

Salud al Trabajo Una Estrategia de Autocuidado en la Atención Primaria en Salud

Margarita Rosa Castro
Coordinadora Programa de Riesgos
Universidad de Antioquia

Palabras Clave: Salud en el trabajo, Autocuidado, Comunicación, Participación, Promoción, APS

Abstract

Salud al trabajo, estrategia del Programa de Riesgos Ocupacionales de la Universidad de Antioquia para fortalecer la cultura del autocuidado mediante la promoción, sensibilización y divulgación de la salud ocupacional en todos sus servidores. Este componente hace parte de la estrategia de Atención Primaria en Salud que lidera el Programa de Salud Universitario.

Surge para dar respuesta a los requerimientos de un diagnóstico inicial de entornos y otro de conocimiento sobre las políticas de salud ocupacional y la participación de los empleados y directivos de la Universidad que realizó el Programa de Salud Ocupacional en el año 2007, donde se evidenció desconocimiento de las políticas y poca participación y conocimiento de los servicios entre los universitarios

Este componente de APS trabaja con tres momentos que guían las actividades, ellos son: motivación, divulgación y capacitación.

Se creó una sección de salud al trabajo, en el periódico y portal Saluda, ambos medios de comunicación de APS, en la cual se presentan temas de promoción de la salud ocupacional. Esto acompañado de la creación de dos personajes MAX y MO Seguro, quienes cuentan a los empleados acerca de los diferentes riesgos y sus respectivas medidas de control para evitar afecciones en el trabajo.

El diagnóstico participativo con de los integrantes de los comités de emergencias de todas las unidades académicas y administrativas de la Universidad, a través del taller "Cada cosa en su lugar" permitió conocer el estado de su capacidad de respuesta instalada ante cualquier emergencia. Con la información se diseñó una segunda etapa para capacitar a los miembros de los cuatro tipos de comités existentes.

También se elaboró el Manual de Salud al trabajo con el mapa de riesgos ocupacionales que se entrega a cada empleado de la Universidad.

El componente de Salud al trabajo se articulará con la línea de Vivienda Saludable de la estrategia de APS, para abarcar tanto la población laboral como a sus familias en sus propias casas.

Proyecto Salud al Trabajo

Diagnóstico Inicial

Incluyó lo siguiente: Entorno, Vulnerabilidad, Percepción y Existencia

1 Del Entorno

En dicho análisis se encontró lo siguiente:

1.1 En El Entorno Global

1.1.1 La 60ª Asamblea Mundial de La Salud

El 23 de mayo de 2007 planteó el **“Plan de acción mundial sobre la salud de los trabajadores 2008-2017”**

El plan de acción propuesto trata todos los aspectos relacionados con la salud de los trabajadores, incluidas la prevención primaria de los riesgos laborales, la protección y promoción de la salud en el lugar de trabajo, las condiciones de empleo y la mejora de la respuesta de los sistemas de salud a la salud de los trabajadores. Está basado en algunos principios comunes:

- Todos los trabajadores deben poder disfrutar del más alto nivel posible de salud física y mental y de condiciones de trabajo favorables.
- El lugar de trabajo no debe perjudicar la salud ni el bienestar.
- La prevención primaria de los riesgos para la salud de los trabajadores merece una atención prioritaria.
- Todos los componentes de los sistemas de salud deben tenerse en cuenta a la hora de dar una respuesta integrada a las necesidades de salud concretas de la población activa.

El lugar de trabajo también puede servir de marco para llevar a cabo otras intervenciones esenciales de salud pública, promover la salud con participación de trabajadores, empleadores y sus representantes.

En el objetivo segundo de dicho plan sobre **“Proteger y promover la salud en el lugar de trabajo”**

Incluye las mejoras en la evaluación y la gestión de los riesgos sanitarios en el lugar de trabajo, la gestión integrada de los productos químicos, la eliminación del humo ambiental de tabaco en los lugares cerrados, el mejoramiento de la seguridad en el trabajo y la evaluación de los efectos sobre la salud de las nuevas tecnologías, los procesos de trabajo y los productos, en sus etapas de preparación.

También en el mismo objetivo y en el tercero incluye aspectos que valdría la pena considerar en el ámbito universitario como son el *fortalecer los recursos humanos*, metodológicos y tecnológicos; *capacitar a trabajadores y empleadores*, e introducir prácticas laborales y medidas de *organización del trabajo sanas y una cultura de promoción de la salud en el lugar de trabajo*.

En el Objetivo 3: **Mejorar el funcionamiento de los servicios de salud ocupacional y el acceso a los mismos** se debe mejorar la cobertura y la calidad de los servicios de salud ocupacional y garantizar la disponibilidad de recursos humanos suficientes y debidamente calificados, lo cual también involucra al sector educativo así como en el requisito de la difusión de información; y la prestación de asesoramiento especializado.

Un aspecto claro en este punto es el 18. El desarrollo de los recursos humanos en pro de la salud de los trabajadores ha de continuar reforzándose mediante la promoción de **la formación de posgrado en las disciplinas pertinentes**; la creación de capacidad para prestar servicios básicos de salud ocupacional; la incorporación de la salud de los **trabajadores en la formación del personal de atención primaria de salud y otros profesionales necesarios para los servicios de salud ocupacional**; el establecimiento de **incentivos para atraer y retener recursos humanos que se ocupen de la salud de los trabajadores**, y el fomento de la creación de redes de servicios y asociaciones profesionales.

Se deberá prestar atención **no sólo a la capacitación de posgrado**, sino también **a la formación básica de profesionales sanitarios** en diversas esferas, entre ellas la promoción de la salud de los trabajadores

y la prevención y tratamiento de problemas de salud de los trabajadores. Esto debería ser una **prioridad particularmente en la atención primaria de salud**.

1.1.2 La Estrategia Iberoamericana de Seguridad y Salud en el Trabajo 2009-2012

Orientada por la Organización Iberoamericana de Seguridad Social establece en su Objetivo 7 la mejora de la capacitación de los agentes implicados en la seguridad y salud, para lo cual consideran prioritario establecer programas específicos en esta materia para avanzar en la mejora de la cultura preventiva.

En este sentido las Administraciones Públicas nacionales y los Órganos Técnicos de Seguridad y Salud deben realizar esfuerzos que faciliten la formación de profesionales de seguridad y salud.

La formación en prevención de los trabajadores en su puesto de trabajo se configura como un factor decisivo en la lucha contra la siniestralidad. Deben realizarse esfuerzos para promover la obligatoriedad de esta formación básica y establecer los recursos necesarios para conseguirlo. Se hace imprescindible el apoyo de las Administraciones Públicas para ello.

1.1.3 La IV Cumbre de Jefes de Estado y de Gobierno de las Américas, en la Declaración de Mar del Plata

Donde los jefes de estado y de gobierno asistentes reafirmaron su promesa de promoción de marcos integrados de políticas públicas de ambiente, empleo, salud y seguridad social, que protejan la salud y la seguridad de todos los trabajadores, de manera que se fomente así una cultura de prevención y control de riesgos ocupacionales en el hemisferio.

Los dignatarios se propusieron poner en marcha un plan de acción con cuyos aspectos más relevantes era que "se promuevan condiciones de salud y seguridad, se faciliten entornos de trabajo saludables para todos los trabajadores y se aseguren sistemas efectivos de inspección laboral". Para este propósito, prosigue el plan de acción, "es esencial el fomento de alianzas estratégicas entre los sectores laboral, de salud, de ambiente y de educación".

Lo anterior quedó explícito en la **Resolución 957 DE 2005** (Septiembre 23) **Reglamento del Instrumento Andino de Seguridad y Salud en**

el Trabajo expedida por la Secretaria General de la Comunidad Andina, publicada en la gaceta de Cartagena Año XXII - Número 1245 de 2005

1.2 En El Entorno Nacional

1.2.1 El Plan Nacional Decenal de Educación 2006 -2016

Fines y calidad de la educación en el siglo XXI (globalización y autonomía)

Dentro de los diez retos incluye como uno de sus **Macro objetivos**

1. Articulación y coherencia del sistema educativo: Lograr un sistema educativo articulado, coherente y contextualizado en los diferentes niveles de formación y en las regiones, que permita la movilidad y formación integral de la niñez y la juventud colombiana, en un entorno democrático, pacífico y globalizado.

Objetivos

3. Disponer condiciones políticas, normativas, financieras, administrativas y pedagógicas para que los estudiantes de educación media accedan a programas bajo el enfoque de formación por competencias laborales generales y específicas, que permitan la articulación con la educación superior, el SENA, la educación para el trabajo y el desarrollo humano y el sector productivo.

Valdría la pena evaluar las competencias solicitadas por las empresas en el aspecto de higiene y seguridad ya que cada vez es más frecuente que éstas busquen su certificación en normas ISO 9000, 14000 Y OSHAS 18000 y de competencias laborales por lo cual pudiera ser relevante.

1.2.2 El Plan Nacional De Salud Pública 2007-2010

De obligatorio cumplimiento, en el ámbito de sus competencias y obligaciones de la Nación, las entidades departamentales, distritales y municipales de salud, las Entidades Promotoras de Salud de los regímenes contributivo y subsidiado, las entidades obligadas a compensar, **las entidades responsables de los regímenes especiales y de excepción y los prestadores de servicios de salud**, lo cual incluye entonces, **al Programa de Salud de la Universidad de Antioquia** tiene por objeto mejorar el estado de salud de la población colombiana; evitar la progresión y los desenlaces adversos de la enfermedad; enfrentar los retos del envejecimiento

poblacional y la transición demográfica y disminuir las inequidades en salud de la población Colombiana.

Como prioridades nacionales en salud, el Plan identificó la seguridad en el trabajo y las enfermedades de origen laboral. Para alcanzar el objetivo, señala las siguientes estrategias:

- Promover la implementación y evaluación de la efectividad de la estrategia de **entornos saludables en espacios laborales** con enfoque diferencial por género.
- Desarrollar normas técnicas para la **promoción de la salud en espacios de trabajo, detección temprana**, protección específica y atención de las enfermedades ocupacionales prevenibles.
- **Promover** en las empresas, **universidades**, centros de formación del recurso humano y comunidad general **el acceso a las acciones de promoción de la salud**, detección temprana, protección específica dentro del SGRP, según normas establecidas.
- Desarrollar programas de sensibilización para **la reincorporación y la inclusión del discapacitado** en el sector productivo.
- Formulación y seguimiento de **planes de mitigación de los riesgos en las empresas** con base en los **riesgos profesionales y ocupacionales y la accidentalidad**.
- Diseñar, desarrollar, hacer seguimiento, evaluación y difusión de resultados de la vigilancia en salud en el entorno laboral.

La Resolución 0425 de 2008, con el fin de adoptar las políticas, prioridades, objetivos, metas y estrategias del Plan Nacional de Salud Pública para el cuatrienio 2007-2010 adoptado por el Gobierno Nacional mediante el Decreto 3039 de 2007, las Direcciones Territoriales de Salud deben formular y aprobar el Plan de Salud Territorial que comprende acciones del Plan de Salud Pública de Intervenciones Colectivas y las acciones de promoción y prevención incluidas en el Plan Obligatorio de Salud - POS del Régimen Contributivo y del Régimen Subsidiado a cargo de las Entidades Promotoras de Salud y en el Sistema General de Riesgos Profesionales a cargo de sus administradoras, en coherencia con los perfiles de salud territorial y además, adoptar el sistema de evaluación por resultados.

En el área de control de riesgos profesionales incluye lo siguiente:

Eje Programático de Prevención, Vigilancia y Control de Riesgos Profesionales	5.
Acciones de promoción de la salud y calidad de vida en ámbitos laborales	5.1.
Acciones de inducción a la demanda a los servicios de promoción de la salud, prevención de los riesgos en salud y de origen laboral en ámbitos laborales	5.2.
Acciones de inspección, vigilancia y control de los riesgos sanitario, fitosanitarios, ambientales en los ámbitos laborales y riesgos en las empresas con base en los riesgos profesionales	5.3.
Acciones de sensibilización para la reincorporación y la inclusión del discapacitado en el sector productivo.	5.4.
Acciones de seguimiento, evaluación y difusión de resultados de la vigilancia en salud en el entorno laboral.	5.5.
Eje Programático de Emergencias y desastres	6.
Gestión para la identificación y priorización de los riesgos de emergencias y desastres.	6.1.
Acciones de articulación intersectorial para el desarrollo de los planes preventivos, de mitigación y superación de las emergencias y desastres.	6.2.
Acciones para el fortalecimiento institucional para la respuesta territorial ante las situaciones de emergencias y desastres.	6.3.

1.2.3 El Plan de Salud de Medellín 2008-2011

En el ámbito local el tiene las siguientes prioridades:

Salud Infantil	Enfermedades crónicas no transmisibles y discapacidades
Salud sexual y reproductiva	Nutrición
Salud Oral	Seguridad sanitaria y del ambiente
Salud mental y lesiones violentas evitables	Seguridad en el trabajo y enfermedades de origen laboral
Enfermedades transmisibles y zoonosis	Gestión del plan

Como puede verse la seguridad en el trabajo y enfermedades de origen laboral se encuentran explícitamente planteadas y por ello se incluyó en la estrategia de APS.

1.3 En El Entorno Institucional

Misión de la Universidad de Antioquia

Somos una universidad pública que en ejercicio pleno de su autonomía se compromete con la **formación integral** del talento humano con criterios **de excelencia, la generación y difusión del conocimiento** en los **diversos campos del saber** y la preservación y revitalización del patrimonio cultural.

Visión

En el año 2016, seremos la **principal universidad de investigación** del país y una de las mejores de **América Latina**, con pregrados y posgrados de **excelencia académica internacional**, líderes en el aporte a la **transformación socioeconómica** del país y un auténtico escenario de la diversidad y el **diálogo intercultural**, en el marco del **respeto por el pluralismo y el ambiente**

En esta Misión y Visión se percibieron requerimientos relacionados con la salud ocupacional porque la excelencia internacional exige tener un adecuado sistema de salud y seguridad que involucre a servidores, estudiantes, contratistas y visitantes para equipararse a las universidades del mundo.

Asimismo, el respeto por el ambiente y el cuidado de los desechos generados en laboratorios requiere de un compromiso desde la administración y cada uno de los involucrados en los procesos.

También se hizo un análisis de cómo el tema de la salud y seguridad podría afectar o propiciar el desarrollo de los distintos sectores estratégicos planteados en el Plan de Desarrollo 2006-2016 de la Universidad.

2 De Vulnerabilidad

Existen enfermedades profesionales y accidentes de trabajo que generan pago de incapacidades, indemnizaciones, riesgo de demandas, retraso o parálisis de procesos educativos, sobrecostos.

3 De Percepción

En este diagnóstico, que tuvo por objetivo identificar el conocimiento que tienen los servidores de la Universidad de Antioquia acerca del

Programa de Salud Ocupacional con el fin de diseñar un proyecto de promoción, sensibilización y difusión de la salud ocupacional, se realizaron dos muestreos así:

- Por Conveniencia: Tomando todos los asistentes al consejo académico del 14 de junio de 2007 N= 29
- Aleatorio sistemático: De los servidores universitarios vinculados, con base en una Población de 5600 personas, una frecuencia esperada del evento, que dado que se desconocía se tomó un 50%, un error del muestreo del 9% y un nivel de confianza del 95%. Con lo anterior resultó un tamaño de muestra de 116 personas, las cuales fueron seleccionadas aleatoriamente a partir de un listado ordenado alfabéticamente eligiendo uno de cada siete y tomando un reemplazo por cada persona.
- Muestra final: Se recogieron 127 encuestas aleatorias y 29 del Consejo Académico.

Los aspectos evaluados que presentaron mayor dificultad fueron los siguientes:

1. En la muestra de todo el personal:

ASPECTO EVALUADO	Personas que NO los conocen O no los ha utilizado
La página del Programa de Riesgos Ocupacionales http://administrativa.udea.edu.co/social/riesgos.html	89%
Los servicios del Programa de Prevención de Riesgos Ocupacionales	83,5%
La conformación del comité paritario de salud ocupacional (COPASO)	81,9%
Las funciones del comité paritario	81,6%
Los representantes ante el comité paritario de salud ocupacional	80,3%
El Programa de prevención de riesgos ocupacionales de la Universidad	78%
Actividades relacionadas con la salud ocupacional en la Universidad (participación)	73%
La política de la Universidad en salud ocupacional	72,4%
El plan de emergencias del bloque	72,4%

2. En el Consejo Académico

ASPECTO EVALUADO	Personas que NO los conocen O no los ha utilizado
La página del Programa de Riesgos Ocupacionales http://administrativa.udea.edu.co/social/riesgos.html	72,4%
Los servicios del Programa de Prevención de Riesgos Ocupacionales	69%
Las funciones del comité paritario	65,5%
Los representantes ante el comité paritario de salud ocupacional.	51,7%
El plan de emergencias del bloque	41,4%
La conformación del comité paritario de salud ocupacional (COPASO)	41,4%

Este diagnóstico de percepción sobre la salud ocupacional mostró un gran desconocimiento sobre políticas, comité paritario, comités de emergencias y fuentes de información institucional en el tema de salud ocupacional.

Más del 72% de la población desconoce la política existente, la información y ubicación de la página Web de salud ocupacional, los servicios que se prestan a los servidores en esta materia, los planes de emergencias de los bloques, la conformación del comité paritario, los representantes y sus funciones. También refieren que no han participado en actividades relacionadas con la salud ocupacional.

Aunque un gran número de personas han recibido servicios del Programa, el personal no identifica que son del área de Seguridad Social, sino que aún se identifican con el área de Bienestar Universitario.

4 De Existencia

En éste se evaluaron las oportunidades de mejoramiento en cuanto a cumplimientos normativos y la forma de integrarlos a planes institucionales como el modelo estándar de control interno, sin perder especificidad en la evaluación de los riesgos propios de la salud ocupacional orientados a prevenir los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.

MOMENTOS DEL PROYECTO SALUD AL TRABAJO

Esta estrategia está respaldada por un proceso comunicacional en el cual se plantean tres momentos que guían las actividades, ellos son: motivación, divulgación y capacitación.

En la **motivación** se diseñan campañas con temas alusivos o prioritarios de la salud ocupacional. El componente inició con presentaciones ante las directivas universitarias y se efectuó una campaña de lanzamiento mediante recorridos por todas las dependencias de unos personajes o “inspectores de salud ocupacional” con un grupo teatral, en la cual se entregó una pelota relajante que invitaba a realizar las pausas activas y una tarjeta reflexiva sobre la dedicación de tiempo en: trabajos, familia y amigos, descanso, afectos, recreación y ocio y también a actualizar los datos para que les llegara el periódico saluda a sus hogares, independiente de la EPS a la cual estuviesen afiliados para posicionar los medios de APS e involucrar servidores universitarios que no pertenecen al Programa de Salud de la Universidad de Antioquia.

En la **divulgación** se hizo un Plan de Medios realizando contactos con el Sistema de Comunicaciones de Secretaría General, la Red de comunicadores de las distintas dependencias y los Coordinadores de Bienestar e incluyendo una sección especial de “Salud al Trabajo”, en el periódico y portal Saluda, ambos medios de comunicación de APS, en la cual se presentan temas de promoción de la salud ocupacional.

También se crearon dos personajes MAX y MO Seguro, Max, personaje masculino que representa los servidores universitarios procura hacer las cosas bien, con seguridad y cuidado, como lo hacen los universitarios pero algunas veces por desatención y otras por falta de conocimiento los asuntos no resultan como espera. MO, una ardilla, como muchas de las que viven en la Universidad, representa su alter ego, su consciencia, su amigo imaginario de la infancia, su amigo de la universidad, quien le recuerda procesos seguros y las mejores prácticas. Esta pareja les cuenta a los empleados acerca de los diferentes riesgos y las respectivas medidas de control para evitar afecciones en el trabajo.

La **capacitación** tiene como objetivo propiciar espacios de formación y educación dirigidos a los empleados. Este componente empieza con un diagnóstico participativo con los integrantes de los comités de emergencias de todas las unidades académicas y administrativas de la Universidad, para ello se efectuaron varias actividades.

La primera, motivando la responsabilidad administrativa de los directores de unidades académicas, un taller denominado “Cada cosa

en su lugar". Por medio de él se conoció la capacidad de respuesta instalada en las unidades académicas y administrativas para las emergencias. Con la información obtenida se diseñó una segunda etapa para capacitar a los miembros de los cuatro tipos de comités existentes (Primeros auxilios, Evacuación, Control de incendios y Apoyo logístico)

También se elaboró el Manual de Salud al trabajo con el mapa de riesgos ocupacionales que se entrega a cada empleado de la Universidad y cuyo principio es el autocuidado, en cada una de las labores.

Otra acción fue modificar y rediseñar la información que se presenta en "Vivamos la Universidad" el proyecto de inducción del personal Universitario.

Como parte de las actividades formativas se inició un proyecto de Pausas activas, que tiene como objetivo promocionar la práctica de éstas entre los empleados de la Universidad. Un grupo de estudiantes de Educación Física recorren las dependencias y orientan la pausa.

POSICIONAMIENTO: la estrategia busca espacios de reconocimiento y presentación ante los diferentes públicos de la Universidad de Antioquia.

Salud al trabajo participa desde 2008, en "Saluda la Feria", evento masivo que organiza el Programa de Salud con participación de las unidades y dependencias universitarias, abierto al público en general, en el cual se tratan temas de calidad de vida y salud invitando a las personas al autocuidado y a la participación activa en su proceso de salud.

En la primera participación de "Salud al trabajo" en la feria, se realizó la actividad "Como cuido mi camello" en el que los visitantes asumían un rol familiar distinto al habitual y jugaban con "Hibrahim", dueño del camello, eligiendo un área: oficinas, taller, laboratorio o casa. Los participantes narraban o imaginaban las actividades que se realizan en esa área y las precauciones que tendrían que tomar para "cuidar su camello" mientras que el dueño del camello evidenciaba en la narración los peligros y factores de riesgo existentes y entregaba unas tarjetas de enfermedad laboral, accidente de trabajo o malas condiciones si no se había actuado en forma preventiva o una tarjeta de pausa activa si se habían evidenciado precauciones en la ejecución de la labor descrita. Con un numero acumulado de tres tarjetas negativas, se perdía el camello y para recuperarlo se hacían unas preguntas al participante invitando a buscar soluciones a las causas por las cuales perdía su

camello usando sus propios conocimientos o prácticas aprendidas o concienciadas durante el juego para recuperarlo. Finalmente con la información de cada jugador, se evaluaba el recorrido en cuanto a lo aprendido en el juego y de las recomendaciones de autocuidado para "cuidar el camello"

En la versión de 2009 la actividad de la Salud la feria, se diseñó el montaje artístico de clown "Hogar, dulce hogar" donde a través de los personajes de una familia se interpretaban los diferentes riesgos y accidentes que pueden suceder en cualquier hogar. Después de cada riesgo se reflexionaba en las medidas de control y precaución que los integrantes de una familia deben tener para evitar accidentes.

El componente de Salud al trabajo se articulará con la línea de Vivienda Saludable de la estrategia de APS, para abarcar tanto la población laboral como a sus familias en sus propias casas.

Como material de apoyo se elaboran una serie de tarjetas de agradecimiento para entregar a los empleados en el momento de visitar sus puestos de trabajo, con el fin de ayudar a la identificación de los servicios que presta el Programa de Salud Ocupacional del Proceso de Gestión de la Seguridad Social.

Evaluación

En noviembre y diciembre de 2009, se realizará nuevamente la evaluación con el fin de analizar la variación en los aspectos prioritarios como resultado de las campañas y actividades realizadas en el proyecto SALUD AL TRABAJO