

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

<http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v3i6.472>

Ergonomía y calidad de vida laboral en la praxis odontológica

Ergonomics and quality of work life in dental practice

Brenda Anaís Molina Bravo

anaismolinab@hotmail.com

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Manta
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0001-9897-9429>

Angie Mariel Antón Cedeño

anguieanton@hotmail.com

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Manta
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-4462-4547>

Dorys María Bravo Cevallos

dentalmb01@gmail.com

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Manta
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-7245-4648>

Miguel Carrasco Sierra

miguel.finca@yahoo.es

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Manta
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-9336-4211>

Recibido: 24 de abril de 2019

Aprobado: 1 de Junio de 2019

RESUMEN

Se aplicó una investigación descriptiva y un diseño no experimental, transeccional de campo con la finalidad de analizar la ergonomía y calidad de vida en la praxis odontológica. Para tal fin se trabajó con el método LEST, el cual se basa en recopilar información sobre 6 dimensiones. Si los odontólogos objeto de investigación, no mejoran su condición ergonómica corren el riesgo de profundizar las causas que le están afectando, pudiendo generarse lesiones o enfermedades en detrimento de la calidad de vida. Es necesario promover la ergonomía en el área de la odontología con la finalidad de concienciar a los odontólogos a estar en condiciones óptimas de salud, generándose una cultura epidemiológica social de prevención.

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

Descriptor: Odontología; Medicina del trabajo; Enfermedad profesional; Calidad de vida laboral.

ABSTRACT

A descriptive research and a non-experimental, transectional field design was applied in order to analyze the ergonomics and quality of life in dental practice. For this purpose, we worked with the LEST method, which is based on collecting information on 6 dimensions. If the dentists under investigation do not improve their ergonomic condition, they run the risk of deepening the causes that are affecting them, and injuries or illnesses may be generated at the expense of quality of life. It is necessary to promote ergonomics in the area of dentistry in order to raise awareness of dentists to be in optimal health conditions, generating a social epidemiological culture of prevention.

Descriptors: Dentistry; Occupational medicine; Occupational diseases; Quality of working life.

INTRODUCCIÓN

Los odontólogos realizan diversos procesos relacionados a su profesión, lo cual requiere que el consultorio se encuentre en condiciones ergonómicas con la finalidad de trabajar no solo en comodidad, sino, en un ambiente que permite el cuidado de la salud integral del profesional de la odontología. En tal sentido, Bustamante (1995), indica que:

En cuanto al diseño ergonómico del consultorio dental es importante que el Odontólogo cuente con mobiliario fabricado en función de la utilidad que éste tendrá y de la anatomía del cuerpo humano de manera tal que promueva la salud y bienestar de quien lo utilice tal que promueva la salud y bienestar de quien lo utilice

Esto le permitirá desarrollar sus actividades profesionales de un modo efectivo en preservación de la salud integral, así mismo, Fachal & Motti (2008), señalan que:

El diseño ergonómico considera que todo aquel equipo, mobiliario e instrumental que el Odontólogo deba utilizar durante su trabajo sea eficiente en su uso, seguro y que contribuya a mejorar la productividad sin generar patologías en el clínico y que a su vez la configuración de su forma indique su modo de uso.

La instrumentación al ser ergonómica, posibilita mayor comodidad y seguridad al odontólogo para efectuar las maniobras pertinentes al trabajo a realizar, minimizando

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

el esfuerzo, contracciones musculares, entre otros procesos biomecánicos involucrados en las operaciones odontológicas. Así mismo, Apud & Meyer (2003), complementa al indicar que existe “una gran necesidad de que los profesionales del área de la salud incorporen criterios ergonómicos en sus actividades, ya que en el mundo moderno existe un conjunto de patologías que pueden ser desencadenadas o agravadas por el trabajo” (p. 15).

Desde los planteamientos anteriores, se genera la reflexión sobre cómo los odontólogos de la ciudad de Manta – Ecuador, se benefician de la ergonomía, hacen uso de ella con la finalidad de promover calidad de vida, mediante la preservación integral de su salud, aunado que ejercen profesionalmente en consultorios privados y públicos, atendiendo a pacientes en ambos contextos, lo cual si no cumple con las recomendaciones de implementar la ergonomía, podría ver afectada su salud en detrimento de la calidad de vida, es así que la actual investigación tiene por objetivo analizar la ergonomía y calidad de vida en la praxis odontológica, lo cual permite generar aportes en significancia de contribuir en el mejoramiento continuo de la salud pública.

DESARROLLO

Ergonomía

La ergonomía es el conjunto de conocimientos científicos aplicados para que el trabajo, los sistemas, productos y ambientes se adapten a las limitaciones físicas y mentales de la persona. El objetivo de esta disciplina es adaptar el trabajo a las capacidades y posibilidades del ser humano (Hospital del trabajador, 2018), esto implica que se debe generar un ambiente de trabajo en condiciones favorables para que el trabajador realice sus operaciones laborales con la mayor comodidad y seguridad posible, en aras de no afectar su salud integral, en este sentido, el Hospital del trabajador (2018), plantea los siguientes aspectos:

Objetivos de la Ergonomía

1. Identificar, analizar y reducir los riesgos laborales (ergonómicos y psicosociales).

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

2. Adaptar el puesto de trabajo y las condiciones de trabajo a las características del operador.
3. Contribuir a la evolución de las situaciones de trabajo, no sólo bajo el ángulo de las condiciones materiales, sino también en sus aspectos socio-organizativos.
4. Controlar la introducción de las nuevas tecnologías en las organizaciones y su adaptación a las capacidades y aptitudes de la población laboral existente.
5. Establecer prescripciones ergonómicas para la adquisición de útiles, herramientas y materiales diversos.
6. Aumentar la motivación y la satisfacción en el trabajo.

Tipos de Ergonomía

1. Ergonomía de puestos / ergonomía de sistemas.
2. Ergonomía de concepción o ergonomía de corrección.
3. Ergonomía geométrica.
4. Ergonomía ambiental.
5. Ergonomía temporal o cronoergonomía.
6. Ergonomía informática: hardware y software.

Por consiguiente, puede señalarse que la ergonomía promueve la salud integral del trabajador, mediante la búsqueda de reducción de accidentes, lo cual permite elevar la productividad de la organización. La ergonomía aporta en minimizar las lesiones músculo-esqueléticas, cansancios, optimizando el ánimo del trabajador en ser más productivo en la medida que cuida su salud y bienestar psico social, así mismo el Hospital del trabajador (2018), señala que:

1. La ergonomía se dedica a resolver situaciones que afectan a los trabajadores y empresas, es muy importante conocer qué tipo de problemas son considerados por esta disciplina.
2. Las condiciones ambientales del puesto de trabajo como la iluminación, ruido, temperatura, vibraciones, etc.
3. El diseño del puesto de trabajo como alturas de trabajo, espacio disponible, herramientas utilizadas, etc.

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

4. La carga física realizada, poniendo atención en posturas forzadas, movimientos repetitivos, manejo manual de cargas, fuerzas, etc.
5. Los aspectos mentales o psicosociales del trabajo como el descanso, presión de tiempos, participación en las decisiones, relaciones entre compañeros y con los responsables, etc.

Por consiguiente, la ergonomía permite diseñar espacios de trabajo no solo pensados en diseño estético, sino, cómodo, entendiendo esta palabra como la posibilidad de trabajar en un ambiente sano que promueve la salud integral del trabajador, por cuanto concibe que éste es su principal activo, por lo tanto, necesita contar con un personal en óptimas condiciones para gestionar la productividad de la organización a su máxima capacidad.

MÉTODO

Se aplicó una investigación descriptiva y un diseño no experimental, transeccional de campo, (Hernández, Fernández, Baptista, 2014), lo cual permitió conocer cómo se desarrollan las variables de estudio. En cuanto a la población se abordó a 15 odontólogos de la ciudad de Manta, quienes laboran en centros de salud pública, esto con la finalidad de conocer las condiciones ergonómicas en relación a su salud integral.

Para tal fin se trabajó con el método LEST, el cual es descrito por Diego-Mas (2015), se la siguiente manera:

1. Pretende la evaluación de las condiciones de trabajo de la forma más objetiva y global posible, estableciendo un diagnóstico final que indique si cada una de las situaciones consideradas en el puesto es satisfactoria, molesta o nociva.
2. El método es de carácter global considerando cada aspecto del puesto de trabajo de manera general. No se profundiza en cada uno de esos aspectos, si no que se obtiene una primera valoración que permite establecer si se requiere un análisis más profundo con métodos específicos. El objetivo es, según los autores, evaluar el conjunto de factores relativos al contenido del trabajo que pueden tener repercusión tanto sobre la salud como sobre la vida personal de los trabajadores. Antes de la aplicación del método deben haberse considerado

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

y resuelto los riesgos laborales referentes a la Seguridad e Higiene en el Trabajo dado que no son contemplados por el método.

La aplicación del método LEST, se basa en recopilar información sobre 6 dimensiones, las cuales se muestran:

Dimensiones e indicadores método LEST.

Cuadro 1.

Entorno físico	Carga física	Carga mental	Aspectos psicosociales	Tiempo de trabajo
Ambiente térmico	Carga estática	Apremio de tiempo	Iniciativa	Tiempo de trabajo
Ruido	Carga dinámica	Complejidad	Estatus social	
Iluminación		Atención	Comunicaciones	
Vibraciones			Relación con el mando	

Fuente: Diego-Mas (2015).

Con base en las dimensiones e indicadores método LEST, se procedió en aplicar el test LEST en línea con la finalidad de generar los resultados en conformidad al rango descrito en el cuadro 2, lo cual permitió establecer valoración de la población de estudio en conformidad de ubicarlos en un renglón establecido por el método LEST.

Rango de valoración del método LEST.

Cuadro 2.

PUNTUACIÓN	VALORACIÓN
0, 1, 2	Situación satisfactoria
3, 4, 5	Débiles molestias. Algunas mejoras podrían aportar más comodidad al trabajado.
6, 7	Molestias medias. Existe riesgo de fatiga.
8, 9	Molestias fuertes. Fatiga.
10	Situación Nociva.

Fuente: Diego-Mas (2015).

RESULTADOS

Valoración del método LEST.

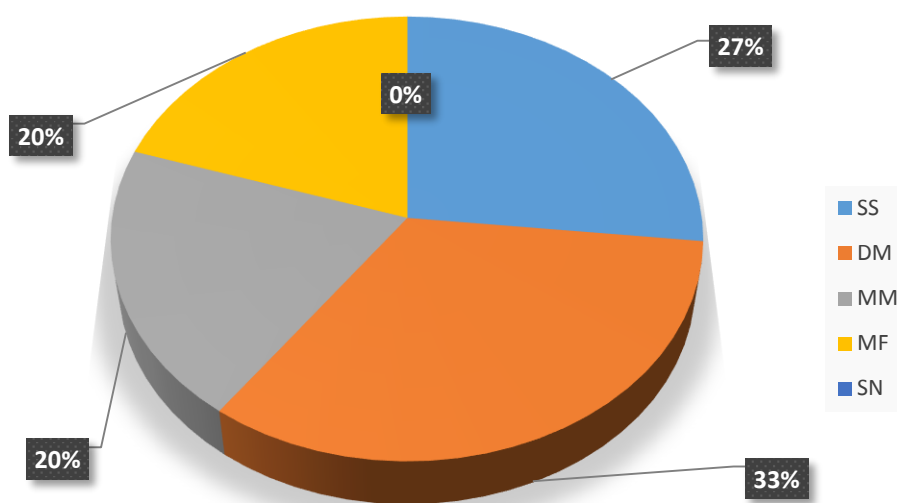
Cuadro 3.

PUNTUACIÓN	VALORACIÓN	Sujetos
0, 1, 2	Situación satisfactoria	4
3, 4, 5	Débiles molestias. Algunas mejoras podrían aportar más comodidad al trabajado.	5
6, 7	Molestias medias. Existe riesgo de fatiga.	3

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

PUNTUACIÓN	VALORACIÓN	Sujetos
8, 9	Molestias fuertes. Fatiga.	3
10	Situación Nociva.	0

Se tiene que 4 personas de estudio se encuentran en la valoración correspondiente a situación satisfactoria. 5 personas en la valoración Débiles molestias. Algunas mejoras podrían aportar más comodidad al trabajado. 3 personas en valoración referida a Molestias medias. Existe riesgo de fatiga. En cuanto a la valoración Molestias fuertes. Fatiga, está conformada por 3 personas, mientras que Situación Nociva, no presentó casos de análisis.



En cuanto a distribución porcentual se tiene que la valoración correspondiente a situación satisfactoria 27%, valoración Débiles molestias 33%, 20% a Molestias medias. Existe riesgo de fatiga. 20%, mientras que Situación Nociva 0%

DISCUSIÓN

Se debe tener en MM (molestias medias, existe riesgo de fatiga) y MF (molestias fuertes, fatiga), por cuanto estas áreas permiten proyectar que si los odontólogos objeto de investigación, no mejoran su condición ergonómica corren el riesgo de

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

profundizar las causas que le están afectando, pudiendo generarse lesiones o enfermedades en detrimento de la calidad de vida, siendo necesario tener en cuenta la recomendación de Virginia Moreno (2016), al indicar que:

Es importante asumir posturas de trabajo adecuadas, tomar en cuenta la disposición del consultorio dental y la utilización de equipos que cumplan con un diseño ergonómico acorde a las necesidades. Se recomienda que tanto el odontólogo y su equipo auxiliar realicen estiramientos musculares y pequeñas pausas de reposo, entre un paciente y otro (p. 106).

Por consiguiente, es necesario promover acciones preventivas en los consultorios odontológicos con la finalidad de generar una cultura ergonómica que favorezca mantener y elevar la calidad de vida de los profesionales de la odontología.

CONCLUSIONES

La ergonomía por ser una disciplina multidisciplinaria que busca optimizar los espacios laborales en función de promover una cultura saludable, evitando lesiones en los trabajadores, contribuye en el campo de la odontología a ejercer un trabajo en función de promover una praxis profesional en consonancia con los principios del buen vivir, por cuanto el odontólogo al contar con un ambiente y equipos de trabajo basados en diseños ergonómicos, puede prestar un mejor servicio a las personas que lo requieren, aunado a la preservación de su salud integral.

Es necesario promover la ergonomía en el área de la odontología con la finalidad de concienciar a los odontólogos a estar en condiciones óptimas de salud, generándose una cultura epidemiológica social de prevención, correspondiente a lo planteado por Aldana Zavala & Isea Argüelles (2019), siendo necesario correlacionar esta perspectiva con los resultados obtenidos, lo cual permite proyectar un enfoque preventivo que alerte a los odontólogos a tomar acciones ergonómicas para evitar caer en lesiones graves o moderadas que imposibiliten su praxis profesional.

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

REFERENCIAS CONSULTADAS

1. Aldana Zavala, J., & Isea Argüelles, J. (2019). La economía y la epidemiología social. Una praxis humana en la cosmovisión del nuevo milenio. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 3(5), 169-181. doi:<http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v3i5.363>
2. Apud, E. & Meyer, F. (2003). La importancia de la ergonomía para los profesionales de la salud. *Ciencia y enfermería*, 9(1), 15-20. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532003000100003>
3. Bustamante A. (1995). Diseño ergonómico en la prevención de la enfermedad laboral. España: Ediciones Díaz de Santos, S.A.
4. Diego-Mas, J. (2015). Análisis ergonómico global mediante el método LEST. Ergonautas, Universidad Politécnica de Valencia. Recuperado de <https://www.ergonautas.upv.es/metodos/lest/lest-ayuda.php>
5. Hernández, Fernández y Baptista (2014). Metodología de la investigación. México, Mc Graw Hill Hispanoamericana. Hill Internacional.
6. Fachal C. & Motti G. (2008). La ergonomía y el ámbito laboral. Recuperado de <http://laergonomiayelambitolaboral.blogspot.com/>
7. Hospital del trabajador (2018). Ergonomía. Recuperado de <https://www.hospitaldeltrabajador.cl/ht/Comunidad/GuiaSalud/Salud/Paginas/Ergonomia.aspx>
8. Virginia Moreno, M. (2016). Ergonomía en la práctica odontológica. Revisión de literatura. *RevVenezInvestOdont IADR* 2016; 4 (1): 106-117. Recuperado de <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/rvio/article/view/7685/7623>

REFERENCES CONSULTED

1. Aldana Zavala, J., & Isea Argüelles, J. (2019). The economy and social epidemiology. A human praxis in the worldview of the new millennium. *Interdisciplinary Arbitrated Journal of Health Sciences. Health and Life*, 3 (5), 169-181. doi: <http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v3i5.363>
2. Apud, E. & Meyer, F. (2003). The importance of ergonomics for health professionals. *Science and nursing*, 9 (1), 15-20. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532003000100003>
3. Bustamante A. (1995). Ergonomic design in the prevention of occupational disease. Spain: Ediciones Díaz de Santos, S.A.

Brenda Anaís Molina Bravo; Angie Mariel Antón Cedeño; Dorys María Bravo Cevallos; Miguel Carrasco Sierra

4. Diego-Mas, J. (2015). Global ergonomic analysis using the LEST method. Ergonautas, Polytechnic University of Valencia. Recovered from <https://www.ergonautas.upv.es/metodos/lest/lest-ayuda.php>
5. Hernández, Fernández and Baptista (2014). Investigation methodology. Mexico, Mc Graw Hill Hispanic American. Hill International
6. Fachal C. & Motti G. (2008). Ergonomics and the workplace. Recovered from <http://laergonomiayelambitolaboral.blogspot.com/>
7. Worker hospital (2018). Ergonomics. Recovered from <https://www.hospitaldeltrabajador.cl/ht/Comunidad/GuiaSalud/Salud/Paginas/Ergonomia.aspx>
8. Virginia Moreno, M. (2016). Ergonomics in dental practice. Literature review. RevVenezInvestOdont IADR 2016; 4 (1): 106-117. Recovered from <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/rvio/article/view/7685/7623>

©2019 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).