

Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral en Europa

Una prioridad para Europa

- La manipulación manual y los movimientos repetitivos son factores de riesgo prioritarios que requieren atención en toda Europa (3)(4)(5)(6).
- Por ello, la Semana Europea de la Seguridad y la Salud en el Trabajo que se celebrará en cada Estado miembro en octubre del 2000 tendrá por lema "¡Da la espalda a los trastornos musculoesqueléticos!".
- Estos trastornos son una prioridad en Europa porque se hallan muy extendidos y porque representan un alto coste.
- Además, gran parte del problema puede prevenirse o reducirse respetando la legislación sobre salud y seguridad y las orientaciones sobre buenas prácticas existentes.
- Los informes a escala europea demuestran que es urgente que los Estados miembros empiecen a abordar el problema (3)(5).

Extensión de los TME en Europa

- Los Trastornos Musculoesqueléticos (TME) abarcan una extensa gama de problemas de salud. Se les puede dividir en dos grupos generales: dolor y lesiones de espalda y lesiones por movimientos repetitivos, entre los que se cuentan los trastornos de origen laboral de las extremidades superiores. También las extremidades inferiores pueden resultar afectadas.
- El levantar peso, las malas posturas y los movimientos repetitivos son algunas de sus causas. Algunos tipos de alteraciones están asociadas a tareas u ocupaciones concretas.

- Cada año, millones de trabajadores europeos de todo tipo de trabajo y sector laboral padecen un TME producido por su trabajo. Estudios europeos demuestran fehacientemente que los TME de espalda, cuello y extremidades superiores son un problema sanitario y de costes laborales de gran magnitud, y que no dejan de aumentar (3)(4)(7).
- Los trabajadores europeos se quejan con frecuencia de sufrir TME: un 30% de dolor de espalda; un 17% de dolores musculares en brazos y piernas; el 45% afirma que trabaja en condiciones de dolor o fatiga; un 33% se ve obligado a manipular cargas pesadas en su trabajo (7). En el Cuadro nº 2 se presentan estos porcentajes por países.
- El 30% que manifiesta sufrir dolores de espalda representa un total anual de 44 millones de trabajadores europeos (7).
- Los problemas de salud van del malestar y ligeros dolores a problemas médicos más graves que obligan a pedir la baja y requieren tratamiento médico y hospitalización.
- El tratamiento y la recuperación suelen ser insatisfactorios, especialmente cuando las causas son más crónicas. Por ello, no es difícil que acaben en incapacidad permanente y pérdida del puesto de trabajo.

Cómo reconocer los riesgos de TME

Está ampliamente demostrado que los TME son fundamentalmente de origen laboral (4). Sus causas residen en el diseño de sistemas de trabajo (4) (7). En el Cuadro nº1 se establecen los principales factores de riesgo.

Cuadro nº1: Factores que incrementan el riesgo de TME

Aspectos físicos del trabajo

Cargas
Malas posturas
Movimientos muy repetitivos
Fuerza física
Presión mecánica directa sobre los tejidos corporales
Entornos de trabajo fríos
Vibraciones corporales

Entorno laboral y organización del trabajo

Ritmo de trabajo
Trabajo repetitivo
Horarios de trabajo
Sistemas de retribución
Trabajo monótono
Fatiga
Cómo perciben los trabajadores la organización del trabajo
Factores psicosociales del trabajo

Estos factores de riesgo son el pan nuestro de cada día en muchos lugares de trabajo de Europa. Por ejemplo, un 7% de los trabajadores comunitarios afirma que su trabajo implica tareas cortas y repetitivas; un 57% movimientos repetitivos de la mano o el brazo; un 56% trabajan con plazos muy estrictos o ajustados; un 54% realiza un trabajo muy rápido; un 42% no es libre de decidir cuándo hacer un descanso; y un 31% no puede decidir sobre su ritmo de trabajo (7).



Grupos de riesgo

- El grupo de mayor riesgo es el de los trabajadores manuales, cualificados o no.
- Las alteraciones en las extremidades superiores afectan más a las mujeres trabajadoras que a los hombres (4)(7), fundamentalmente por el tipo de trabajo que realizan. Por ejemplo, el 35% de las trabajadoras europeas realizan un trabajo repetitivo, frente al 31% de trabajadores europeos (7).
- Pero son los trabajadores de mayor edad quienes presentan más problemas de TME. Si la media comunitaria de personas que padecen dolor de espalda es, por ejemplo, del 30%; entre los jóvenes de 15 a 24 años es del 25%, y del 35% entre los mayores de 55(7). El motivo es que muchos trabajadores mayores han pasado más tiempo trabajando en situaciones susceptibles de provocar TME. Además, los trabajos suelen estar diseñados para trabajadores de sexo masculino, jóvenes y que gocen de buena salud (7).
- Los trabajadores con un empleo precario (contrato de duración determinada o contratos con agencias de colocación, por ejemplo) están significativamente más expuestos a trabajos más repetitivos y en posiciones dolorosas o cansadas (7).

Reducción de los costes económicos

- Los TME de origen laboral son fuente de dolor y sufrimiento para los afectados tanto en su vida laboral como personal.
- Aunque no existen cifras concretas, el coste económico estimado por los Estados miembros de todos los problemas de salud relacionados con el trabajo oscila entre el 2,6 y el 3,8% del PIB (8).
- Una gran proporción – puede que hasta el 40-50% - de dichos costes está representada por los Trastornos musculoesqueléticos (7). Las cifras disponibles relativas a TME cifran el coste entre el 0,5% y el 2% del PIB (4).
- Cada año se pierden en Europa más de 600 millones de días laborables por causa de enfermedades de origen laboral (7).
- Entre los costes que generan a las empresas europeas cabe destacar: pérdida de producción, enfermedades del personal, costes de indemnizaciones y seguros, pérdida de personal experimentado y costes de contratación y formación de personal nuevo; repercusiones del malestar o la mala salud en la calidad del trabajo.
- A fin de cuentas, la prevención de estas alteraciones de origen laboral resulta un buen negocio.

Prevención de los TME

Muchos TME pueden prevenirse mediante intervenciones ergonómicas que modifiquen el trabajo y los lugares de trabajo a partir de la evaluación de los factores de riesgo (4). Este principio ha quedado ya incorporado en las actuales directivas europeas y legislación de los Estados miembros (10). Existen asimismo directrices prácticas y herramientas de prevención. Puede hallar más información en la ficha explicativa “Prevención de los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral”

Más información

Hallará más información sobre la Semana Europea de la Salud y la Seguridad en el Trabajo y la prevención de las Trastornos musculoesqueléticos en el sitio Web de la Agencia <http://osha.eu.int> donde puede descargar gratuitamente el texto completo de las publicaciones. A través del enlace <http://osha.eu.int/ew2000/se> llega directamente a la Semana Europea.

Bibliografía/Referencias

1. “¡Da la espalda a los trastornos musculoesqueléticos!” - Folleto informativo de la Agencia sobre la Semana Europea 2000
2. Ficha explicativa (factsheet) de la Agencia “Prevención de los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral”
3. “El Estado de la Seguridad y la Salud en el Trabajo en los Estados miembros de la UE” - Informe de la Agencia, 2000
4. “Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders” - Informe de la Agencia, 2000
5. “Lesiones por Movimientos Repetitivos” - Informe de la Agencia, 2000
6. “Prioridades y estrategias de la política en materia de seguridad y salud en el trabajo en los Estados miembros de la Unión Europea” - Informe de la Agencia, 1997
7. P.Paoli, - Datos de la Segunda Encuesta Europea sobre las Condiciones de Trabajo - Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y de Trabajo, artículo no publicado, junio de 1999
8. “ Repercusión económica de la seguridad y salud en el trabajo en los Estados miembros de la Unión Europea ” - Informe de la Agencia, 1998
9. Condiciones de Trabajo en la Unión Europea (resumen de la Encuesta 1996)- Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y de Trabajo
10. El sitio Web de la Agencia proporciona enlaces a la legislación europea y a sitios de los Estados miembros en los que pueden encontrarse directrices y legislación nacional.

Cuadro 2

	AU	B	DK	FIN	FR	GE	GR	IRL	IT	LU	PT	SP	SW	NL	UK	EU
FACTORES DE RIESGO EN EL TRABAJO Y PROBLEMAS DE SALUD																
Dolor de espalda	31	21	30	33	29	34	44	13	32	32	39	35	31	17	23	30
Dolores musculares en brazos o piernas	14	9	24	29	19	13	37	6	19	13	31	24	24	10	11	17
AUSENCIAS LABORALES POR TME																
% ausencias por motivos de salud por culpa del trabajo en los últimos 12 meses	36	26	15	30	21	34	18	16	17	29	22	19	13	27	16	23

Fuente: Segunda Encuesta Europea sobre las Condiciones de Trabajo (1996). Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y de Trabajo (9).