



INSTITUTO TÉCNICO NACIONAL DE COMERCIO SIMÓN RODRÍGUEZ – INTENALCO

**IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE
AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN
EL AÑO 2024-2025.**

INTEGRANTES:

DIEGO ARMANDO CALVO CORDOBA

ASESOR: LUIS FERNANDO DIAZ

INSTITUTO TECNICO NACIONAL DE COMERCIO SIMON RODRIGUEZ

INTENALCO

SANTIAGO DE CALI

2025



INSTITUTO TÉCNICO NACIONAL DE COMERCIO SIMÓN RODRÍGUEZ – INTENALCO

**IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE
AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN
EL AÑO 2024-2025.**

INTEGRANTES:

DIEGO ARMANDO CALVO CORDOBA

PRESENTADO PARA OPTENER EL TITULO DE:

TECNICO PROFESIONAL EN:

PROCESOS ADMINISTRATIVOS EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

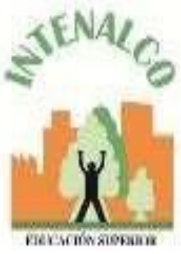
ASESOR: LUIS FERNANDO DIAZ

INSTITUTO TECNICO NACIONAL DE COMERCIO SIMON RODRIGUEZ

INTENALCO

SANTIGO DE CALI

2025



INSTITUTO TÉCNICO NACIONAL DE COMERCIO SIMÓN RODRÍGUEZ – INTENALCO

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

NOTA DE ACEPTACIÓN

Firma del asesor

Firma de aprobación del proyecto

Santiago de Cali, mayo 2025



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

TABLA DE CONTENIDO

Resumen	3, 4, 5, 6
Introducción.....	7
Planteamiento y formulación del problema.....	7
Justificación.....	8
Objetivos.....	9
Marco Teórico.....	10, 11
Marco Legal.....	12, 13
Marco Metodológico.....	13, 14
Tabla 1 Población Tratamiento de la información, grafica.....	15
Tabla 2 Lesiones osteomusculares, grafica.....	16
Tabla 3 Rango de edad de los encuestados, grafica.....	17
Tabla 4 Antigüedad de la empresa, grafica	18
Tabla 5 Cargo o función en área operativa, grafica.....	19
Tabla 6 Zona del cuerpo afectada, grafica.....	20



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

Tabla 7 Levantamiento frecuente de cargas pesadas, grafica.....	21
Tabla 8 Movimientos repetitivos de manos y brazos, grafica.....	22
Tabla 9 Permanencia prolongada en una misma postura, grafica.....	23
Tabla 10 Pausas activas durante la jornada, grafica.....	24
Tabla 11 Impacto laboral en salud osteomuscular.....	25
Cronograma de actividades.....	26, 27
Esquema temático.....	28
Resultado.....	29, 30
Conclusiones.....	31, 32
Recomendaciones.....	33, 34
Bibliografía.....	35



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

RESUMEN

Este proyecto de investigación, aborda la problemática de salud osteomuscular entre los operarios de Centelsa, una empresa colombiana dedicada a la fabricación de cables eléctricos.

El estudio surge a partir del hallazgo de un 15% de ausentismo laboral por lesiones asociadas a esfuerzos físicos, posturas inadecuadas y el uso limitado de ayudas mecánicas, a pesar de que la empresa dispone de estos recursos. El objetivo principal es identificar los factores laborales que afectan la salud osteomuscular de los operarios entre marzo de 2024 y marzo de 2025, con el fin de proponer estrategias ergonómicas y de prevención.

La investigación emplea una metodología mixta (cuantitativa y cualitativa), basada en encuestas, observación directa y análisis de datos. Se identifican tareas críticas, tipos de lesiones predominantes y segmentos de la población más afectados, especialmente aquellos con más de 6 años de antigüedad o mayores de 45 años.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

Entre las principales conclusiones se destacan:

- Alta incidencia de lumbalgias, hernias discales y síndrome del túnel carpiano.
- Uso insuficiente de herramientas ergonómicas por falta de capacitación.
- Operarios que realizan tareas repetitivas y de alta exigencia física son los más vulnerables.
- Necesidad de fortalecer el Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) con enfoque ergonómico.

Las recomendaciones incluyen:

- Implementar un programa integral de ergonomía.
- Establecer pausas activas obligatorias y rotación de tareas.
- Capacitar al personal en el uso de ayudas mecánicas.
- Monitorear casos reincidentes y diseñar planes de rehabilitación personalizados.

Este trabajo busca no solo mejorar las condiciones de trabajo en Centelsa, sino también aportar al cumplimiento de la normativa legal y al bienestar integral de sus trabajadores.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

ABSTRACT

This research project addresses the issue of musculoskeletal health among the operators at Centelsa, a Colombian company dedicated to the manufacturing of electric cables.

The study originates from the finding that 15% of work absenteeism is due to injuries associated with physical exertion, inadequate postures, and the limited use of mechanical aids, despite the availability of such resources within the company. The main objective is to identify the occupational factors affecting the musculoskeletal health of operators between March 2024 and March 2025, in order to propose ergonomic and preventive strategies.

The research employs a mixed methodology (quantitative and qualitative), based on surveys, direct observation, and data analysis. It identifies critical tasks, predominant types of injuries, and the most affected segments of the population—especially those with over 6 years of service or those over 45 years old.

The main conclusions include:

- High incidence of lower back pain, herniated discs, and carpal tunnel syndrome.
- Insufficient use of ergonomic tools due to lack of training.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

- Operators performing repetitive and physically demanding tasks are the most vulnerable.
- A need to strengthen the Occupational Health and Safety Management System (SG-SST) with an ergonomic focus.

The recommendations include:

- Implementing a comprehensive workplace ergonomics program.
- Establishing mandatory active breaks and task rotation.
- Training personnel in the use of mechanical aids.
- Monitoring recurring cases and designing personalized rehabilitation plans.

This project aims not only to improve working conditions at Centelsa but also to contribute to legal compliance and the overall well-being of its employees.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

INTRODUCCIÓN

Centelsa, una empresa colombiana con sede en Cali, se especializa en la fabricación y comercialización de cables eléctricos para los sectores industrial, energético y de telecomunicaciones. Fundada en 1955, es reconocida por su innovación, calidad y compromiso con la sostenibilidad.

PLANTEAMIENTO Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Planteamiento del problema: Actualmente, cuenta con más de 1.100 trabajadores, de los cuales 800 son operarios de máquina en distintas plantas y áreas de producción. Sin embargo, el 15% de ellos ha presentado ausentismo laboral debido al esfuerzo biomecánico requerido en sus actividades. Esta exposición prolongada ha provocado lesiones a largo plazo, agravadas por la falta de concientización sobre la importancia de ejecutar los procesos de manera segura y aprovechar las ayudas mecánicas que la empresa proporciona para facilitar su labor.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son las condiciones de trabajo que afectan la salud osteomuscular de los operarios de Centelsa?



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

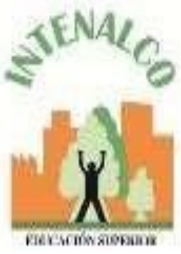
¿Cuál es la población más afectada por lesiones osteomusculares en el área operativa de Centelsa?

¿Qué tareas o actividades afectan la salud osteomuscular de los trabajadores del área operativa de Centelsa?

¿Cuáles son las lesiones osteomusculares más predominantes en el área operativa de los trabajadores de Centelsa?

JUSTIFICACION

La elección de esta pregunta de investigación responde a la necesidad de identificar y analizar las condiciones laborales que pueden afectar la salud osteomuscular de los operarios de Centelsa. Dado que estos trabajadores realizan actividades que pueden implicar esfuerzos repetitivos, manipulación de cargas y posturas prolongadas, es fundamental evaluar los factores de riesgo ergonómico presentes en su entorno. Comprender estas condiciones permitirá proponer estrategias de intervención enfocadas en la prevención de trastornos osteomusculares, mejorando así la calidad de vida de los operarios y optimizando la productividad de la empresa. Además, este estudio contribuirá a la gestión del riesgo laboral y al cumplimiento de



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

normativas de seguridad y salud en el trabajo, alineándose con las políticas de bienestar organizacional y sostenibilidad empresarial.

OBJETIVOS

Objetivo general

- Identificar las condiciones de trabajo y de las personas que afectan la salud osteomuscular de los operarios de Centelsa en el periodo comprendido entre marzo del 2024 a marzo del 2025.

Objetivos específicos

- Conocer la población afectada por lesiones osteomusculares en el área operativa de Centelsa.
- Clasificar las tareas que afectan la salud osteomuscular de los trabajadores del área operativa de Centelsa.
- Identificar las lesiones más predominantes en el área operativa de los trabajadores de Centelsa.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

MARCO TEORICO

El desempeño laboral en Centelsa está influenciado por diversas condiciones de trabajo que impactan la salud osteomuscular de los operarios. Estos factores pueden generar lesiones musculoesqueléticas a largo plazo, aumentando el riesgo de desarrollar enfermedades laborales relacionadas con la exposición a factores biomecánicos. Algunos factores ergonómicos que afectan a los trabajadores incluyen:

- **Movimientos repetitivos:** La ejecución continua de tareas sin pausas adecuadas puede generar fatiga muscular y desencadenar patologías como tendinitis, síndrome del túnel carpiano y epicondilitis.
- **Posturas forzadas:** La permanencia en posiciones inadecuadas durante largos periodos, como flexiones y extensiones constantes de las articulaciones, contribuye al desarrollo de trastornos musculoesqueléticos como lumbalgias, cervicalgias y gonartrosis.
- **Manipulación manual de cargas:** El levantamiento, empuje y tracción de materiales sin la técnica adecuada incrementa la posibilidad de lesiones en la columna lumbar, hernias discales y esguinces musculares.
- **Uso insuficiente de ayudas mecánicas:** A pesar de que Centelsa proporciona herramientas para reducir la carga física, la falta de concienciación sobre su uso



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

incrementa el riesgo de trastornos músculo-tendinosos y enfermedades degenerativas en las articulaciones.

Las condiciones laborales en Centelsa tienen un impacto significativo en la salud osteomuscular de los operarios, especialmente en aquellos expuestos a esfuerzos físicos repetitivos y posturas inadecuadas. Entre las enfermedades laborales más comunes asociadas a la exposición biomecánica se encuentran:

- **Síndrome del túnel carpiano:** Provocado por la compresión del nervio mediano debido a movimientos repetitivos de la muñeca.
- **Hernias discales:** Consecuencia del levantamiento inadecuado de cargas pesadas, afectando la columna vertebral.
- **Tendinitis y bursitis:** Inflamaciones generadas por sobreesfuerzo y movimientos constantes en hombros, codos y muñecas.
- **Lumbalgias y cervicalgias:** Dolencias frecuentes causadas por malas posturas y carga excesiva sobre la columna.
- **Artrosis ocupacional:** Desgaste articular acelerado por la exposición constante a movimientos repetitivos y posturas inadecuadas.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

Para mitigar estos riesgos, es fundamental implementar estrategias ergonómicas, fortalecer programas de capacitación y promover políticas de prevención. La adopción de medidas adecuadas no solo reducirá la incidencia de enfermedades musculoesqueléticas, sino que también mejorará la calidad de vida de los trabajadores y la eficiencia operativa de la empresa.

MARCO LEGAL

El uso de ayudas mecánicas en el entorno laboral está regulado por normativas nacionales e internacionales que buscan proteger la seguridad y salud de los trabajadores. En Centelsa, la concientización sobre estas herramientas es clave para el cumplimiento legal y la prevención de riesgos laborales.

- **Ley 9 de 1979 (Colombia):** Establece disposiciones para la protección de la salud de los trabajadores y la prevención de accidentes laborales.
- **Resolución 2400 de 1979:** Regula las condiciones de seguridad en los lugares de trabajo, incluyendo el uso de equipos mecánicos para la manipulación de cargas.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

- **Resolución 0312 de 2019:** Define los estándares mínimos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), que exige medidas para prevenir riesgos ergonómicos.
- **Decreto 1072 de 2015:** Obliga a las empresas a gestionar los riesgos laborales, promoviendo el uso de ayudas mecánicas para reducir la manipulación manual de cargas.
- **Norma ISO 45001:2018:** Establece directrices para sistemas de gestión de seguridad y salud en el trabajo, promoviendo el uso de tecnologías para minimizar riesgos físicos.
- **NTC 3701:** Guía para la clasificación, registro y estadística de accidentes del trabajo y enfermedades profesionales.

MARCO METODOLOGICO

Este estudio tendrá un enfoque cuantitativo y cualitativo (mixto), ya que busca recopilar datos objetivos sobre las condiciones de trabajo y su impacto en la salud osteomuscular de los operarios de Centelsa, complementándolo con la percepción de los trabajadores sobre su entorno laboral.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

- **Población y muestra:** La población estará conformada por los operarios de Centelsa. Se seleccionará una muestra representativa de trabajadores que desempeñan labores físicas, considerando aquellos que han presentado ausentismo debido a afecciones musculoesqueléticas.
- **Recolección de datos:** Se utilizarán encuestas y registros de ausentismo para identificar la frecuencia y causas de las incapacidades relacionadas con trastornos osteomusculares. Asimismo, se aplicará observación directa para evaluar las condiciones laborales y el cumplimiento de medidas ergonómicas.
- **Análisis de datos:** Se empleará estadística descriptiva para interpretar los resultados de las encuestas y los registros de ausentismo, permitiendo cuantificar la incidencia de enfermedades musculoesqueléticas en los operarios. Además, se realizará un análisis cualitativo para identificar patrones en la percepción de los trabajadores sobre su entorno laboral y el impacto de las condiciones ergonómicas en su bienestar.
- **Consideraciones éticas:** Se garantizará la confidencialidad de los datos y la participación voluntaria de los operarios, asegurando el respeto a sus derechos y la integridad de la información recopilada.

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

TRATAMIENTO DE LA INFORMACION.

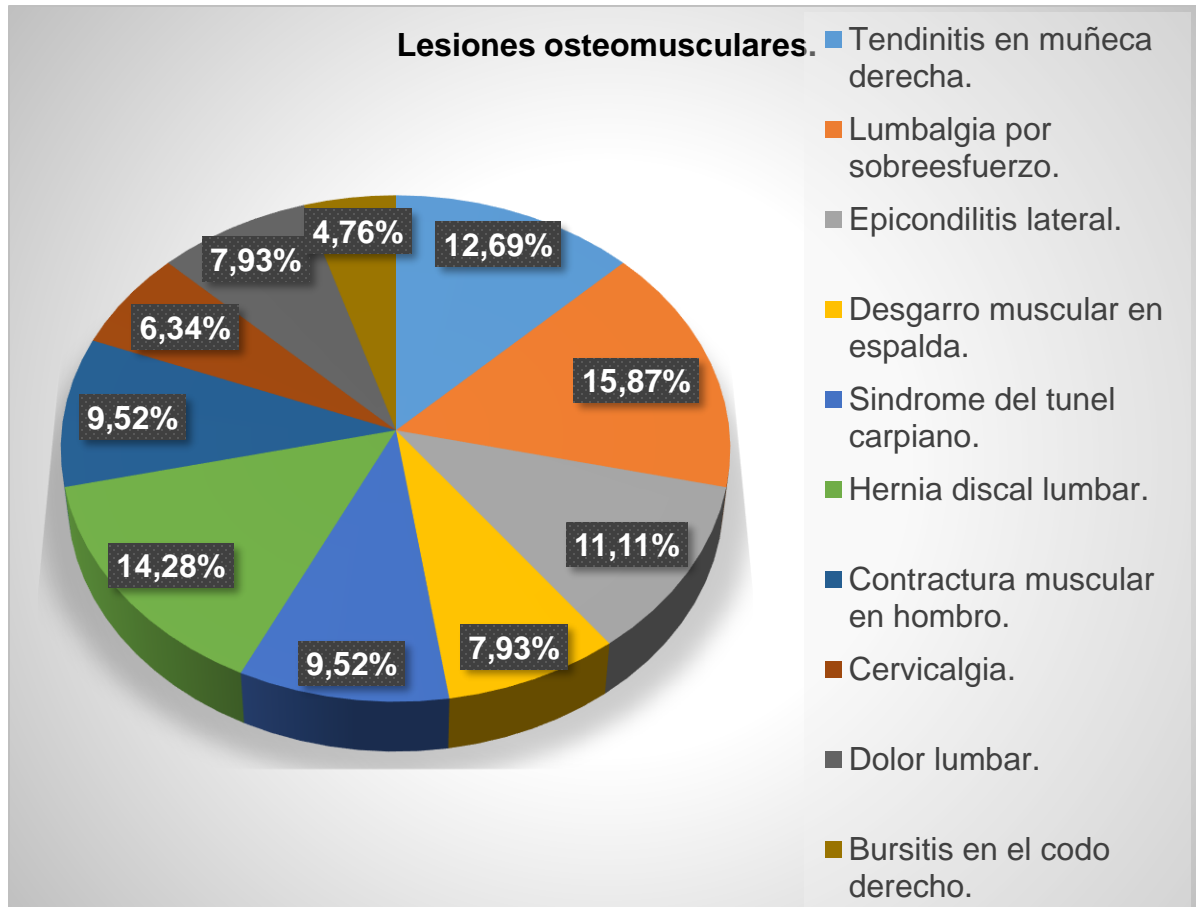
Tabla 1: Población.



Interpretación: En la gráfica se observa que de la población total de Centelsa el 8.75 ha sufrido de alguna lesión osteomuscular.

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

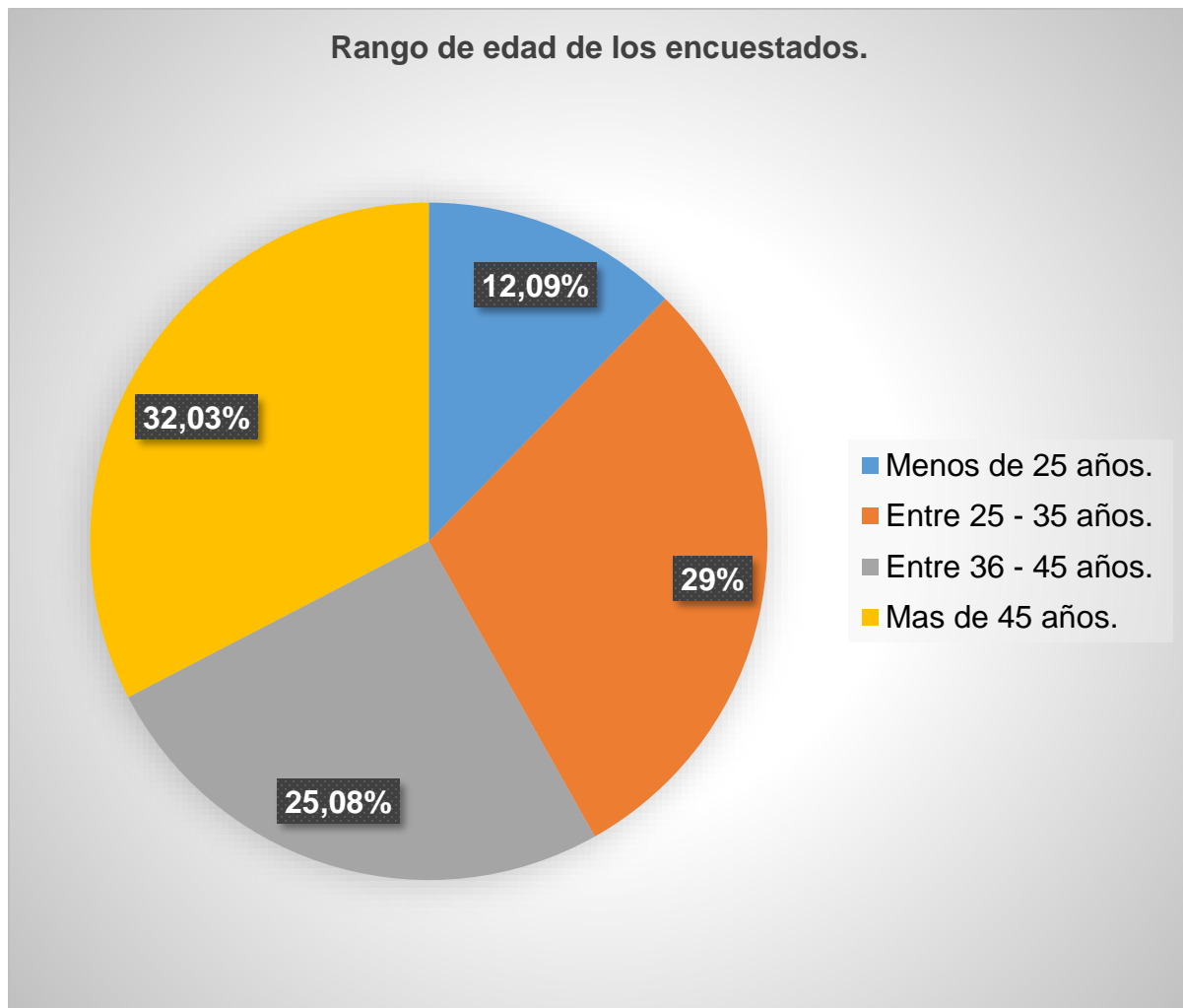
Tabla 2: Lesiones osteomusculares.



Interpretación: En la gráfica se observa la distribución porcentual de las lesiones osteomusculares reportadas, siendo la más relevante la lumbalgia con un (15,87%) seguida de la hernia discal lumbar con un (14,28%).

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

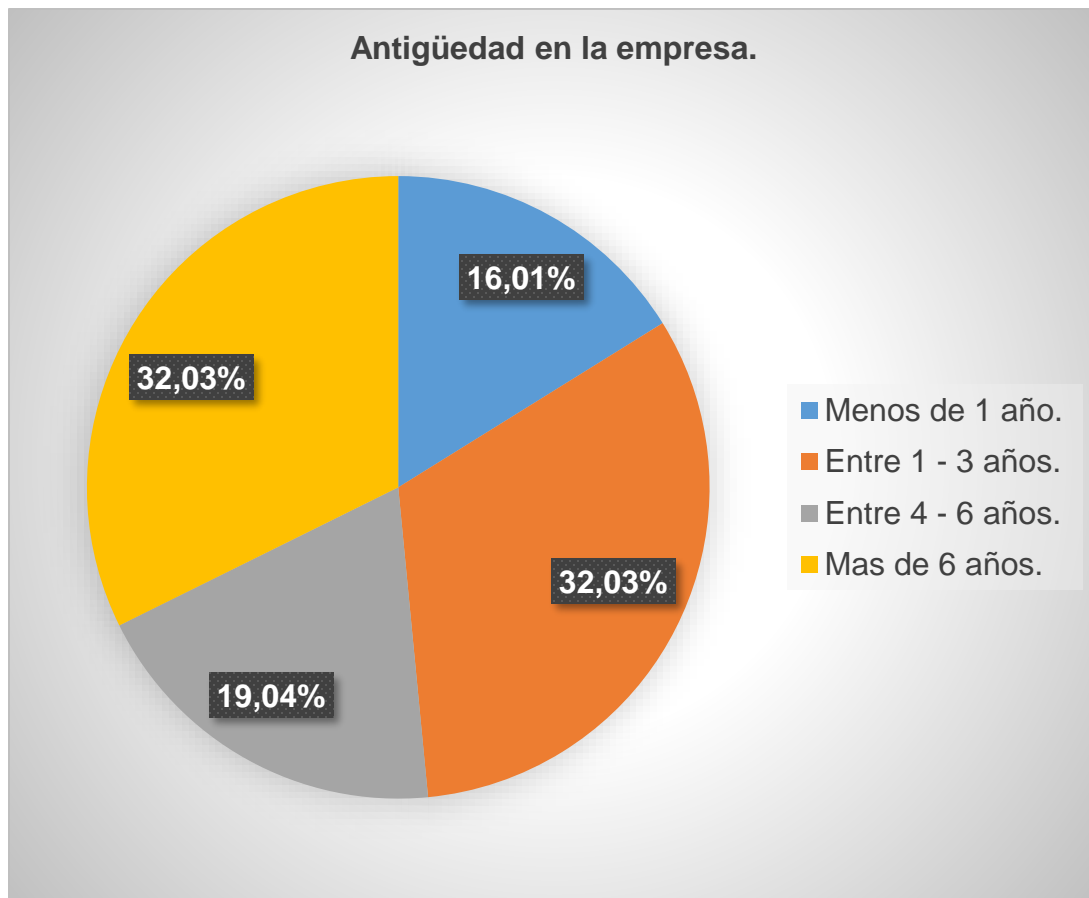
Tabla 3: Rango de edad de los encuestados.



Interpretación: En la gráfica se observa la distribución por rangos de edad en Centelsa, siendo la más relevante la de más de 45 años con un (32.03%) seguida de la de entre 36 – 45 años con un (25.08%).

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

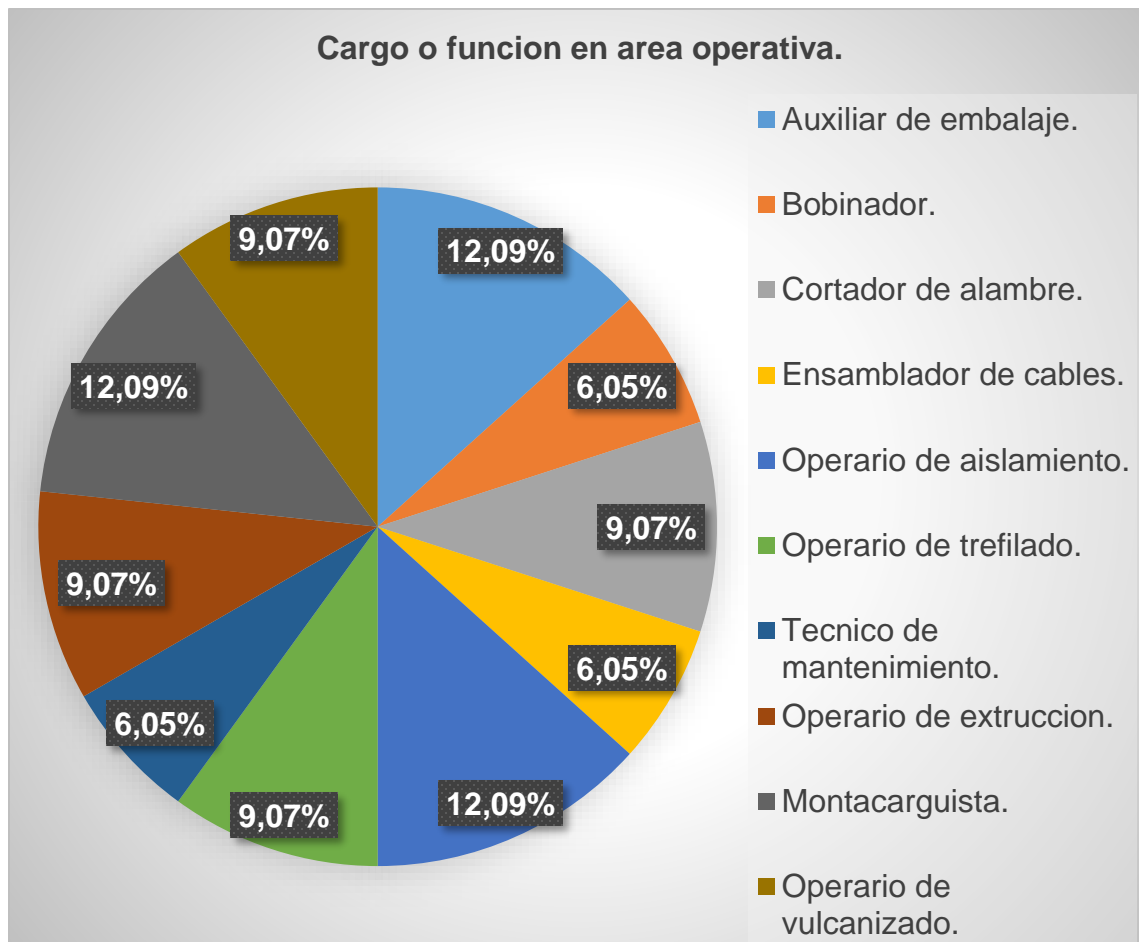
Tabla 4: Antigüedad en la empresa.



Interpretación: En la gráfica se observa la antigüedad del personal en la empresa de Centelsa, el grupo con mayor participación corresponde a las personas que llevan más de 6 años con un (32.03%) y entre 1 – 3 años con un (32.03%), le sigue el grupo de menos de 1 año con un (16.01%). Por último, el grupo de entre 4 – 6 años con un (19.04%).

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

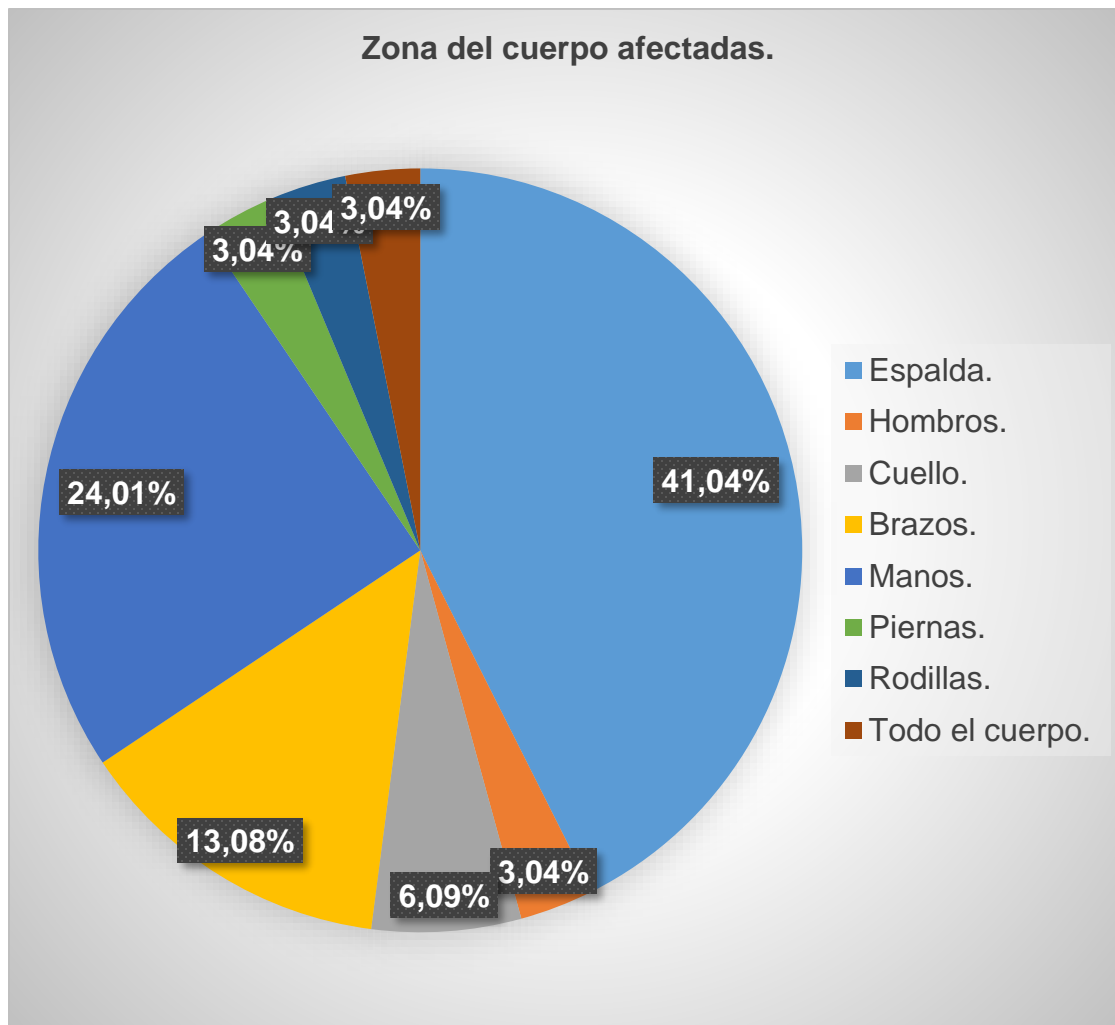
Tabla 5: Cargo o función en área operativa.



Interpretación: En la gráfica se observa la distribución de cargos en Centelsa, siendo las más relevantes auxiliar de embalaje, operario de aislamiento y montacarguista con un (12.09%), seguidas de cortador de alambre, operario de trefilado, operario de extruccion y operario de vulcanizado con un (9.07%).

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

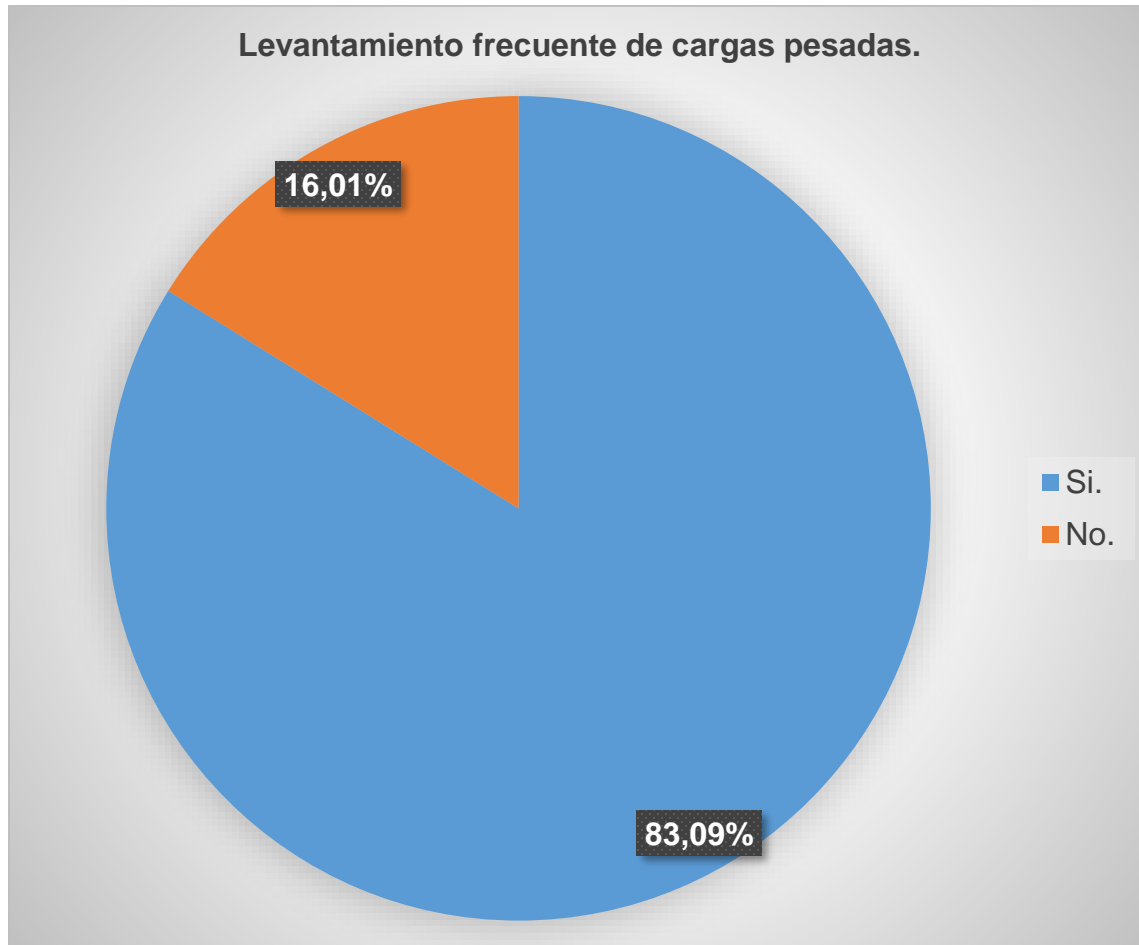
Tabla 6: Zona del cuerpo afectadas.



Interpretación: En la gráfica se observa que las zonas del cuerpo con más molestia es la espalda con un (41.04%), seguida de manos con un (24.01%).

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

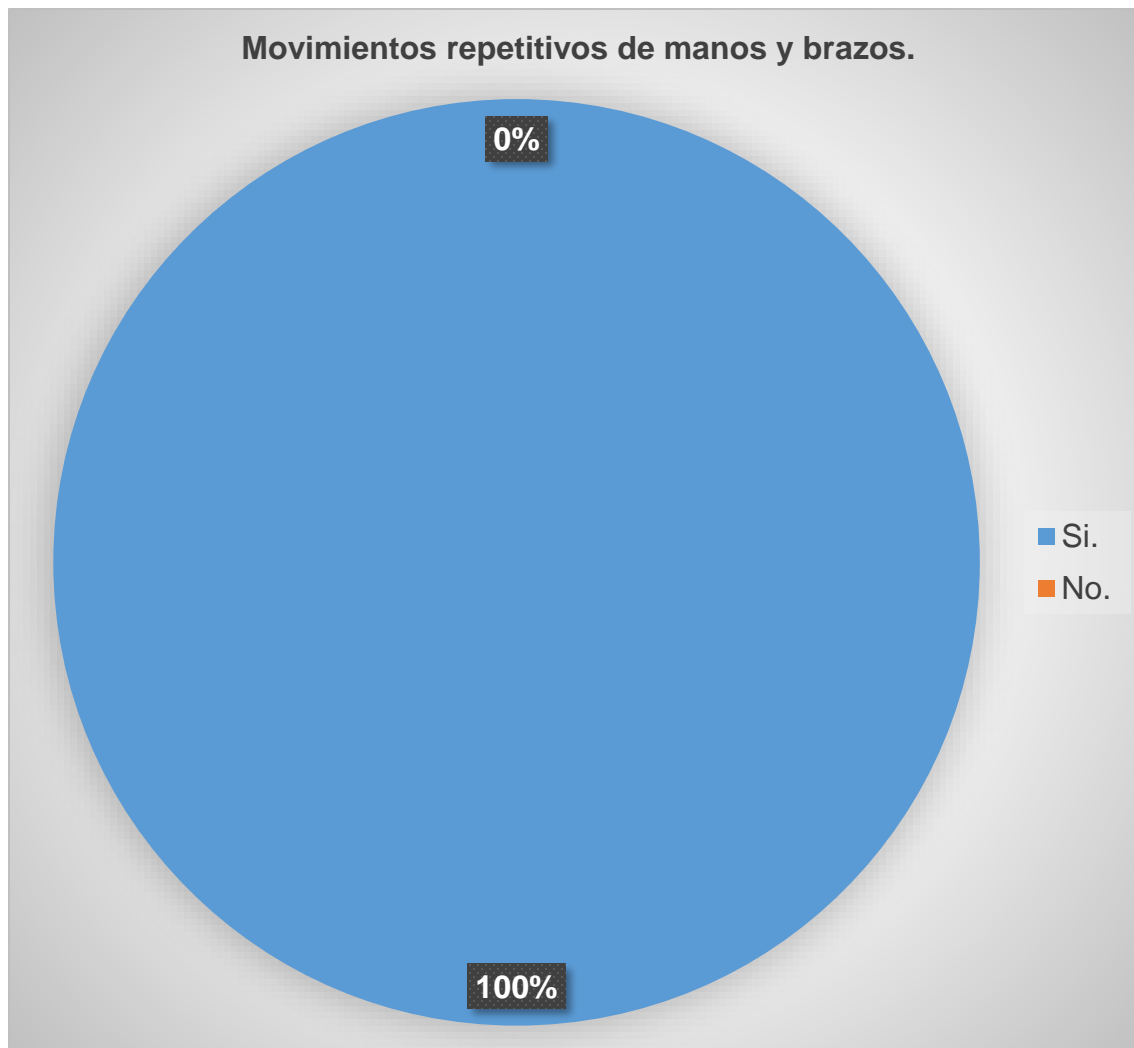
Tabla 7: Levantamiento frecuente de cargas pesadas.



Interpretación: En la gráfica se observa que el (83,09%) de los trabajadores de Centelsa realiza levantamiento frecuente de cargas pesadas.

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

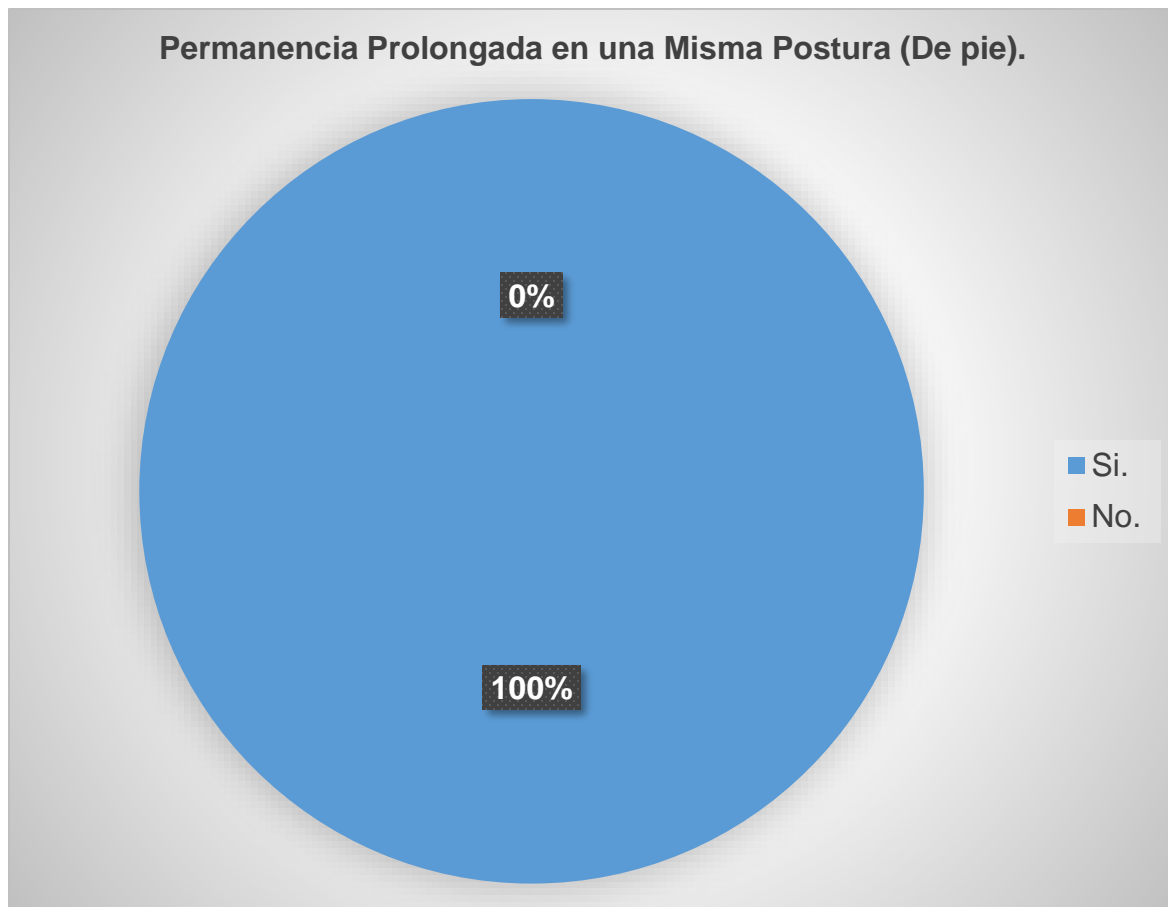
Tabla 8: Movimientos repetitivos de manos y brazos.



Interpretación: En la gráfica se observa que el 100% de los trabajadores de Centelsa realiza movimientos repetitivos de manos y brazos en sus actividades laborales.

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

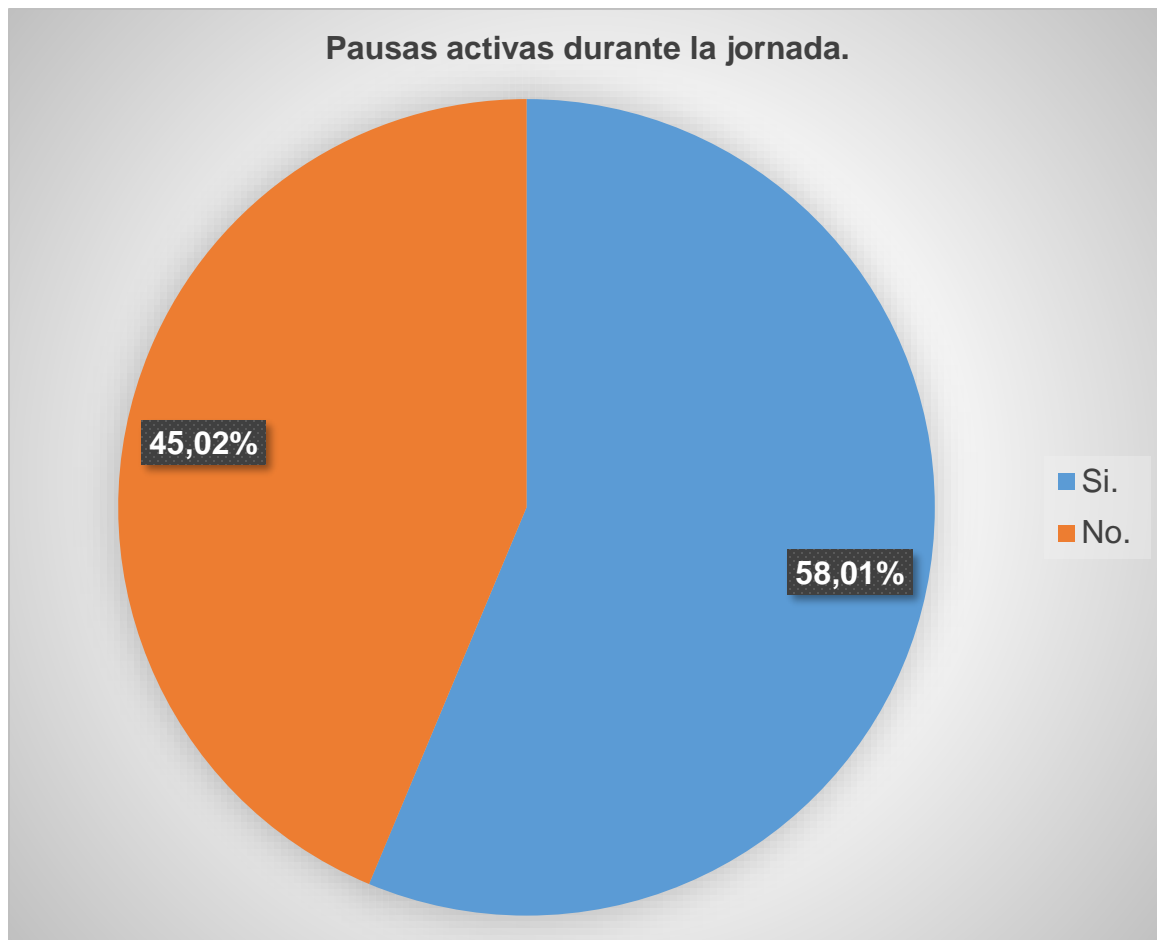
Tabla 9: Permanencia Prolongada en una Misma Postura (De pie).



Interpretación: En la gráfica se observa que el 100% de los trabajadores de Centelsa permanece durante tiempos prolongados en una misma postura, de pie.

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

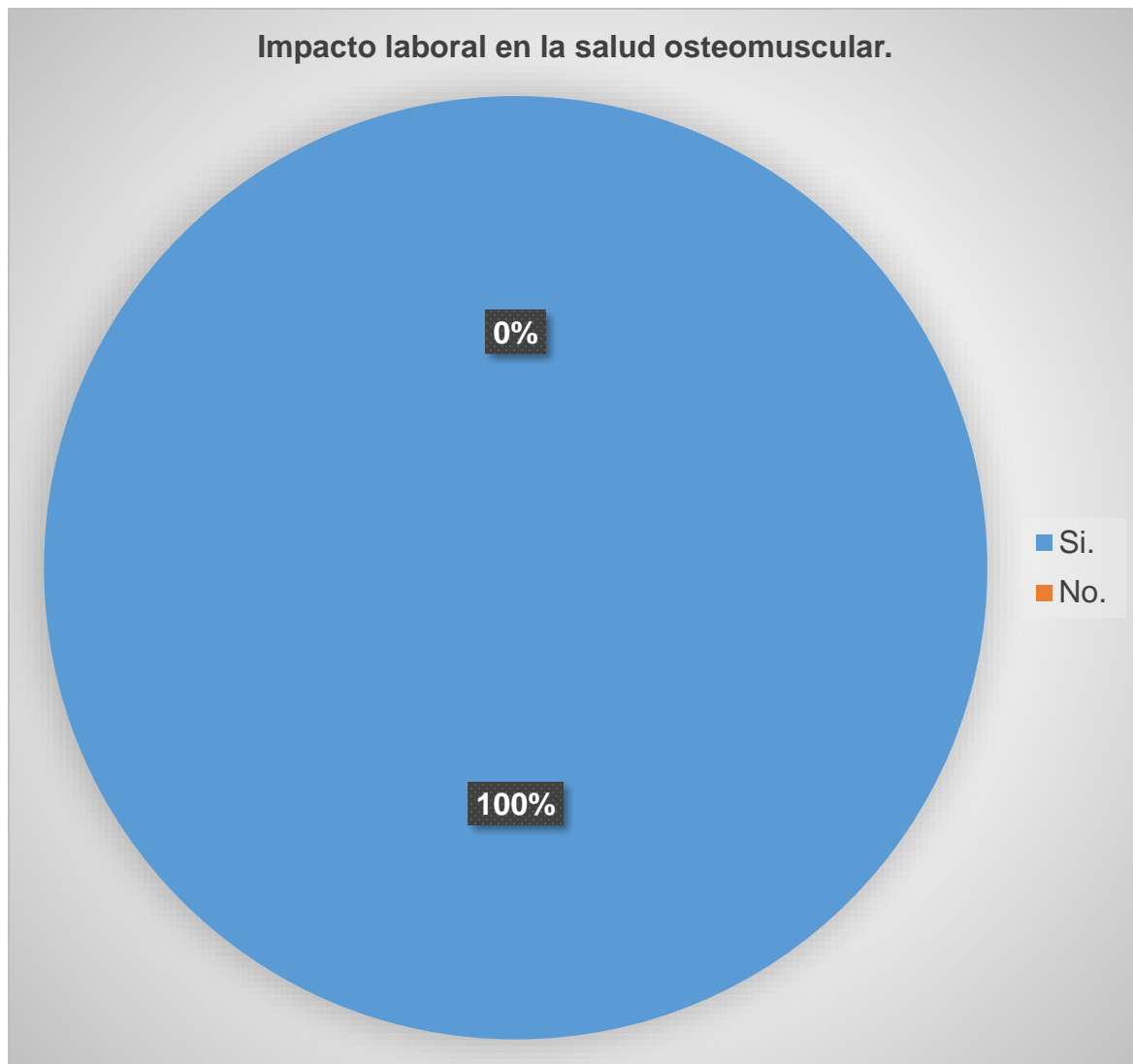
Tabla 10: Pausas activas durante la jornada.



Interpretación: En la gráfica se observa que, aunque el 58.01% de los trabajadores de Centelsa realiza pausas activas durante su jornada laboral, un 45.02% no lo hace.

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

Tabla 11: Impacto laboral en la salud osteomuscular.



Interpretación: En la gráfica se observa que el 100% de los trabajadores encuestados en Centelsa considera que su salud osteomuscular ha sido afectada por el trabajo.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Mes 1: Planeación y diagnóstico.

- Revisión de documentos y normativa.
- Planeación metodológica.
- Selección de muestra.
- Diseño y validación de encuesta.

Mes 2: Recolección de datos.

- Aplicación de encuestas.
- Revisión de registros de ausentismo.
- Recolección de información de tareas y lesiones.

Mes 3: Análisis de información.

- Procedimiento estadístico de las encuestas.
- Categorización de tareas críticas.
- Identificación de lesiones frecuentes.



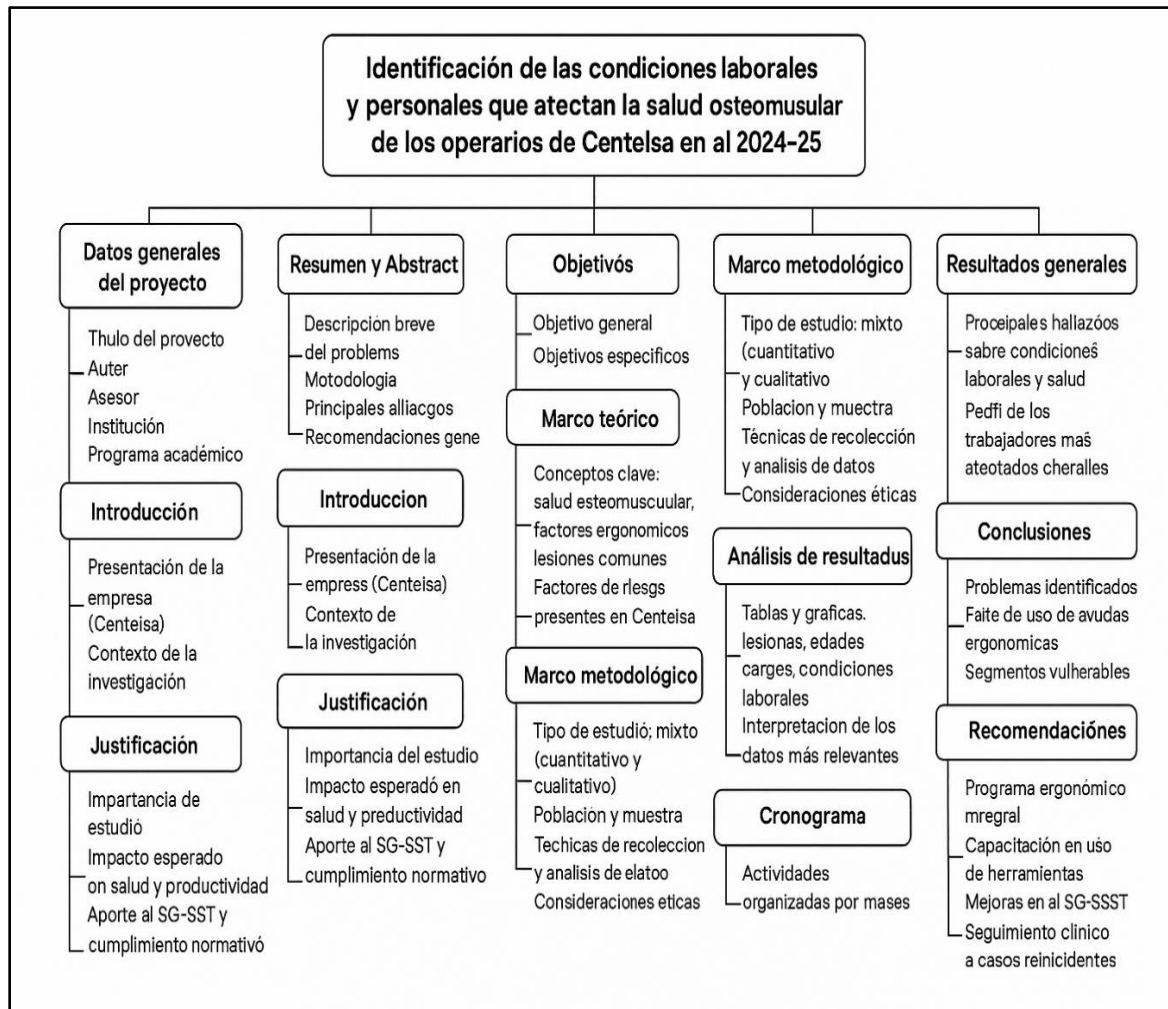
IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

Mes 4: Conclusiones y propuestas.

- Elaboración de informe final.
- Propuestas de mejora ergonómica.
- Socialización de resultados.
- Ajustes finales y entrega del proyecto.

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

ESQUEMA TEMÁTICO.





IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

RESULTADO.

La investigación desarrollada permitió evidenciar una problemática crítica dentro de Centelsa relacionada con la salud osteomuscular de sus operarios, quienes constituyen una parte esencial de su fuerza laboral. A través de un enfoque mixto que integró herramientas cuantitativas y cualitativas, se identificaron las condiciones laborales más impactantes, así como los perfiles de trabajadores más afectados.

Principales hallazgos:

- **Alta prevalencia de lesiones musculoesqueléticas:** El estudio reveló que el 8,75% de los operarios ha sufrido alguna lesión osteomuscular, siendo la lumbalgia (15,87%) y la hernia discal lumbar (14,28%) las más comunes.
- **Factores de riesgo ergonómico persistentes:** Se encontró que el 100% de los operarios realiza movimientos repetitivos y permanece de pie durante largos periodos, y que más del 83% levanta cargas pesadas de forma frecuente.
- **Desaprovechamiento de herramientas ergonómicas:** A pesar de la disponibilidad de ayudas mecánicas, el bajo uso de estas se relaciona con falta de capacitación y conciencia ergonómica.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

- **Segmentos más vulnerables:** Los trabajadores con más de 6 años en la empresa y aquellos mayores de 45 años presentaron mayor afectación en su salud osteomuscular.
- **Zonas corporales más afectadas:** La espalda (41,04%) y las manos (24,01%) fueron las zonas con mayor incidencia de molestias.

Este conjunto de condiciones ha contribuido significativamente al ausentismo laboral (15%), generando afectaciones en la productividad y el bienestar de los trabajadores. La ausencia de un enfoque ergonómico consolidado dentro del SG-SST ha sido un factor determinante para el agravamiento de estas situaciones.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

CONCLUSIONES:

- **Alta incidencia de lesiones osteomusculares:** Se evidenció un nivel significativo de ausentismo laboral relacionado con trastornos musculoesqueléticos, especialmente en actividades que implican esfuerzo físico, movimientos repetitivos y posturas forzadas.
- **Desaprovechamiento de ayudas mecánicas:** Aunque la empresa dispone de herramientas ergonómicas para reducir el esfuerzo físico, existe una falta de conciencia o capacitación adecuada en su uso, lo cual agrava el riesgo de lesiones.
- **Factores ergonómicos críticos identificados:** Las tareas que implican manipulación manual de cargas, movimientos repetitivos y posiciones inadecuadas están directamente relacionadas con enfermedades como lumbalgias, hernias discales, tendinitis y síndrome del túnel carpiano.
- **Necesidad de fortalecer el SG-SST:** Aunque Centelsa cumple con normativas básicas del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), es evidente la necesidad de reforzar su aplicación práctica, especialmente en el componente ergonómico.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

- **Población operativa en riesgo:** El estudio permitió identificar que los operarios de planta, quienes realizan actividades repetitivas y físicamente exigentes, son la población más afectada por las lesiones osteomusculares.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

RECOMENDACIONES:

1. Implementar un programa de ergonomía laboral integral:

- Realizar ajustes en los puestos de trabajo basados en principios ergonómicos.
- Introducir pausas activas obligatorias y rotación de tareas para disminuir la fatiga física.

2. Capacitación continua en el uso de ayudas mecánicas:

- Promover campañas de concienciación y entrenamientos prácticos sobre el uso correcto de equipos y técnicas de manipulación de cargas.

3. Reforzar el SG-SST con enfoque en riesgos biomecánicos:

- Actualizar y adaptar los protocolos de seguridad para incluir evaluaciones ergonómicas periódicas.
- Establecer indicadores específicos para monitorear la salud osteomuscular de los trabajadores.

4. Mejorar la cultura de prevención:

- Involucrar a los trabajadores en la identificación de riesgos y soluciones.
- Fomentar espacios de retroalimentación entre operarios y el equipo de salud ocupacional.



IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

5. Monitoreo y seguimiento de casos clínicos:

- Realizar seguimiento a los trabajadores reincidentes en ausentismo por lesiones musculoesqueléticas para diseñar estrategias personalizadas de rehabilitación y reintegración laboral.



INSTITUTO TÉCNICO NACIONAL DE COMERCIO SIMÓN RODRÍGUEZ – INTENALCO

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES Y PERSONALES QUE AFECTAN LA SALUD OSTEOMUSCULAR DE LOS OPERARIOS DE CENTELSA EN EL AÑO 2024-2025.

BIBLIOGRAFIA

- <https://www.centelsa.com/quienes-somos/>
- <https://www.insst.es/>
- <https://www.minsalud.gov.co/>
- <https://www.mintrabajo.gov.co/>