

# Original

## Patología postural en relación a los puestos de trabajo

A. Real Horrach\*, M. Tomás Salvá\*\*

### Resumen

El objetivo de este estudio es dar a conocer la patología muscular y osteoarticular de los trabajadores sanos que acuden a reconocimiento médico anual en nuestro Centro de Mutua Balear de Palma de Mallorca. Consideramos su profesión y puesto de trabajo, así como las variables: edad y sexo. Tras el análisis estadístico destaca:

El asiento de mayor patología corresponde a la columna vertebral (49,52%), existiendo una estrecha relación con la postura adoptada en su puesto de trabajo. A pesar de no existir diferencias significativas entre ambos sexos, en cuanto a la patología referida, resaltamos que los varones que recoge la muestra ocupan puestos de trabajo de mayores requerimientos musculares.

### Introducción

De todos es sobradamente conocida la existencia de puntos y zonas dolorosas en relación a la postura adoptada en el trabajo. No obstante, a menudo, en la práctica médica cotidiana olvidamos plantear al paciente aquellas preguntas que nos llevarían a establecer la relación existente entre los requerimientos físicos del puesto de trabajo y la patología óseo-muscular

que presentan. Por ello, creemos oportuno ocuparnos del tema, a fin de mejorar en un futuro aquellas dolencias que pudieran estar relacionadas con algo tan simple como es la posición del cuerpo durante la jornada laboral.

### Métodos

A cada uno de los trabajadores que acudieron al Centro de Mutua Balear de Palma de Mallorca, en el período comprendido entre el 6 de febrero y el 6 de marzo de 1989, se les entregó para su cumplimentación un formulario a través del cual pretendíamos conocer el puesto de trabajo ocupado, las zonas dolorosas corporales relacionadas con el mismo o agravadas por él,<sup>1</sup> gracias a la localización de los mismos por el propio trabajador sobre una silueta, y aquellos aspectos que desde el punto de vista postural modificaría en su ocupación. La información obtenida era posteriormente completada por el médico reconecedor en los puntos que no quedaron perfectamente explicados y complementaba a la obtenida en otros apartados del reconocimiento médico en los que se determinaba los riesgos ocupacionales, antigüedad en la empresa, etc.

### Resultados

Se cumplimentaron un total de 117 cuestionarios de los que se excluyeron 12 por corresponder a patología no vinculada al trabajo. De los 105 restantes, objeto del estudio, 59 (56,19%) corresponden a varones y 46 (43,80%) a hembras. En la clasificación de la muestra por edades, mediante intervalos de clase, quedan cuatro grupos designados por V o H, según el sexo del trabajador, con el subíndi-

\* Médico de Empresa. Médico Responsable de Medicina Laboral de Mutua Balear de Palma de Mallorca.

\*\* Medicina del Trabajo.

<sup>1</sup> Se excluyeron aquellos encuestados que, a lo largo de la anamnesis, manifestaron algias por patología previa del tipo dolores reumáticos en zonas de fracturas, cefaleas vasomotoras de localización occipital, etc.

ce numérico del 1 al 4 dependiendo del intervalo que abarque.<sup>2</sup> Así obtenemos:

- Grupo V1: 22 trabajadores, de los que 8 indican patología (36,36%).
- Grupo V2: 16 trabajadores, de los que 7 indican patología (43,75%).
- Grupo V3: 13 trabajadores, de los que 7 indican patología (53,84%).
- Grupo V4: 8 trabajadores, de los que 8 indican patología (62,5%) (Fig. 1).
- Grupo H1: 32 trabajadoras, de las que 15 indican patología (46,87%).
- Grupo H2: 8 trabajadoras, de las que 2 indican patología (25%).
- Grupo H3: 5 trabajadoras, de las que 4 indican patología (80%).
- Grupo H4: 1 persona, que no refiere patología dolorosa (Fig. 2).

De la muestra total de trabajadores, 105, 48 refieren algias musculares y osteoarticulares (45,71%), mientras que el resto,

57, no refieren síntoma alguno (Fig. 3). Desglosado por sexos, 59 trabajadores son varones (56,19% de la muestra): no refieren dolor alguno, 32 (54,23%) y presentan algias musculares y osteoarticulares 27, (45,76%) (Fig. 4).

Completan la muestra 46 trabajadores del sexo femenino (45,80%); asintomáticas, 25 (54,34%) y con algias musculares y osteoarticulares, 21 (45,65%) (Fig. 5).

Según localización y por orden de frecuencia los trabajadores referían dolor en:

- 1.º Zona lumbar: 20 personas (41,66%).
- 2.º Zona cervical: 19 (39,58%).
- 3.º Zona dorsal: 13 (27,08%).
- 4.º Hombro izquierdo: 10 (20,83%).
- 5.º Extremidad inferior izquierda: 9 (18,75%).
- 6.º Extremidad inferior derecha: 7 (14,58%).

PATOLOGIA POSTURAL  
EN RELACION A LOS PUESTOS DE TRABAJO

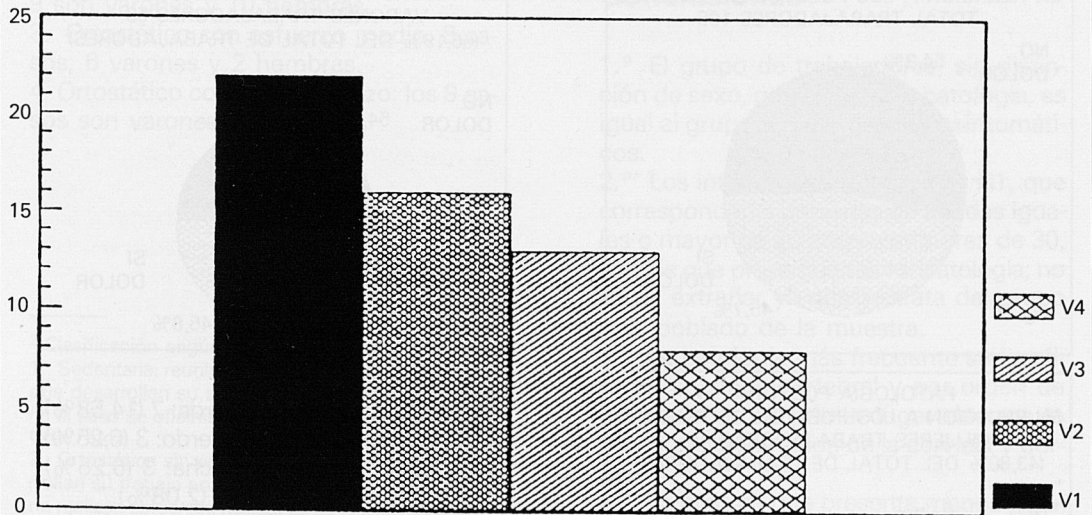


Fig. 1

VARONES  
INTERVALOS DE EDAD

— V1 o H1: varones o hembras cuya edad sea igual o mayor de 20 años y menor de 30 años.

— V2 o H2: varones o hembras cuya edad sea igual o mayor de 31 años y menor de 40 años.

— V3 o H3: varones o hembras cuya edad sea igual o mayor de 41 años y menor de 50 años.

— V4 o H4: varones o hembras cuya edad sea igual o mayor de 51 años y menor de 60 años.

PATOLOGIA POSTURAL  
EN RELACION A LOS PUESTOS DE TRABAJO

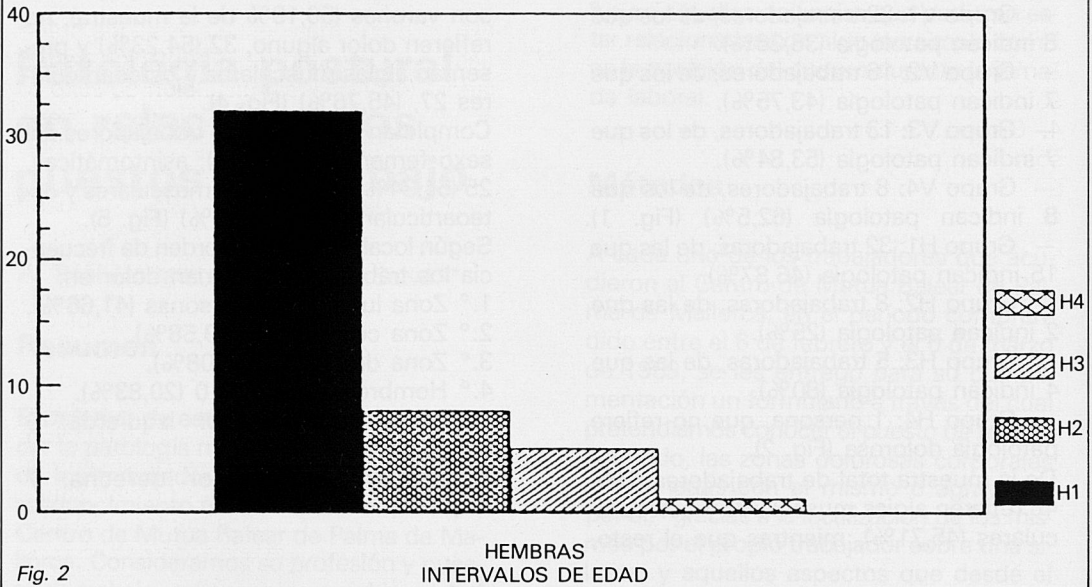


Fig. 2

PATOLOGIA POSTURAL  
EN RELACION A LOS PUESTOS DE TRABAJO  
TOTAL TRABAJADORES 105

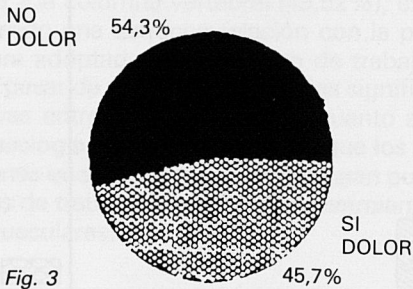


Fig. 3

PATOLOGIA POSTURAL  
EN RELACION A LOS PUESTOS DE TRABAJO  
VARONES TRABAJADORES 59  
(56,19% DEL TOTAL DE TRABAJADORES)

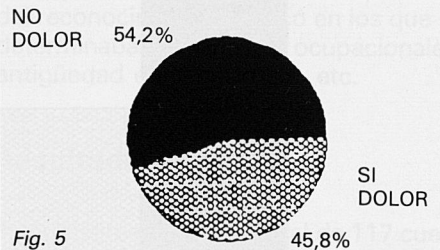


Fig. 5

PATOLOGIA POSTURAL  
EN RELACION A LOS PUESTOS DE TRABAJO  
MUJERES TRABAJADORAS 46  
(43,80% DEL TOTAL DE TRABAJADORES)

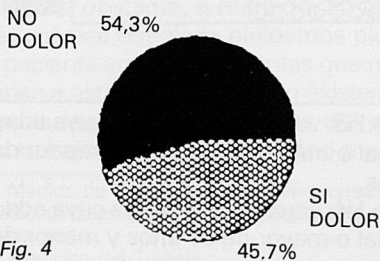


Fig. 4

- 7.º Muñeca y mano izquierda: 7 (14,58%).
- 8.º Brazo y antebrazo izquierdo: 3 (6,25%).
- 9.º Muñeca y mano derecha: 3 (6,25%).
- 10.º Hombro derecho: 1 (2,08%).
- 11.º Brazo y antebrazo derecho: 0.

La zona de mayor frecuencia de asiento de patología corresponde a la columna vertebral:

- Zona lumbar (41,66%)
- Zona cervical (39,58%)
- Zona dorsal (27,08%)

Lo que supone un total de 49,52% de toda la patología.



La distribución de los trabajadores según su profesión y puesto de trabajo<sup>3</sup> es:

1. Sedentaria: 25 casos.
2. Ortostática sin esfuerzo: 44 casos.
3. Ortostática con esfuerzo medio: 23 casos.
4. Ortostática con gran esfuerzo: 13 casos.

El número y porcentaje de los trabajadores que presentan algias osteomusculares, respecto al total valorando el puesto de trabajo:

1. Sedentario: 12 casos, lo que representa el 48%.
2. Ortostática sin esfuerzo: 19 casos, (43,18%).
3. Ortostática con esfuerzo medio: 8 casos, (34,78%).
4. Ortostática con gran esfuerzo: 9 casos, (69,23%).

Valorando el sexo de los trabajadores que refieren dolor obtenemos:

1. Sedentario: de los 12 casos, 3 son varones y 9 hembras.
2. Ortostático sin esfuerzo: del total de 19, 9 son varones y 10 hembras.
3. Ortostático con esfuerzo medio: 8 casos, 6 varones y 2 hembras.
4. Ortostático con gran esfuerzo: los 9 casos son varones.

---

<sup>3</sup> Clasificación según el puesto de trabajo:

1. Sedentaria: reunimos todos aquellos trabajadores que desarrollan su trabajo en posición sentada, sería el caso de oficinistas, contables, aux. administrativos, etc.
2. Ortostática sin esfuerzo: trabajadores que desarrollan su trabajo en posición de pie y que, además no realizan esfuerzos físicos, tal es el caso de dependientes de comercio, operarios en controles de calidad, etc.
3. Ortostática con esfuerzo medio: trabajadores que realizan su trabajo en posición de pie, pero además desarrollan un esfuerzo físico medio, cargar objetos cuyo peso no exceda de 20 kg. y por espacio no prolongado, es decir, intermitente, tal sería el caso de mecánicos, carniceros, carpinteros, etc.
4. Ortostática con esfuerzo grande: trabajadores que desarrollan su trabajo de pie y además realizan esfuerzo físico continuado e intenso.

## Discusión

El hecho que más destaca es el que prácticamente la mitad de la población trabajadora (45,71%), sin distinción de sexo o edad, refiere dolor que relaciona con la actividad realizada durante la jornada laboral.

Según el tipo de actividad física, los puestos de trabajo con mayor frecuencia relacionados a dolores osteomusculares son aquellos ortostáticos con gran esfuerzo seguidos de los sedentarios; los menos relacionados porcentualmente son los ortostáticos de esfuerzo medio.

El grupo de edad que señala más patología sigue, entre los varones, una relación directa con respecto a la edad, mientras que entre las mujeres, fue el grupo situado entre los 41 y 50 años, seguido del grupo cuyo intervalo de edad comprendía entre los 20 y los 30 años.

## Conclusiones

- 1.º El grupo de trabajadores, sin distinción de sexo, que presentan patología, es igual al grupo de trabajadores asintomáticos.
- 2.º Los intervalos de edad V1 o H1, que corresponden a personas de edades iguales o mayor de 20 años y menores de 30, son los que presentan mayor patología; no es de extrañar ya que se trata del grupo más poblado de la muestra.
- 3.º La patología más frecuente se localiza en columna vertebral y por orden de frecuencia, en primer lugar destaca la zona lumbar, seguida de la cervical y dorsal.
- 4.º La postura que presenta menos patología es la de ortostatismo con esfuerzo medio.
- 5.º Hemos observado que un alto número de personas, presentando patología previa muscular y osteoarticular, ocupaban puestos de trabajo inadecuados posturalmente a su alteración esquelética. Ello nos lleva una vez más a insistir en la conveniencia de tomar en consideración el

profesiograma del trabajador y los requerimientos físicos que exige el puesto de trabajo a ocupar.

A pesar del tamaño reducido de la muestra, creemos conveniente el estudio de los problemas derivados de la postura en el puesto de trabajo, por lo que en un futuro ampliaremos el número de casos de la muestra, aplicando entonces las técnicas estadísticas correspondientes.

## Bibliografía

1. Desoille H. Medicina del trabajo. Masson, Barcelona 1986.
2. Scherrer J. La motricité. En Scherrer J. Précis de physiologie du travail. Masson, Paris 1981.
3. Mateei N. Pathologie du travail de bureau. Paris, VI, 1974.
4. Col·legi de Metges de Barcelona. El risc laboral. Laia, Barcelona 1982.