



PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA

CÓDIGO: A-GTH-PG-006

Versión: 2.0

Fecha de Aprobación: 09/04/2025

San José del Guaviare

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	2 de 17

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN	2
2. OBJETIVOS	3
2.1. GENERAL.....	3
2.2. ESPECIFICOS.....	3
5. DEFINICIONES	5
6. ROLES Y RESPONSABILIDADES	7
7.1. DIAGNÓSTICO.....	9
7.1.1. 7.1.2. Diagnóstico Condiciones Músculo Esqueléticas:	9
7.2. EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES	11
7.3. EVALUACIÓN DE SITUACIONES DE TRABAJO	12
7.4. EVALUACIONES DE ASPECTOS PSICOSOCIALES	12
7.5. HACER – INVESTIGAR	13
7.5.1. MONITOREO DE EXPUESTOS	13
7.6. PROGRAMA ENTORNOS SALUDABLES O PREVENTIVO.....	14
7.7. PROGRAMA DE VIGILANCIA	14
7.8. PROGRAMA CORRECTIVO.....	15
8. INDICADORES	16

1. INTRODUCCIÓN

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	3 de 17

El bienestar del trabajador, depende en gran parte de las características en las que este se desarrolla, como lo es su ambiente laboral, un ambiente que presenta diferentes características culturales, geográficas, socioeconómicas, tecnológicas y organizacionales; que establecen una relación directa entre las exigencias, condiciones del medio ambiente laboral y las necesidades, facultades y expectativas del individuo; cuando se manifiestan desajustes en esta relación directa, la reacción del individuo se manifiesta con cambios fisiológicos y/o psicológicos, que alteran su comportamiento y su capacidad laboral.

ENERGUAVIARE S.A E.S.P. en su Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, integra un Programa de Vigilancia Epidemiológica (PVE), que se encuentra encaminado a la vigilancia de desórdenes musculo esqueléticos (DME) y con la información encontrada propone medidas desde la ergonomía para el mejoramiento de las condiciones de trabajo y/o comportamientos del trabajador para favorecer el control del riesgo asociado a carga física.

2. OBJETIVOS

2.1. GENERAL

Identificar, prevenir y controlar los casos existentes de los trabajadores de **ENERGUAVIARE S.A E.S.P.** expuestos a riesgo biomecánico y con presencia de sintomatología músculo esquelética, con el fin de establecer actividades de vigilancia epidemiológica, intervenir y controlar oportunamente la aparición de síntomas y enfermedades laborales por DME.

2.2. ESPECIFICOS

- Identificar puestos de trabajo, y áreas críticas donde exista exposición al factor de riesgo biomecánico y categorizar el riesgo.
- Prevenir la aparición de Desórdenes Músculo Esqueléticos, a través de actividades desarrolladas desde el Programa de entornos saludables y específicas del Programa DME.
- Detectar oportunamente en los colaboradores expuestos alteraciones en el sistema osteomuscular para evitar su progresión.
- Realizar seguimiento y acompañamiento a la Enfermedad Laboral diagnosticada en la entidad, además de garantizar el acceso a los tratamientos requeridos para el trabajador afectado
- Verificar la efectividad de la gestión frente a la identificación y seguimiento a los trabajadores con DME diagnosticados.

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	4 de 17

3. ALCANCE

El programa de vigilancia epidemiológica para prevención de desórdenes musculo esqueléticos y control de los peligros categorizados en carga física, está dirigido al personal expuesto de **ENERGUAVIARE S.A E.S.P.** quienes, en virtud de la actividad desempeñada pueden encontrarse en riesgo de desarrollar lesiones, traumas y/o desórdenes musculo esqueléticos relacionados con la exposición a factores de riesgo de ergonómicos o asociados a carga física.

4. MARCO LEGAL

- **Decreto 614 De 1984**, en el literal b numeral 2 y 3 del artículo 30, determina que el subprograma de Medicina del Trabajo deberá desarrollar actividades de vigilancia epidemiológica de enfermedades profesionales, patología relacionada con el trabajo y ausentismo por tales causas. Y desarrollar actividades de prevención de enfermedades profesionales, accidentes de trabajo y educación en salud a nombre de los empresarios y trabajadores.
- **Resolución 1016 De 1989**, en el numeral 1 del artículo 10, determina que la realización de las evaluaciones médicas ocupacionales es una de las principales actividades de los subprogramas de medicina preventiva y del trabajo. Y en el numeral 2 del artículo 10, determina el desarrollar actividades de vigilancia epidemiológica, conjuntamente con los subprogramas de higiene y seguridad industrial, que incluirán como mínimo: accidentes de trabajo, enfermedades profesionales y panorama de riesgos.
- **Resolución 2346 De 2007**, del Ministerio de la Protección Social, por la cual se regula la práctica de evaluaciones médicas ocupacionales y el manejo y contenido de las historias clínicas ocupacionales.
- **Resolución 2844 De 2007 Y 1013 De 2008**, del Ministerio de la Protección Social, por las cuales se adoptan las 10 Guías de Atención Básica Integral de Salud Ocupacional basadas en la evidencia. Y que entre ellas están: Desórdenes musculoesqueléticos relacionados con movimientos repetitivos de miembros superiores (STC, epicondilitis y enfermedad de De Quervain) y Hombro doloroso relacionado con factores de riesgo en el trabajo. Además de la Guía para dolor lumbar inespecífico y enfermedad discal relacionados con la manipulación de cargas y otros factores de riesgo en el lugar de trabajo.
- **Resolución 2400 De 1979**, del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social y la Serie de Seguridad, Higiene y Medicina de trabajo 59 de 1988 de la Organización Internacional del Trabajo, establecen las limitaciones del peso máximo en el levantamiento y el transporte de cargas para Colombia, se plantea que los valores máximos de levantamiento y transporte de carga compacta para trabajadores

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	5 de 17

adultos del género masculino son de 25 y 50 Kg. y para mujeres 12.5 y 20 Kg., respectivamente. Dicho peso máximo quedó fijado de tal manera que se evite la fatiga física. Sin embargo, el esfuerzo total desarrollado por el trabajador a lo largo de una jornada de trabajo puede sobrepasar los límites que permitan una recuperación normal y de ahí la aparición de la fatiga crónica.

- **Decreto 1072 De 2015**, Libro 2, Parte 2, Título 4, Capítulo 6, Artículo 2.2.4.6.12 Numeral 4: Documentación: El informe de las condiciones de salud, junto con el perfil sociodemográfico de la población trabajadora y según los lineamientos de los programas de vigilancia epidemiológica en concordancia con los riesgos existentes en la organización.
- **Resolución 3050 De 2022**, Por la cual se adopta el Manual de Procedimientos del Programa de Rehabilitación Integral para la reincorporación laboral y ocupacional en el Sistema General de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones.

5. DEFINICIONES

DESORDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS

Según las GATISST, los desórdenes musculo esqueléticos, comprenden un grupo heterogéneo de diagnósticos que incluyen alteraciones de músculo, tendones, vainas tendinosas, síndromes de atrapamientos nerviosos, alteraciones articulares y neurovasculares.¹

CARGA FÍSICA

Es considerada como el conjunto de requerimientos físicos a los que se ve sometida una persona para realizar una tarea. Se considera como riesgo cuando las capacidades del individuo son superadas y se definen como requerimientos de postura, movimientos y fuerza. Se subdivide en carga física estática y dinámica:

- **Carga Estática:** Existe cuando no hay movimiento visible en los segmentos corporales, aunque se puede decir que es un estado de equilibrio fisiológico permanente al interior del músculo, generando una serie de estados de relajación y contracción que no son evidentes a simple vista.²
- **Carga Dinámica:** Se da cuando se produce trabajo muscular, se considera que toda labor requiere que el trabajador tenga cierto consumo de energía; a mayor esfuerzo,

¹ Guías de Atención Integral de Salud Ocupacional basadas en la evidencia, GATISST, Bogotá, 2007

² Villar Fernández María Félix, La Carga Física en el Trabajo, Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, España

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	6 de 17

mayor consumo energético. La realización de cualquier trabajo muscular implica la activación de una serie de músculos que son los generadores de la fuerza necesaria y dependiendo del tipo de contracción que se da en el músculo el trabajo muscular se puede considerar dinámico o estático, que en muchas ocasiones es difícil diferenciar, sin embargo, esta diferencia está dada por los tipos de irrigación sanguínea muscular durante cada uno de estos tipos de trabajo.³

FACTORES DE RIESGO BIOMECÁNICOS

Son todos los conjuntos de atributos o elementos de una tarea que aumentan la posibilidad de que un individuo o usuario, expuestos a ellos, desarrollen una lesión.

Postura: Es la posición del cuerpo con respecto al espacio que le rodea y al estado consciente de ella por parte del individuo; dentro del esfuerzo estático, es la que un individuo adopta y mantiene para realizar su labor.

Postura prolongada: La postura principal (de pie-sedente-sentado/de pie) y se mantiene por el 75% o más de la jornada laboral.

Postura Mantenida: Adopción de una misma posición, así esta sea la correcta, durante En posturas mecánica y fisiológicamente más riesgosas (rodillas, cuclillas) se consideran mantenidas cuando se adoptan por 20 minutos o más.

Postura Forzada: Es aquella que presenta una desviación de una o más articulaciones de su posición neutral (natural).

Postura Anti gravitacional: Es aquella en la que un segmento articular permanece en contra de la gravedad.

Esfuerzo: Cuando los segmentos corporales se ven exigidos a una actividad muscular continua o durante acciones esforzadas, o el uso de herramientas que generan esfuerzos adicionales para su soporte y manejo.

Movimiento: Hace referencia al desplazamiento del cuerpo o de un objeto a través del espacio.

Movimiento repetitivo: Dado por ciclos de trabajo cortos (ciclo menor a 30 segundos o 1 minuto) o alta concentración de movimientos (> del 50%), que utilizan pocos músculos (Silverstein y col, 1987). Según la metodología OCRA1 cuando el ciclo de trabajo es inferior a 15 segundos.

Manejo o manipulación manual de carga: Es cualquier labor que requiera el uso de la fuerza humana para levantar, sostener, colocar, empujar, portar, desplazar, descender, transportar o ejecutar cualquier otra acción que permita mover o detener un objeto.

³ Op. Cit. Villar Fernández María Félix

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	7 de 17

FATIGA

Dentro de la carga física en el ámbito laboral, es considerada la fatiga como el principal efecto producido frente al sistema musculo esquelético, ya que es a partir de esta condición que se producen los desórdenes osteomusculares, por tanto entenderemos la fatiga como un; *“Fenómeno complejo en el que confluyen múltiples facetas y aspectos que resultan poco separables entre sí en situaciones reales: no es fácil separar cansancio físico del mental, ni éste de la monotonía, o del exceso de absorción que supone la tarea que desempeñamos, la ansiedad o el cansancio físico producido por la cadencia de trabajo”*⁴. Esto equivale a considerar la fatiga como una situación psicofisiológica. Esta situación derivará en una reducción de la capacidad de trabajo.

6. ROLES Y RESPONSABILIDADES

Gerencia

- Asignar los recursos humanos, técnicos y financieros para la gestión del PVE DME.
- Verificar indicadores de impacto, proceso y gestión del PVE DME.
- Tomar decisiones frente a los resultados obtenidos en pro de mejorar condiciones para disminuir el nivel de riesgo de carga física.

Subgerentes, Director de planeación, secretaria general y Jurídica

- Participar de las actividades del PVE DME.
- Generar propuestas de mejora que contribuyan al control de riesgos en carga física.
- Velar porque se cumplan los controles del PVE DME.
- Velar por la salud de los trabajadores a cargo.

Responsable De SG-SST

- Gestionar el PVE DME, en documentos y acciones que deriven el control del riesgo de carga física.
- Mantener actualizados los documentos del PVE DME.
- Realizar seguimiento a casos (sintomáticos y confirmados).
- Programar las actividades del PVE DME (Capacitación, asesorías, exámenes médicos).

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	8 de 17

Todos Los Trabajadores

- Procurar el cuidado integral de su salud.
- Suministrar información clara, veraz y completa sobre su estado de salud.
- Cumplir las normas, reglamentos e instrucciones del PVE DME.

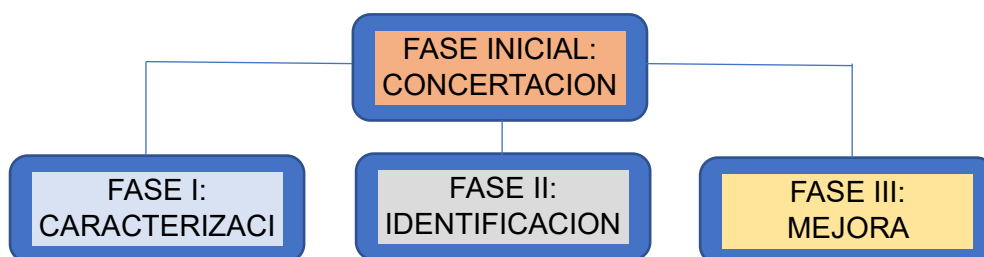
7. DESARROLLO

Los Desórdenes Músculo Esqueléticos no tienen claramente definido su origen ya que su desarrollo se considera de carácter multifactorial: componentes biomecánicos, organizacionales, psicosociales, individuales, entre otros, los cuales pueden dar lugar a situaciones que los predisponen, ocasionan o exacerban (CASTILLO, J. Prevención de los DME. Protocolo de intervención. Bogotá: Positiva Compañía de Seguros/ARP, 2011. p.6).

Las evaluaciones y las intervenciones eficaces para la prevención de los DME., son de carácter multimétodo y cubren integralmente las situaciones de trabajo. Esto significa que las intervenciones orientadas a identificar y limitar el impacto de los aspectos físicos, organizacionales y psicosociales son las más eficientes. El impacto es mayor cuando hay participación y voluntad de cambio de las direcciones de las organizaciones, también cuando se logra adherir e implicar a los trabajadores en las estrategias de prevención desarrolladas (CASTILLO, J. Protocolo de intervención para la prevención de los desórdenes músculo esqueléticos de miembro superior y espalda. Bogotá: Positiva Compañía de Seguros S.A., 2014. p. 21)

La **ENERGUAVIARE S.A E.S.P.** adopta dentro del Programa de Estilos de Vida Saludable, el Programa de Vigilancia Epidemiológico de Desordenes Musculo Esqueléticos como parte preventiva que permitirá la identificación temprana de síntomas Músculo Esqueléticos y el planteamiento de estrategias y/o actividades para su control y una fase correctiva propiamente dirigida a las enfermedades laborales diagnosticadas.

Para lo anterior se tendrá en cuenta las fases de inicio a continuación:



FASE INICIAL: CONCERTACION hace referencia al uso o creación de herramientas de identificación y diagnóstico validadas y de fácil aplicación según corresponda para la empresa; el fin de esta FASE es el de identificar las situaciones que exigen la implicación física, cognitiva, psicológica y sicológica del trabajador desde el punto de vista analítico de los Desórdenes Músculo Esqueléticos

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	9 de 17

FASE I: CARACTERIZACIÓN Corresponde a los trabajadores identificados como SEVEROS O CASO, categorizados en el cuestionario de Síntomas de DM; así mismo los trabajadores que se encuentren en proceso de calificación de origen y/o enfermedad de origen laboral relacionada con DME. Intensidad. Cronicidad: Síntomas persistentes en un periodo superior a 6 meses. Incapacidad: Superior a 31 días

FASE II: IDENTIFICACIÓN Corresponde a los trabajadores identificados como MODERADOS O SINTOMÁTICOS, categorizados en el cuestionario de Síntomas de DME. Cronicidad: Síntomas persistentes en un periodo superior a 3 meses. Incapacidad: de 7 hasta 30 días

NOTA: El Programa continúa realizando adecuación y ajustes en cuanto a su forma de ejecución y de acuerdo con las necesidades presentadas por los trabajadores de la ENERGUAVIARE S.A E.S.P.

7.1. DIAGNÓSTICO

7.1.1. 7.1.2. Diagnóstico Condiciones Músculo Esqueléticas:

Evaluación de condiciones de salud de Desórdenes Músculo Esqueléticos. Este diagnóstico se realizará mediante una encuesta donde el trabajador describe la presencia de dolor, molestias o disconfort en alguna parte de su cuerpo, así mismo la intensidad y frecuencia de la misma. Posteriormente se consolidará la información obtenida, con el fin de caracterizar a la población y establecer los grupos de trabajadores que presentan síntomas, para la implementación de la intervención. Para efectos de dicha evaluación se tendrá en cuenta el Cuestionario de Síntomas Músculo Esqueléticos, cuyo objetivo es recolectar información sobre la presencia de síntomas relacionados con DME en la población trabajadora de la **ENERGUAVIARE S.A E.S.P.**

Encuesta de síntomas músculo esqueléticos

Es una encuesta que tiene como objetivo recolectar información sobre la presencia de síntomas relacionados con Desórdenes Músculo Esqueléticos en la población trabajadora de la **ENERGUAVIARE S.A E.S.P.**

El objetivo de esta encuesta es la de apoyar la evaluación de las condiciones de salud músculo esquelética de la población trabajadora, identificando las regiones anatómicas en donde se presentan síntomas y/o molestias, además de ofrecer una fuente de información para caracterizar la sintomatología de acuerdo con variables demográficas, hábitos individuales y la actividad ejecutada.

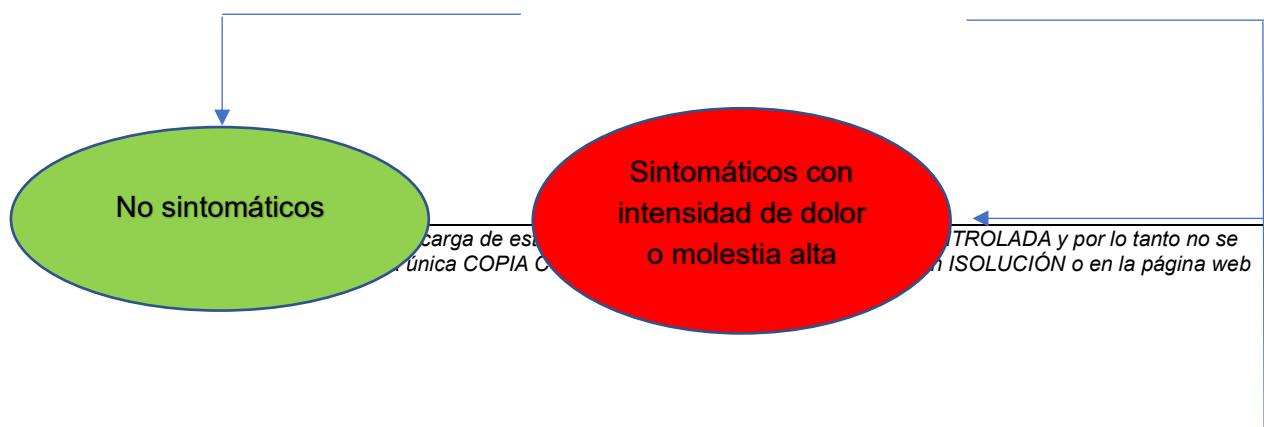
Una vez aplicada la encuesta, los datos deberán ingresarse a una base de datos, con el fin de proceder a su análisis y definir las acciones y actividades a realizar.

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	10 de 17

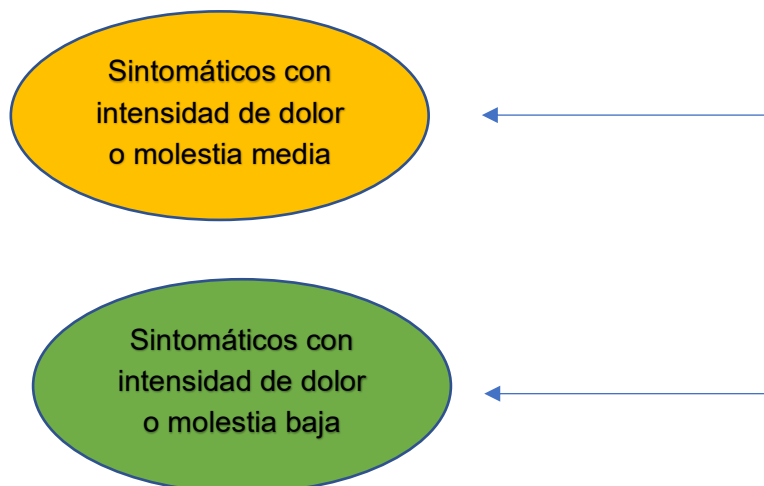
clasificación de la población evaluada en cuatro grupos:

- No sintomáticos
- Sintomáticos con intensidad de dolor baja
- Sintomáticos con intensidad de dolor media
- Sintomáticos con intensidad de dolor alta

Acciones a considerar según la clasificación de los trabajadores arrojada por la encuesta de síntomas.



	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	11 de 17



SINTOMATOLOGIA ALTA Intensidad: 8 a 10 según Escala Análoga Verbal (EAV). Cronicidad: Síntomas persistentes en un periodo superior a 6 meses. Incapacidad: Superior a 31 días

SINTOMATOLOGIA MEDIA: 4 a 7 según Escala Análoga Verbal (EAV). Cronicidad: Síntomas persistentes en un periodo superior a 3 meses. Incapacidad: de 7 hasta 30 días

SINTOMATOLOGIA BAJA: 1 a 4 según Escala Análoga Verbal (EAV) o sin presencia de sintomatología de origen osteomuscular. Cronicidad: Síntomas persistentes en un periodo inferior a 3 mes. Incapacidad: Inferior a 6 día

NO SINTOMATICOS: Los trabajadores identificados se incluirán en las actividades propias del Programa de Entornos Saludables con el fin de mantener los buenos hábitos y conductas adecuadas para la salud.

7.2. EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES

Es un tamizaje que se realizará de forma periódica con el propósito de evaluar las condiciones de salud de los trabajadores de la empresa y obtener la información sobre las condiciones individuales y factores de riesgo individuales que son predisponentes para una patología de origen músculo esquelético.

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	12 de 17

Mediante la realización de las evaluaciones medicas ocupacionales periódicas con base al profesigrama se obtendrá el informe de condiciones de salud el cual permitirá fortalecer el resultado de la encuesta para la caracterización de la sintomatología de los trabajadores diagnosticados e identificados los cuales serán involucrados en los programas de vigilancia epidemiológica a implementar en la empresa según su necesidad.

Además, se busca el bienestar del trabajador de manera individual y orientar las acciones de gestión para mejorar las condiciones de salud y de trabajo, interviniendo el ambiente laboral y asegurando un adecuado monitoreo de las condiciones de salud de los trabajadores expuestos, a partir de las recomendaciones médico-laborales emitidas por el médico especialista en Seguridad y Salud en el trabajo.

7.3. EVALUACIÓN DE SITUACIONES DE TRABAJO

La evaluación de situaciones de trabajo tiene como objetivo identificar, organizar y relacionar los eventos generadores de DME en la empresa. A partir de esta estrategia de intervención con los trabajadores se podrán identificar no solo las condiciones ergonómicas y requerimientos de los puestos de trabajo, si no identificar, realizar seguimiento y recomendaciones individualizadas a fin de reducir la exposición a factores de riesgo por posturas y movimientos.

La Identificación del riesgo por puesto de trabajo: Este proceso se realizará a través de la ejecución de inspecciones a puestos de trabajo analizando la información consignada en la identificación de los peligros, diagnóstico de condiciones de salud, valoraciones médicas laborales y estadísticas de accidentalidad y enfermedad laboral.

7.4. EVALUACIONES DE ASPECTOS PSICOSOCIALES

A través de la aplicación de la Batería de riesgo Psicosocial se establecen factores psicosociales intralaborales, extralaborales e individuales que pueden desencadenar o verse reflejados a nivel músculo esquelético en los trabajadores de la empresa.

En el momento **ENERGUAVIARE S.A E.S.P.** se encuentra en el proceso de diseño del respectivo sistema de vigilancia epidemiológica para la Prevención de los Efectos Relacionados con los Factores de Riesgo Psicosocial. Por lo cual se tendrán en cuenta

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	13 de 17

los resultados de la aplicación de la Batería de Instrumentos para la Evaluación de Factores de Riesgo Psicosocial del Ministerio de Trabajo, direccionando el plan de acción a la prevención primaria y secundaria en cuanto a las recomendaciones relacionadas por el psicólogo especialista.

7.5. HACER – INVESTIGAR

7.5.1. MONITOREO DE EXPUESTOS

Los controles se dividen en tres grupos de trabajo: Entornos Saludables, Vigilancia y Correctivo. El control preventivo va dirigido a los casos clasificados como no caso o sanos, el control de vigilancia va dirigido a los casos sospechosos o sintomáticos y control correctivo va dirigido a los casos confirmados, cada uno tiene medidas de control administrativas, controles de Ingeniería y controles en la persona.

Las acciones de intervención van orientadas a los niveles de riesgos en los cuales se clasifica a la población.

CLASIFICACION DEL TRABAJADOR	ACTIVIDADES A DESARROLLAR
ENTORNOS SALUDABLES Preventivo	• Campaña en prevención de Desórdenes músculo esquelética • Escuelas Preventivas DME • Pausas Saludables • Inspecciones de puestos de trabajo
Vigilancia	• Seguimiento a trabajadores con recomendaciones médico-laborales. • Seguimiento a trabajadores con sintomatología.
Correctivo	• Análisis de síntomas. Recomendaciones terapéuticas específicas, seguimiento a recomendaciones de salud • seguimiento individual sobre condiciones de trabajo (exposición a carga física, aspectos individuales, gestión para la reubicación laboral si fuere el caso).

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	14 de 17

7.6. PROGRAMA ENTORNOS SALUDABLES O PREVENTIVO

Este programa se focaliza en los trabajadores expuestos a factores biomecánicos pero que no presentan sintomatología o diagnóstico osteomuscular; los controles son de carácter preventivo con el propósito de mejorar y mantener las condiciones ergonómicas generales, bajo las siguientes medidas de control.

Capacitación y Entrenamiento: Se promueve la adquisición de conocimientos técnicos, teóricos y prácticos que van a contribuir al desarrollo del individuo en el desempeño de la actividad para lo cual se va a hacer uso de capacitación en Pausas saludables, Higiene Postural y Manejo Manual de Cargas por medio de los protocolos informativos en prevención.

Programa de Inducción y reinducción: Se incluirá en la inducción o reinducción general a los trabajadores con los temas del programa de vigilancia epidemiológica para prevenir los desórdenes músculo esqueléticos, dando las especificaciones al abordaje en condiciones individuales, organizaciones y del trabajo que promueven conductas saludables para mantener y mejorar la salud del trabajador en su ámbito laboral.

Mantenimiento de mobiliario de los puestos de trabajo: Se realizará mantenimiento preventivo y correctivo del mobiliario, sillas y demás elementos que componen el puesto de trabajo. En esta actividad se requiere la completa participación del Grupo de apoyo administrativo con el fin de establecer periodicidad y compromisos en cuanto al suministro de los elementos que se requieran para mejorar las condiciones de los puestos de trabajo.

7.7. PROGRAMA DE VIGILANCIA

Este programa se focaliza en los trabajadores que refieren sintomatología osteomuscular o presunta enfermedad de origen osteomuscular. Los controles son de carácter de **VIGILANCIA** con el propósito de realizar una observación continua con base a una recolección sistemática y de condiciones de salud y de trabajo, esta vigilancia permite establecer prioridades y realizar el monitoreo del estado de salud de la población, bajo las siguientes medidas de control:

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	15 de 17

Cuestionario de Sintomatología: Se diligencia la encuesta y el consentimiento informado con los datos sobre la sintomatología del trabajador **(formato pendiente por desarrollar)** para este punto se debe incluir formato de consentimiento informado.

Inspecciones a puestos de trabajo: Se realizarán inspecciones a los puestos de trabajo con el fin de, identificar condiciones locativas del diseño de puesto, ubicación del monitor, diseño de la silla y ambientales que contribuyan a la aparición de los desórdenes músculo esqueléticos.

Seguimiento Médico

Este seguimiento lo realiza el Médico de EPS o ARL y es el encargado de dar tratamiento a la sintomatología, la oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo de la empresa apoyara al cumplimiento de los tratamientos y restricciones por parte de los trabajadores y del empleador.

Seguimientos DME

Una vez caracterizada la población realizada mediante la encuesta de síntomas músculo esqueléticas, se establecerán los grupos de trabajadores que se encuentren en riesgo medio y alto, se dará manejo integral una sesión mensual por grupos, sesiones de máxima 1 hora (según segmento corporal afectado) con el fin de disminuir dolor, mejorar en rangos de movilidad, propiocepción y potenciar cualidades físicas como flexibilidad, elasticidad resistencia y fuerza muscular a través de actividades de capacitación y ejercicios direccionados por un experto en el tema.

7.8. PROGRAMA CORRECTIVO

Capacitación y Entrenamiento Se promueve la adquisición de conocimientos técnicos, teóricos y prácticos que van a contribuir al desarrollo de individuos en el desempeño de la actividad, para lo cual se va a hacer uso de protocolos de comportamientos seguros con el fin de mejorar la higiene postural dentro del puesto de trabajo.

Seguimiento de Tratamiento Médico:

El seguimiento se realiza con el fin de evaluar el desempeño del trabajador en el cargo asignado y la evolución en su proceso de salud, esto se realiza posterior a un proceso de valoración médico laboral de EPS o ARL, y con base al concepto médico se determinará su permanencia o la reincorporación a su puesto de trabajo, a partir de la evolución de cada caso. El seguimiento se realizará de acuerdo con la necesidad del caso, hasta realizar el cierre del mismo, a su vez se realizarán las mesas técnicas donde se evaluará el caso y progreso en el tratamiento.

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	16 de 17

Controles de puesto de trabajo:

Van orientados a la adecuación de espacios, planos, y herramientas de trabajo, para minimizar los peligros de tipo Biomecánico y prevenir la aparición de desórdenes músculo esqueléticos, están dirigidos a generar adaptaciones al puesto de trabajo bajo las recomendaciones médico-laborales, generando una estrategia de control en el puesto para disminuir sintomatología osteomuscular.

Readaptación y Reubicación Laboral

Tiene como fin la reincorporación o la reubicación del trabajador a la actividad laboral. Se pretende identificar las causas básicas que originaron el evento generando acciones correctivas de condiciones laborales o conductas del trabajador para lograr un ambiente y un desempeño laboral seguro y acorde a las recomendaciones realizadas por los especialistas.

8. INDICADORES

Los Indicadores de evaluación del Programa de Vigilancia Epidemiológico DME, es la herramienta de medición, la cual nos permite identificar los cambios de una situación y nos ofrece las alertas o advertencias respectivas.

Indicador	Método de Calculo	Seguimiento
Incidencia	$\frac{\# \text{ De casos nuevos}}{\# \text{ de trabajadores expuestos}} * 100$	Anual
Prevalencia	$\frac{\# \text{ De casos existente (nuevos + antiguos)}}{\# \text{ Total de trabajadores expuestos}} * 100$	Anual
Cumplimiento	$\frac{\# \text{ De actividades realizadas}}{\# \text{ De actividades planeadas}} * 100$	Anual

9. CRONOGRAMA

Las actividades del programa de vigilancia epidemiológica en riesgo cardiovascular orientadas al cumplimiento de ejecución del mismo serán incluidas dentro del plan de trabajo anual del SG-SST y Plan anual de capacitación del SG-SST.

	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	Código:	A-GTH-PG-006
		Fecha de aprobación:	09/04/2025
	PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA PARA LA PREVENCIÓN DE DESÓRDENES MUSCULO ESQUELÉTICOS Y CONTROL DE PELIGROS ASOCIADOS A CARGA FÍSICA	Versión:	2.0
		Página:	17 de 17

10. CONTROL DE CAMBIOS

CONTROL DE CAMBIOS			
VERSIÓN N°	FECHA DE APROBACIÓN	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	FUENTE DE VERIFICACIÓN
01	27/05/2024	Creación del documento	Acta N°9 del 2024 del Comité de Gestión y Control- CGC del 27 de mayo de 2024.
02	09/04/2025	Actualización estructura del Documento, Cronograma, Indicadores.	Acta N°5 del 2024 del Comité de Gestión y Control- CGC del 09 de abril del 2025.

	ELABORÓ	REVISÓ	APROBÓ
FIRMA	ORIGINAL FIRMADO	ORIGINAL FIRMADO	ORIGINAL FIRMADO
		ORIGINAL FIRMADO	
		ORIGINAL FIRMADO	
NOMBRE	ALVIS ARLEY ROMERO PÉREZ	MARLON YOHAN LÓPEZ SÁNCHEZ	CRISTIAN ANDREY PINTO LOZANO
		FINIA JANETH USECHE NIÑO	
		EIDI YULIANA PEÑA LEÓN	
CARGO	Profesional 01 SISO	Director de Planeación	Gerente
		Subgerente Financiera	
		Profesional 01 Gestión de Calidad	