caminar      | 7 %         |
| <b>TOTAL</b> | <b>100%</b> |

## ANTECEDENTES PATOLOGICOS PERSONALES

**Tabla 8.** Antecedentes Patológicos Personales Referidos a los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| ANTECEDENTES PATOLOGICOS PERSONALES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------------------------|------------|------------|
| Trastornos Visuales                 | 17         | 6.9%       |
| Enfermedad. Acido Péptica           | 16         | 6.58%      |
| Hipertensión Arterial               | 8          | 3.29%      |
| Varices en miembros inferiores      | 6          | 2.46%      |
| Neurológica                         | 5          | 2.06 %     |
| Rinitis                             | 4          | 1.6%       |
| Lumbalgia                           | 4          | 1.6%       |
| Hernias                             | 3          | 1.23 %     |
| Endocrinopatía                      | 3          | 1.23 %     |
| Dermatitis                          | 3          | 1.23 %     |
| Sinusitis                           | 2          | 0.82%      |
| Asma                                | 2          | 0.82%      |
| Alergias                            | 2          | 0.82%      |
| Vértigo                             | 1          | 0.41 %     |
| Trastornos Renales                  | 1          | 0.41 %     |
| Sordera                             | 1          | 0.41 %     |
| Otitis                              | 1          | 0.41 %     |
| Infección Urinaria                  | 1          | 0.41 %     |
| Colon Irritable                     | 1          | 0.41 %     |
| Colitis / Colelitiasis              | 1          | 0.41 %     |
| Cervicalgia                         | 1          | 0.41 %     |
| Bronquitis                          | 1          | 0.41 %     |

## ACCIDENTES DE TRABAJO

**Tabla 9.** Accidente de Trabajo Referido por los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| ACCIDENTE DE TRABAJO | PORCENTAJE | FRECUENCIA | C.C. TRABAJADOR/A  |
|----------------------|------------|------------|--|
| Si                   | 29         | 11.93%     | 1. 10032152<br>2. 1004994974<br>3. 1004994974<br>4. 10083309<br>5. 1059698103<br>6. 1059698103<br>7. 1059698947<br>8. 1060589487<br>9. 1093215008<br>10. 12254425<br>11. 15922786<br>12. 15922786<br>13. 15923847<br>14. 16054250<br>15. 16356334<br>16. 18397207<br>17. 18399938<br>18. 18514348<br>19. 18593969<br>20. 18600568<br>21. 1861250<br>22. 18617058<br>23. 18617582<br>24. 2283222<br>25. 24839028<br>26. 4578284<br>27. 75036938<br>28. 9790458<br>29. 9910136 |

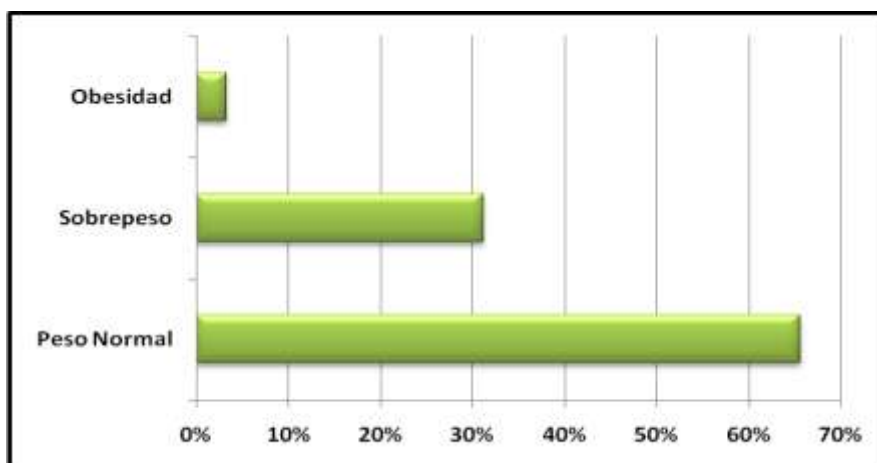
## ANTECEDENTES DE ENFERMEDAD PROFESIONAL

Ningún trabajador manifestó antecedentes de enfermedad profesional

## CONDICIONES DE SALUD

### INDICE DE MASA CORPORAL (I.M.C.)

**Gráfica 3.** Distribución por Resultado de Índice de Masa Corporal (IMC) de los Trabajadores de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.



### DIAGNÓSTICOS

Los diagnósticos presuntivos realizados se resumen en el siguiente cuadro, presentando algunos de los examinados varias patologías de manera simultánea.

**Tabla 10.** Diagnósticos Realizados a los Trabajadores Examinados de **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| DIAGNOSTICO POR SISTEMAS |   | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------------------|---|------------|------------|
| Osteomuscular            | Escoliosis, no especificada                                     | 27         | 11.1%      |
|                          | Cifosis postural  | 10         | 4.11%      |
|                          | Secuelas de traumatismo no especificado de miembro superior     | 5          | 2.06 %     |
|                          | Dolor en articulación   | 3          | 1.23 %     |
|                          | Deformidad adquirida del sistema osteomuscular, no especificada | 1          | 0.41%      |
|                          | Cervicalgia   | 1          | 0.41%      |
|                          | Síndrome de manguito rotatorio                                  | 1          | 0.41%      |
|                          | Contusión de dedo de la mano                                    | 1          | 0.41%      |
|                          | Lordosis, no especificada.                                      | 1          | 0.41%      |
|                          | Artrosis, no especifica   | 1          | 0.41%      |

|                      |  |            |               |
|----------------------|--|------------|---------------|
|                      | Amputación traumática de dedo - único                                    | 1          | 0.41%         |
|                      | <b>SUBTOTAL</b>  | <b>52</b>  | <b>21.4%</b>  |
| <b>Ocular Visual</b> | Presbicia  | 57         | 23.5%         |
|                      | Astigmatismo   | 32         | 13.1%         |
|                      | Pterigion  | 19         | 7.8%          |
|                      | Hipermetropia  | 19         | 7.8%          |
|                      | Miopía   | 16         | 5.6%          |
|                      | Trastorno de la refracción, no especificado                              | 4          | 1.6%          |
|                      | Deficiencias de la visión cromática                                      | 3          | 1.23 %        |
|                      | Blefaritis   | 2          | 0.82%         |
|                      | Catarata, no especificada  | 3          | 1.23 %        |
|                      | Ambliopía  | 2          | 0.82%         |
|                      | Queratófoma  | 1          | 0.41%         |
|                      | Estrabismo   | 1          | 0.41%         |
|                      | <b>SUBTOTAL</b>  | <b>158</b> | <b>65.02%</b> |
| <b>Digestivo</b>     | Hernia umbilical, no especificada  | 11         | 4.53 %        |
|                      | <b>SUBTOTAL</b>  | <b>11</b>  | <b>4.53 %</b> |
| <b>Otorrino</b>      | Hipoacusia, sin otra especificación                                      | 19         | 7.8%          |
|                      | Rinofaringitis aguda (resfriado comun)                                   | 3          | 1.23 %        |
|                      | Cerumen impactado  | 1          | 0.41%         |
|                      | <b>SUBTOTAL</b>  | <b>23</b>  | <b>9.46%</b>  |
| <b>Metabólico</b>    | Hipercolesterolemia pura   | 18         | 7.41 %        |
|                      | Hipergliceridemia pura   | 4          | 1.6%          |
|                      | Hiperlipidemia mixta   | 2          | 0.82%         |
|                      | Trastorno del metabolismo de los carbohidratos, no especificado          | 2          | 0.82%         |
|                      | Hiperglicemia, no especificada   | 2          | 0.82%         |
|                      | Hiperuricemia, No especifica   | 1          | 0.41%         |
|                      | <b>SUBTOTAL</b>  | <b>31</b>  | <b>12.8%</b>  |
| <b>Otros</b>         | Caries de la dentina   | 19         | 7.8%          |
|                      | Varices en miembros inferiores, no especificas                           | 7          | 2.88%         |
|                      | Lectura elevada de la presión sanguínea, sin diagnostico de hipertensión | 4          | 1.6%          |
|                      | Valvulopatía, cardíaca no especifica                                     | 2          | 0.82%         |
|                      | Varices escrotales   | 2          | 0.82%         |

|  |           |       |
|--|-----------|-------|
| Sordomudez, no clasificada en otra parte | 1         | 0.41% |
| Hidrocele, no especificado               | 1         | 0.41% |
| Psoriasis, no especifica                 | 1         | 0.41% |
| Migraña, no especificada                 | 1         | 0.41% |
| <b>SUBTOTAL</b>                          | <b>35</b> |       |

## CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

**Tabla 11.** Conceptos Médicos de los Exámenes Médicos Realizados, **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| CONCEPTO OCUPACIONAL  | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|------------|------------|
| Aptitud médico-ocupacional satisfactoria para el cargo                                | 140        | 57,5%      |
| Aptitud médico-ocupacional satisfactoria para el cargo con requerimientos adicionales | 59         | 24,3%      |
| Sin hallazgos sugestivos de enfermedad ocupacional                                    | 47         | 19,3%      |
| Apto para trabajo en alturas  | 44         | 18,1%      |
| Apto para trabajo en alturas con requerimientos adicionales                           | 11         | 4.5%       |
| Aplazado para trabajo en alturas  | 2          | 0,82%      |
| Sospecha de secuela de accidente de trabajo reportado                                 | 2          | 0,82%      |
| Sospecha de enfermedad profesional  | 2          | 0,82%      |
| Sospecha de patología relacionada con el trabajo                                      | 2          | 0,82%      |

Estos hallazgos se indican en el certificado médico de cada trabajador que fue entregado oportunamente a la empresa.



## RESTRICCIONES LABORALES

**Tabla 12.** Restricciones laborales según los Exámenes Médicos Periódicos Realizados **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| RESTRICCIÓN LABORAL                             | FRECUENCIA | C.C. TRABAJADOR/A  |
|---|------------|--|
| Usar corrección visual permanente para trabajar | 22         | 1. 10024888<br>2. 1088000868<br>3. 1089718775<br>4. 1090337597<br>5. 1093214075<br>6. 1093215008<br>7. 1093226191<br>8. 1113304596<br>9. 15961191<br>10. 16054250<br>11. 16674151<br>12. 18592664<br>13. 2283222<br>14. 4421103<br>15. 4565481<br>16. 5339959<br>17. 54255593<br>18. 6682747<br>19. 6682755<br>20. 71875496<br>21. 93407200<br>22. 9994903 |
| No levantar peso superior a 25 kg.              | 11         | 1. 10099153<br>2. 10107406<br>3. 1063809578<br>4. 1093220727<br>5. 16356334<br>6. 18596764<br>7. 18613747<br>8. 18614232<br>9. 70852671<br>10. 9910494<br>11. 9994198  |
| Evitar niveles de ruido mayores a 80 db.        | 9          | 1. 1093215008<br>2. 18492035<br>3. 18594457<br>4. 18594959<br>5. 18595196<br>6. 18614615<br>7. 18617058<br>8. 93407200<br>9. 9910494   |
| Evitar sobreesfuerzos de región abdominal       | 7          | 1. 10107406<br>2. 1093220727<br>3. 15922334  |

|   |   |   |
|---|---|---|
|   |   | 4. 16950085<br>5. 18490865<br>6. 18596764<br>7. 18614232                |
| Usar doble protección auditiva                        | 5 | 1. 18594457<br>2. 18595196<br>3. 18617058<br>4. 70852671<br>5. 93407200 |
| Uso obligatorio y permanente de protección auditiva   | 4 | 1. 1093226191<br>2. 18492035<br>3. 18594959<br>4. 9910494               |
| Evitar sobreesfuerzos de miembros inferiores          | 4 | 1. 1002206383<br>2. 15922786<br>3. 15922786<br>4. 18594291              |
| Permitir alternar posturas (sedente y de pie)         | 4 | 1. 15922318<br>2. 15922786<br>3. 15922786<br>4. 18615581                |
| No levantar peso superior a 20 kg.                    | 2 | 1. 15922334<br>2. 15922786  |
| No realizar trabajo en altura diferente a plataformas | 1 | 1. 1093216525   |
| No levantar peso superior a 5 kg.                     | 1 | 1. 1059698103   |
| Evitar sobreesfuerzos de miembros superiores          | 1 | 1. 1059698103   |
| Evitar sobreesfuerzos de columna dorsolumbar          | 1 | 1. 1002206383   |
| Evitar contacto directo con irritantes de piel        | 1 | 1. 76342804   |
| No levantar peso superior a 10 kg.                    | 1 | 1. 15922786   |

## RECOMENDACIONES

### RECOMENDACIONES INDIVIDUALES

**Tabla 13.** Recomendaciones Realizadas individualmente a los Trabajadores Examinados, EXFOR S.A., Enero a Diciembre de 2014.

| RECOMENDACIONES INDIVIDUALES                       | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--|------------|------------|
| Mejorar hábitos posturales                         | 140        | 57,5%      |
| Realizar ejercicio físico/deporte                  | 139        | 57.20%     |
| Control optométrico anual                          | 88         | 36.21%     |
| Ejercicios de fortalecimiento muscular dorsolumbar | 87         | 35.80%     |
| Medidas de prevención de várices                   | 54         | 22.22%     |
| Disminuir peso (dieta y ejercicio)                 | 49         | 20.16%     |
| Continuar manejo médico por eps                    | 33         | 13.56%     |
| Control médico ocupacional en un año               | 28         | 11.52%     |
| Afinamiento de tensión arterial                    | 6          | 2.46%      |
| Realizar audiometría y seguimiento                 | 3          | 1.23 %     |
| Realizarse citología cérvico-vaginal               | 2          | 0,82%      |
| Valoración optométrica completa                    | 2          | 0,82%      |
| Control médico de tensión arterial                 | 2          | 0,82%      |

Las recomendaciones realizadas para implementación por parte del trabajador se especifican en el certificado médico ocupacional que se entrega.

## RECOMENDACIONES A LA EMPRESA

**Tabla 14.** Recomendaciones Específicas para ser Implementadas por la Empresa, **EXFOR S.A.**, Enero a Diciembre de 2014.

| RECOMENDACIONES A LA EMPRESA  | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|------------|------------|
| Educación en manejo adecuado de cargas                                    | 173        | 71.19%     |
| Educación en higiene postural   | 170        | 69.95%     |
| Educación en uso y manejo adecuado de elementos de protección personal    | 143        | 58.84%     |
| Dotar de epp homologados y requeridos según riesgo ocupacional            | 42         | 17.28%     |
| Educación en manejo de estrés   | 36         | 14.81%     |
| Educación en prevención de riesgo cardiovascular                          | 33         | 13.58%     |
| Implementar normas de seguridad y entrenamiento para trabajo en alturas   | 27         | 11.11%     |
| Uso de bloqueador y protección solar                                      | 21         | 8.6 %      |
| Educación en prevención de várices  | 14         | 5.76%      |
| Educación en salud visual   | 13         | 5.34%      |
| Control médico ocupacional periódico anual                                | 11         | 4.5%       |
| Educación en salud auditiva   | 11         | 4.5%       |
| Educación en salud respiratoria   | 3          | 1.23 %     |
| Control optométrico periódico   | 2          | 0.82%      |
| Control audiométrico en 6 meses   | 2          | 0.82%      |
| Análisis ergonómico de puesto de trabajo                                  | 2          | 0.82%      |
| Implementar programa de pausas activas                                    | 1          | 0.41%      |
| Remitir a médico laboral para calificación de origen en primera instancia | 1          | 0.41%      |

## RECOMENDACIONES GENERALES


- Continuar con las evaluaciones médicas ocupacionales periódicas anuales.
- Archivar el certificado médico ocupacional en la hoja de vida de cada trabajador examinado.
- Continuar con el Desarrollo y estudiar los posibles ajustes en el Sistema de gestión en seguridad y salud en el trabajo, según lo referido por los trabajadores en la valoración.
- Continuar con el programa de dotación de elementos de protección personal, homologados según la exposición ocupacional a los diferentes factores de riesgo, asegurándose de la idoneidad del elemento entregado, su dotación oportuna, capacitación en su uso apropiado e inspección de su uso continuo y correcto.
- Implementar y/o continuar con los sistemas de vigilancia epidemiológica ocupacional que permitan controlar los efectos de los factores de riesgo sobre la salud de los trabajadores. En el caso de **EXFOR S.A.**, teniendo en cuenta los factores de riesgo manifestados y la morbilidad encontrada, se recomiendan principalmente los siguientes sistemas de vigilancia epidemiológica:

### **Sistema de Vigilancia Epidemiológica para la Prevención de Lesiones Osteomusculares:**


- Incentivar el ejercicio y acondicionamiento físico entre todos los trabajadores.
- Implementar o continuar en los diferentes puestos de trabajo el programa de pausas activas, acompañando en lo posible éstas pausas de ejercicios de estiramientos opuestos al movimiento ejecutado o la postura mantenida para permitir la relajación de los grupos musculares implicados
- Continuar con las capacitaciones del personal en higiene postural, insistiendo en la prevención de lesiones osteomusculares, manejo adecuado de cargas, realizar las tareas evitando posturas incómodas, los esfuerzos prolongados y la aplicación de una fuerza manual excesiva, sobre todo en movimientos de presa, flexo-extensión y rotación.
- Cambiar de postura a lo largo de la jornada laboral y favorecer la alternancia o el cambio de tareas para conseguir que se utilicen diferentes grupos musculares.
- Diseñar correctamente las tareas y actividades, adaptando previamente el puesto de trabajo a la función a desarrollar, favoreciendo una ejecución exenta de sobreesfuerzos de las labores.
- Evitar restricciones de espacio, asegurando un alcance fácil y rápido acceso a los mandos y herramientas utilizados. Deberá evitarse especialmente la colocación de estos elementos por encima de los hombros o detrás del tronco.


### **Sistema de Vigilancia Epidemiológica para la Conservación Auditiva.**


- Cuantificar y/o actualizar la exposición ocupacional a ruido, mediante mediciones ambientales de ruido.
- Realizar un seguimiento audiométrico periódico a todos los trabajadores con exposición ocupacional a ruido durante la mayor parte de su jornada laboral igual o superior a 80 Dbs. La periodicidad del seguimiento dependerá de la exposición específica a ruido.
- Capacitar a los trabajadores expuestos a ruido en salud y conservación auditiva.
- Capacitar a los trabajadores en el uso correcto de los elementos de protección auditiva.

 Para el Control de los Factores de Riesgo de Tipo Mecánico es importante continuar o establecer los lineamientos de Seguridad Ocupacional para el Manejo Seguro de Herramientas y Maquinaria, estableciendo:

- Normas y Procedimientos de Trabajo Seguro.
- Mantenimiento Preventivo y Correctivo de Herramientas y Maquinaria.
- Entrenamiento y capacitación a los trabajadores en la manipulación adecuada de las herramientas y la maquinaria.
- Fortalecer el Programa de Orden y Aseo.
- Capacitar a los trabajadores expuestos en los principales factores de riesgo químicos, los efectos sobre su salud y las medidas preventivas necesarias.
- Capacitar a los trabajadores expuestos en el uso correcto de los elementos de protección personal.

 Tener en cuenta para la protección por radiación solar en quienes realizan trabajo de campo: realizar foto educación y promover la foto protección, Evitar en lo posible la exposición directa a la luz solar una hora antes y una hora después del mediodía, Utilizar ropa protectora del sol, manga larga, cuello cubierto, cuando la exposición es superior a 15 minutos, además de otras medidas protectoras en lo posible como el uso de protector solar.

 Continuar con la implementación de las normas técnicas y legales para Trabajo Seguro en Alturas.

 Realizar actividades de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad (que pueden ser con el apoyo de las EPS respectivas), entre estas:

- ✓ Concientización entre el personal femenino acerca de la importancia de la realización periódica de la citología cérvico-vaginal y examen mamario, capacitación en prevención de cáncer cervical y uterino, capacitación en prevención de cáncer mamario.
- ✓ Capacitación entre el personal masculino en prevención de cáncer de próstata.
- ✓ Capacitar y promover entre todo el personal:

- Prevención de riesgo cardiovascular.
- Hábitos y Estilos de vida saludables.
- Importancia de la Realización de Actividad Física y Deportiva
- Prevención de várices.
- Nutrición y buenos hábitos alimenticios.
- Salud visual
- Salud auditiva
- Campañas para desestimular el consumo de cigarrillo y licor.

Informe realizado por:

*Previsión Ltda.*

LICENCIA DE SALUD OCUPACIONAL N° LPSSO-00478-09R