

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

I.- FINALIDAD

Contribuir con la protección de la salud de los estibadores terrestres y transportistas manuales, generando ambientes de trabajo saludables.

II.- OBJETIVO

Establecer la vigilancia de la salud de los trabajadores que manipulan cargas, a través de los exámenes médicos ocupacionales previniendo la aparición de problemas de salud relacionados con su trabajo.

III. AMBITO DE APLICACIÓN

La presente Norma Técnica de Salud es de aplicación en todos los Establecimientos del Sector Salud (MINSA, EsSalud, FFAA y PP, Clínicas y otros del Sub Sector Privado) en el ámbito nacional.

IV. BASE LEGAL

- a) Ley N° 29088, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo de los Estibadores Terrestres y Transportistas Manuales.
- b) Ley N° 27867, Ley Orgánica de Gobiernos Regionales.
- c) Ley N° 27657, Ley del Ministerio de Salud.
- d) Ley N° 26842, Ley General de Salud.
- e) Ley N° 26790, Ley de Modernización de la Seguridad Social en Salud.
- f) Decreto supremo N° 005-2009-TR, Reglamento de Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo de los Estibadores Terrestres y Transportistas Manuales.
- g) Decreto Supremo 007-2007.TR, Modifican Artículos del D. S. N° 009-2005-TR, Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- h) Decreto Supremo N° 009-2005-TR, que aprueba el Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- i) Decreto Supremo N° 023-2005-SA, Reglamento de Organización y Funciones del Ministerio de Salud.
- j) Decreto Supremo N° 003-98-SA, Normas Técnicas del Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo.
- k) Decreto Supremo N° 009-97-SA, y su modificación D.S. N° 003-98-SA, del Reglamento de la Ley de Modernización de la Seguridad Social en Salud.
- l) Resolución Ministerial 148-2007-TR, Aprueban Reglamento de Constitución y funcionamiento del Comité y Designación de Funciones del Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo y otros documentos conexos.

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

- m) Resolución Ministerial N° 480-2008/MINSA, que aprueba la NTS N° 68-MINSA/DGSP-V.1 “Norma Técnica de Salud que establece el Listado de Enfermedades Profesionales”.
- n) Resolución Ministerial N° 511-2004/MINSA, aprueban la Ficha Única de Aviso de Accidente de Trabajo y su instructivo anexo.
- o) Resolución Ministerial N° 826-2005/MINSA, que aprueba las “Normas para la elaboración de Documentos Normativos del Ministerio de Salud”.

V.- DISPOSICIONES GENERALES

5.1.- DEFINICIONES OPERATIVAS

5.1.1. Estiba y Manipulación de Carga:

La Estiba y la Manipulación de cargas es cualquier operación de transporte o sujeción de una carga por parte de uno o varios trabajadores, como el levantamiento, el empuje, la colocación, la tracción o el desplazamiento, que por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores.

- **Levantar:** Corresponde a la labor de mover manualmente un objeto verticalmente, desde su posición inicial contra la gravedad.
- **Colocar:** Poner a una persona o carga en su debido lugar.
- **Tracción:** Hacer fuerza contra una carga para moverla, sostenerla o rechazarla.
- **Desplazar:** Mover a una persona o carga del lugar en el que está ubicado.

5.1.2. Transporte Manual

Labor que además de la fuerza física, se utiliza una herramienta auxiliar para realizar el traslado de la carga

5.1.3.- Ergonomía

Disciplina de la Salud Ocupacional que es el estudio sistemático del lugar de trabajo y de las personas, con el fin de mejorar las condiciones de trabajo, su entorno laboral, y puesto de trabajo, adaptando el trabajo al trabajador, y cuyo objetivo es el confort del trabajador.

5.1.2.- Factores de Riesgo para la Salud de los Estibadores y Transportistas Manuales

Los factores de riesgo para la salud de los trabajadores son el conjunto de propiedades que caracterizan la situación de trabajo, y pueden afectar la salud del trabajador¹. Estos factores de riesgos para los Trabajadores Estibadores y Transportistas Manuales pueden ser:

En el Trabajador

- **Intrínsecos:** Falta de aptitud física, patología dorsolumbar previa y sobrepeso.
- **Extrínsecos:** Inadecuación de las ropas, el calzado u otros efectos personales que lleve el trabajador. Insuficiencia o inadaptación de los conocimientos o de la formación.
- Existen otros condicionantes que pueden influir en la aparición de la patología relacionada con la manipulación manual de cargas, tales como edad, sexo, otro empleo, hábitos como la actividad deportiva o el consumo de tabaco, el embarazo, y

¹ La Salud de los trabajadores: Estrategias e intervenciones, Dr. Héctor A. Nieto (Universidad Nacional de Buenos Aires Argentina), OPS, 2009

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

otras actividades extraprofesionales como tareas del hogar, cuidado de niños, minúsválidos o ancianos.

En el Ambiente de Trabajo

- Características de la carga: La manipulación manual de una carga puede presentar un riesgo, en particular dorsolumbar, en los casos siguientes:
 - Cuando la carga es demasiado pesada o demasiado grande.
 - Cuando es voluminosa o difícil de sujetar.
 - Cuando está en equilibrio inestable o su contenido corre el riesgo de desplazarse.
 - Cuando está colocada de tal modo que debe sostenerse o manipularse a distancia del tronco o con torsión o inclinación del mismo.
 - Cuando la carga, debido a su aspecto exterior o a su consistencia, puede ocasionar lesiones al trabajador, en particular en caso de golpe.
- Esfuerzo físico necesario: Un esfuerzo físico puede entrañar un riesgo, en particular dorsolumbar, en los casos siguientes:
 - Cuando es demasiado importante.
 - Cuando no puede realizarse más que por un movimiento de torsión o de flexión del tronco.
 - Cuando puede acarrear un movimiento brusco de la carga.
 - Cuando se realiza mientras el cuerpo está en posición inestable.
 - Cuando se trata de alzar o descender la carga con necesidad de modificar el agarre.
 - Cuando el medio con el que transporta llámese carretilla, triciclo u otro es inadecuado para el trabajador.
- Características del medio de trabajo: Las características del medio de trabajo pueden aumentar el riesgo, en particular dorsolumbar, en los casos siguientes:
 - Cuando el espacio libre, especialmente vertical, resulta insuficiente para el ejercicio de la actividad de que se trate.
 - Cuando el suelo es irregular y, por tanto, puede dar lugar a tropiezos o bien es resbaladizo para el calzado que lleve el trabajador.
 - Cuando la situación o el medio de trabajo no permite al trabajador la manipulación manual de cargas a una altura segura y en una postura correcta.
 - Cuando el suelo o el plano de trabajo presentan desniveles que implican la manipulación de la carga en niveles diferentes.
 - Cuando el suelo o el punto de apoyo son inestables.
 - Cuando la temperatura, humedad o circulación del aire son inadecuadas.
 - Cuando la iluminación no sea adecuada.
 - Cuando exista exposición a vibraciones.
- Exigencias de la actividad: La actividad puede entrañar riesgo, en particular dorsolumbar, cuando implique una o varias de las exigencias siguientes:
 - Esfuerzos físicos demasiado frecuentes o prolongados en los que intervenga en particular la columna vertebral.
 - Período insuficiente de reposo fisiológico o de recuperación.
 - Distancias demasiado grandes de elevación, descenso o transporte.

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

- Ritmo impuesto por un proceso que el trabajador no pueda modular.

5.1.3.- Daños a la Salud por el Trabajo de Estiba Terrestre y Transporte Manual:

Es todo suceso repentino o acumulativo que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional, una invalidez o la muerte.

La manipulación manual de cargas ocasiona frecuentes y variadas enfermedades y accidentes de origen laboral. Aproximadamente el 21% de los accidentes están producidos por sobreesfuerzos; y entre el 60-90% de los adultos han sufrido o sufrirán algún dolor de espalda a lo largo de su vida, pudiendo calcularse que un alto porcentaje de éstos pueda ser de origen laboral.

Los daños a la salud son:

- Muscular: contracturas, calambres y rotura de fibras
- Tendinosa y ligamentosa: sinovitis, tenosinovitis, roturas, esguinces y bursitis
- Articular: artrosis, artritis, hernias discales
- Óseos: fracturas y fisuras
- Neurológicos: atrapamientos
- Vasculares: trastornos vasomotores
- Pared abdominal: hernias

5.2.- VIGILANCIA DE LA SALUD DE LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

La vigilancia de la salud de los trabajadores es el proceso de recolección de información y análisis sistemático que abarca todas las evaluaciones necesarias para proteger la salud de los trabajadores, con el objetivo de detectar los problemas de salud relacionadas con el trabajo y controlar los factores de riesgos y prevenir los daños a la salud del trabajador, de acuerdo a la normatividad vigente.

VI.- DISPOSICIONES ESPECÍFICAS

6.1.- PROCEDIMIENTOS PARA LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES DE LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

6.1.1.- En la vigilancia de la salud de los trabajadores, el médico ocupacional debe atender, registrar y notificar los accidentes de trabajo y las enfermedades relacionadas al trabajo de acuerdo a la normatividad vigente de Exámenes Médico Ocupacionales establecidos por la Dirección de Salud Ocupacional de la Dirección General de Salud Ambiental (DIGESA) del Ministerio de Salud (MINSA).

6.1.2.- El médico ocupacional tomará en cuenta las siguientes clases de evaluaciones médico ocupacional según el caso:

- a. Evaluación Médico Pre-empleo o Pre-ocupacional: Es la evaluación médica que se realiza al trabajador antes de que ingrese al puesto de trabajo. Tiene por objetivo determinar el estado de salud al momento del ingreso, y su aptitud al puesto de trabajo.
- b. Evaluación Médico Ocupacional Periódico: Se realiza con el fin de monitorear la exposición a factores de riesgo e identificar en forma precoz, posibles alteraciones temporales, permanentes o agravadas del estado de salud del trabajador, que se asocien al puesto de trabajo y los estados prepatológicos.

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

La periodicidad de la evaluación será determinada por el médico ocupacional, se realizará de acuerdo con el tipo, magnitud y frecuencia de exposición a cada factor de riesgo, así como al estado de salud del trabajador, por lo menos una vez al año. Los antecedentes que se registren en la evaluación médica periódica, se actualizarán a la fecha de la evaluación correspondiente y se revisarán comparativamente, cada vez que se realicen este tipo de evaluaciones.

- c. Evaluación Médico Ocupacionales de Retiro o de Egreso: Evaluación médica realizada al trabajador respecto de su estado y condición de salud días previos al cese laboral, tendrán validez los exámenes ocupacionales realizados con una antigüedad no mayor de 2 meses. Mediante este examen se busca detectar enfermedades relacionadas al trabajo, secuelas de accidentes de trabajo y en general lo agravado por el trabajo.

6.1.3.- En la evaluación médico ocupacional para la vigilancia de la salud, se utilizara la Ficha Médico Ocupacional y de la Ficha Psicológica Ocupacional establecidos por la DIGESA del MINSA, y la Valoración Musculosqueletica del Anexo N° 01, para los trabajadores estibadores terrestres y transportistas manuales.

6.1.4.- Los exámenes complementarios y procedimientos de ayuda diagnóstica ocupacional de acuerdo a la normatividad vigente, se pueden realizar con mayor o menor frecuencia por indicación del médico ocupacional mínimamente una vez al año y de acuerdo a la exposición a los factores de riesgo². Estos deben de contener mínimamente:

Exámenes Complementarios Generales:

- a) Biometría sanguínea.
- b) Bioquímica sanguínea.
- c) Grupo y factor sanguíneo.
- d) Examen completo de orina.

Exámenes complementarios específicos de acuerdo al tipo de exposición, se indicaran a criterio del médico ocupacional.

6.1.5.- El médico ocupacional determinará la aptitud del trabajador de acuerdo a la normatividad vigente, en las evaluaciones médico ocupacionales en relación al puesto de trabajo:

- e) **Apto:** Trabajador sano o con hallazgos clínicos que no generan pérdida de capacidad laboral ni limitan el normal ejercicio de su labor.
- f) **Apto con Restricciones:** Aquel trabajador que a pesar de tener algunas patologías, o condiciones pre-patológicas puede desarrollar la labor habitual teniendo ciertas precauciones, para que éstas no pongan en riesgo su seguridad, disminuyan su rendimiento, o puedan verse agravadas deben ser incluidos en programas de vigilancia específicos.
- g) **No Apto:** Trabajador que por patologías, lesiones o secuelas de enfermedades o accidentes tienen limitaciones orgánicas que les hacen imposible la labor.³

6.1.6.- El Médico Ocupacional que identifique un Accidente de Trabajo y/o una Enfermedad Relacionada al Trabajo en los Trabajadores Estibadores Terrestres y Transportistas Manuales, para su diagnostico definitivo según se requiera, deberá de referir al trabajador al Comité Medico de Evaluación y Calificación de Invalidez por Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales según normatividad actual.

6.2.- CONFORMIDAD DE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES DE LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

6.2.1.- La vigilancia de la salud de los trabajadores es la actividad primordial de los Servicios de Salud Ocupacional según normatividad vigente y es parte del acto médico a cargo de un médico cirujano con especialidad en Medicina Ocupacional, o Medicina del Trabajo, o médico

² Diagnostico Precoz de Enfermedades Profesionales, OMS, 1987

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

cirujano con Maestría en Salud Ocupacional o con experiencia en Medicina Ocupacional por mínimo por 3 años, quien establecerá el procedimiento de la Vigilancia de la Salud de los Trabajadores.

6.2.1.- Las Evaluaciones Médico Ocupacionales solo podrá llevarse a cabo cuando el trabajador preste su consentimiento, previamente informado por el Servicio de Salud Ocupacional, de acuerdo a la normatividad vigente.

6.2.2.- Se debe considerar la dignidad, intimidad y confidencialidad de las Evaluaciones Médico Ocupacionales cuyo contenido e información debe de ser atendidos por el Médico Ocupacional, la Autoridad en Salud y el trabajador, para proporcionar la reserva frente a toda indagación discriminatoria y respeto a la confidencialidad, teniendo en cuenta la normatividad nacional.

VII- COMPONENTES

7.1.- SERVICIOS DE SALUD OCUPACIONAL

7.1.1.- Los Servicios de Salud Ocupacional para la Vigilancia de la Salud de los Trabajadores se organizaran, según los casos, como servicios para una sola empresa y/o ambiente de trabajo, o como servicios comunes a varias empresas y/o ambientes de trabajo (servicios internos o externos), y pueden ser públicos o privados, según normatividad vigente.

7.1.1.- Los Servicios de Salud Ocupacional deben estar formados por equipos multidisciplinarios constituidos en función de la índole de las tareas que deban ejecutarse. Los servicios de salud ocupacional deberán contar mínimamente con un Médico Ocupacional.

7.2.- MÉDICO OCUPACIONAL

El médico ocupacional debe ser un profesional Médico Cirujano con especialidad en Medicina Ocupacional, Medicina del Trabajo, Medicina Interna, o Médico Cirujano con Maestría en Salud Ocupacional, con Habilitación Profesional emitida por el Colegio Médico del Perú, capacitados bajo la supervisión de la Dirección General de Salud Ambiental del MINSA. Los médicos dedicados a Ergonomía, también deben ser capacitados bajo la supervisión de la Dirección General de Salud Ambiental del MINSA.

7.3.- SUPERVISIÓN DE LA VIGILANCIA DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES

7.3.1. La Autoridad de Salud de la jurisdicción, a través del Responsable de Salud Ocupacional de las Direcciones Regionales de Salud y de las Direcciones de Salud realizará la inspección de la Vigilancia de la Salud de los Trabajadores por los Servicios de Salud Ocupacional que atiende a los Trabajadores Estibadores y Transportistas Manuales de acuerdo a previa programación local, para verificar su cumplimiento de acuerdo a la normatividad vigente.

7.3.2. El inspector sanitario para la Vigilancia de la Salud de los Trabajadores será un Profesional de la Salud con estudios concluidos de Maestría en Salud Ocupacional, calificado y acreditado por la Direcciones Regionales de Salud y de las Direcciones de Salud.

7.3.4. Las sanciones serán desarrolladas de acuerdo al número de inspecciones y de la gravedad de las infracciones y de observaciones determinadas por el inspector sanitario, según la normatividad vigente.

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS
ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

VIII.- RESPONSABILIDADES

8.1.- En el Nivel Nacional

La Dirección General de Salud Ambiental del Ministerio de Salud, es responsable de normar, supervisar, monitorear, y evaluar las acciones, para promover y verificar la implementación de las medidas de vigilancia de la salud de los trabajadores.

8.2.- En el Nivel Regional

Las Direcciones de Salud de Lima, las Direcciones Regionales de Salud, o las que hagan sus veces en el ámbito regional a través de la Dirección Ejecutiva de Salud Ambiental o de las Direcciones y/o Unidades de Salud Ocupacional, son responsables de la difusión, implementación y monitoreo de la presente Norma Técnica de Salud.

IX.- DISPOSICIONES FINALES

La Dirección General de Salud Ambiental del Ministerio de Salud, aprobada la Norma se encargara de la difusión a las Direcciones de Salud, las Direcciones Regionales de Salud, o la que haga sus veces en el ámbito regional.

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

IX.- ANEXOS

ANEXO N° 01

VALORACION MUSCULESQUELETICA

1. HISTORIA LABORAL

Datos de filiación:

- N° de historia clínica
- Nombre
- Apellidos
- Sexo
- N° de la seguridad social
- D.N.I.
- Fecha de nacimiento
- Dirección

Datos del reconocimiento:

- Nombre del médico del trabajo
- Fecha
- Servicio de Prevención que realiza el reconocimiento
- Tipo (propio, ajeno, mancomunado)
- Clase de reconocimiento inicial periódico tras ausencia
- Enfermedad otros

1.1. EXPOSICIÓN ACTUAL AL RIESGO

- Ocupación (CNO)
- Actividad de la empresa (CNAE)
- Nombre de la empresa

Riesgos:

- Levanta Coloca Empuja Tracciona Desplaza
- Si es repetitivo ¿Con qué frecuencia? Horas/día:
- Riesgo obtenido en la evaluación de riesgos: Mínimo Mediano Alto
- Tiempo de permanencia (en años)
- Tiempo de exposición (Horas/día) (Días/semana)
- Exposición a tóxicos: **Sí** **No**
 - Cadmio, fósforo (afectación ósea)
 - Mercurio, talio, arsénico, alcohol... (afectación sensibilidad)
 - Manganeso, cobalto, alcohol, disolventes (afectación equilibrio)

Descripción detallada del puesto:

- | 1. Características de la carga | Sí | No |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Peso (Kg.): Entre <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> kg. y <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> kg. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Volumen difícil de manejar | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Equilibrio inestable o contenido puede desplazarse | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Manipulación a distancia del tronco o con torsión o inclinación del mismo | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

2. Esfuerzo físico necesario

- Exige torsión - flexión del tronco
- Existe la posibilidad de un movimiento brusco de la carga
- Cuerpo en posición inestable
- Alzar o descender la carga variando el agarre

3. Medio de trabajo

- Espacio libre insuficiente para la actividad
- Suelo irregular o resbaladizo
- Altura excesiva para manipulación manual de cargas
- Postura forzada
- Desniveles en suelo o plano de trabajo
- Suelo o punto de trabajo inestable
- Temperatura, humedad, circulación del aire e iluminación inadecuadas
- Vibraciones

4. Exigencias de la actividad

- Esfuerzos físicos demasiado frecuentes o prolongados en los que intervenga en particular la columna vertebral
- Período insuficiente de reposo
- Distancias demasiado grandes de elevación, descenso o transporte
- Ritmo impuesto por un proceso que el trabajador no pueda modular

Medidas de protección

- | | Siempre | A veces | Nunca |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Faja lumbar | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Medios auxiliares en la manipulación manual de cargas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Diseño adecuado del puesto Pausas de trabajo frecuentes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

1.2. EXPOSICIONES ANTERIORES (ANAMNESIS LABORAL)

EMPRESA	ACTIVIDAD (CNAE)	OCUPACIÓN (CNO)	TIEMPO (MESES)
DESCRIPCIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO:			

EMPRESA	ACTIVIDAD (CNAE)	OCUPACIÓN (CNO)	TIEMPO (MESES)

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

DESCRIPCIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO:

EMPRESA	ACTIVIDAD (CNAE)	OCUPACIÓN (CNO)	TIEMPO (MESES)
DESCRIPCIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO:			

2. HISTORIA CLÍNICA

2.1. ANAMNESIS

1. ¿Ha padecido o padece alguna de las siguientes enfermedades?

1.1 Digestivo

- Hemorroides
- Cirrosis o hipertensión
- Hernias de hiato
- Esplenomegalias

1.2 Pared abdominal

- Hernias abdominales
- Hernias umbilicales
- Hernias inguinales
- Hernias crucales
- Intervenciones quirúrgicas Laparotomías

1.3 Cardiovasculares

- Aneurismas
- Hipertensión severa
- Infarto de miocardio
- Procesos que cursan con insuficiencia cardiaca

1.4 Respiratorio

- Neumotórax

1.5 Renal

- Incontinencia
- Insuficiencia renal

1.6 Genitourinario

- Prolapsos

1.7 Sistema Nervioso Central

- Aneurismas

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

- Enfermedades degenerativas neuromusculares
- Enfermedades degenerativas cerebelosas
- ACV (Accidentes cerebro – vasculares)

1.8 Oftalmológicas

- Desprendimiento de retina
- Miopía maligna
- Glaucoma

1.9 Musculoesqueléticas

- Escoliosis
- Fracturas vertebrales

2. Otros trastornos congénitos o adquiridos que repercutan en la manipulación manual de cargas o en la aptitud física

3. Algo de lo anterior ¿Ha sido enfermedad profesional o accidente de trabajo? ¿Cuáles?

Antecedentes familiares relacionados

Antecedentes personales relacionados

Fuma Sí Cig/día: No Ex-fumador ¿Desde cuándo fuma? (años) **Sí No**

¿Practica algún deporte regularmente?

¿Realiza alguna actividad extralaboral que exija manipulación manual de cargas?

¿Ha recibido formación adecuada para manipular correctamente cargas?

¿Existe costilla cervical?

¿Existen síntomas de afectación neurológica?

2.2. EXPLORACIÓN CLÍNICA INESPECÍFICA

- Peso
- Talla
- Índice de Quetelet
- Frecuencia Cardíaca
- Presión arterial
- Auscultación cardiopulmonar
- Palpación abdominal (hernias)

2.3. CUESTIONARIO DE SÍNTOMAS OSTEOMUSCULARES

RESPONDA EN TODOS LOS CASOS	RESPONDA SOLAMENTE SI HA TENIDO PROBLEMAS	
Usted ha tenido en los últimos 12 meses problemas (dolor, curvaturas, etc.) a nivel de:	Durante los últimos doce meses ha estado incapacitado (a) para su trabajo (en casa o fuera) por causa del problema	¿Ha tenido problemas en los últimos siete días?
Nunca: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Hombros: Hombro derecho: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no Hombro izquierdo: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no Ambos hombros: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Codos: Codo derecho: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no Codo izquierdo: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no Ambos codos: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Puños/manos: La derecha: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no La izquierda: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no Ambos: <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Columna alta (dorso): <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Columna baja (lumbares): <input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

Caderas:					
Derecha:	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Izquierda:	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no			
Rodilla:					
Derecha:	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Izquierda:	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no			
Tobillos/pies:					
Derecho:	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no	<input type="checkbox"/> si <input type="checkbox"/> no
Izquierdo:	<input type="checkbox"/> si	<input type="checkbox"/> no			

2.4. EXPLORACIÓN CLÍNICA ESPECÍFICA

PALPACIÓN ABDOMINAL

1. Palpación abdominal: Exploración de agujeros inguinales y crurales.
Eventraciones posquirúrgicas, integridad de la pared abdominal.
Palpación de la musculatura de los rectos anteriores del abdomen.
2. Exploración muscular: La integridad de la musculatura del bíceps branquial, de los gemelos o del tendón de Aquilés.

COLUMNA VERTEBRAL DESVIACIÓN DEL EJE ANTERO – POSTERIOR

CURVAS FISIOLÓGICAS ANT-POST	NORMAL	AUMENTADA	DISMINUIDA
Cervical			
Dorsal			
Lumbar			

DESVIACIONES DEL EJE LATERAL

EJE LATERAL	NORMAL	CONCAVIDAD DERECHA	CONCAVIDAD IZQUIERDA
Dorsal			
Lumbar			

MOVILIDAD – DOLOR

	Flexión	Extensión	Lateraliz. izquierda	Lateraliz. derecha	Rotación derecha	Rotación izquierda	Irradiación
Cervical							
Dorso lumbar							

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

EXPLORACIÓN		+/-
Lasegue	Dch.	
	Izq.	
schöver	Dch.	
	Izq.	

PALPACIÓN

	Apófisis espinosas dolorosas	Contractura muscular
Columna cervical		
Columna dorsal		
Columna lumbar		

ARTICULACIONES: MOVILIDAD – DOLOR

Articulación		Abducc.	Adducc.	flexión	Extens.	Rot. Ext.	Rot. Int.	Irrad.	Alt. Masa Muscular
Hombro	Dch.								
	Izq.								
Codo	Dch.								
	Izq.								
Muñeca	Dch.								
	Izq.								
Cadera	Dch.								
	Izq.								
Rodilla	Dch.								
	Izq.								
Tobillo	Dch.								
	Izq.								

EXPLORACIÓN		+/-
Test de Phalen	Dch.	
	Izq.	
Test de Tinel	Dch.	
	Izq.	

		varo	valgo
Codo	Dch.		
	Izq.		
		CAVO	PLANO
Pie	Dch.		
	Izq.		

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

SIGNOS Y SÍNTOMAS

	Grado 0	Ausencia de signos y síntomas.
	Grado 1	Dolor en reposo y/o existencia de sintomatología sugestiva.
	Grado 2	Grado 1 más contractura y/o dolor a la movilización.
	Grado 3	Grado 2 más dolor a la palpación y/o percusión
	Grado 4	Grado 3 más limitación funcional evidente clínicamente.

2.5. CONTROL BIOLÓGICO Y ESTUDIOS COMPLEMENTARIOS ESPECÍFICOS

3. VALORACIÓN DE LA APTITUD MÉDICO – LABORAL

- 1 Apto sin restricciones
- 2 Apto con restricciones
 - 2.1 Personales
 - 2.2 Laborales
 - 2.2.1 Restrictivas
 - 2.2.2 Adaptativas
- 3 No apto
- 4 En observación

Observaciones: _____

Fuente: Vigilancia sanitaria específica de manipulación de carga, ministerio de la Sanidad España, 2005

Medico Ocupacional

Servicio de Salud Ocupacional

NORMA TÉCNICA DE SALUD QUE ESTABLECE LOS EXÁMENES MÉDICOS OCUPACIONALES PARA LOS
ESTIBADORES TERRESTRES Y TRANSPORTISTAS MANUALES

X.- BIBLIOGRAFIA

- 10.1. Para la Enseñanza e Investigación de la Salud y Seguridad en el Trabajo, Oscar Betancurt, FUNSAT-OPS/OMS. 1999.
- 10.4. R.M. N° 480-2008/MINSA, sobre el Listado de Enfermedades Profesionales.
- 10.5. Seguridad y Salud de los Trabajadores del sector Salud, OPS, 2005.
- 10.7. D.S. N° 009-2005/TR. Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- 10.8. R.M. N° 554-2007/MINSA, de la Conformación del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo del MINSA.
- 10.9. Recomendación N° 171 de la OIT, sobre los Servicios de Salud en el Trabajo.
- 10.10. Manipulación Manual de Cargas, Vigilancia Sanitaria Específica, Ministerio de la Salud y consumo, España, 2005.
- 11.12. Guía Técnica para la Evaluación y Prevención de los Riesgos relativos a la Manipulación Manual de Cargas, ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, España 2002.
- 11.13. Gómez-Cano, M., González Fernández, E., López Muñoz, G., Rodríguez de Prada, A., Evaluación de Riesgos Laborales. INSHT. Documento Divulgativo DD-14. INSHT. 1995.
- 11.14. Dern, J.; Josa, R. M^a: La prevención del dolor de espalda en el cuidado de enfermos. Documento divulgativo DD-I.N.S.H.T. 1990.
- 11.15. Vigilancia médica específica: Protocolos médicos. Problemas de columna por sobrecarga, síndrome de espalda dolorosa. I.N.S.H.T. 1995.
- 11.16. Waters, T.R., Putz-Anderson, V. Applications Manual for the revised NIOSH lifting equation. Publication No. 94-110. US. Department of Health and Human Services, National Institute for Occupational Safety and Health, Cincinnati, OH., NIOSH 1994.