

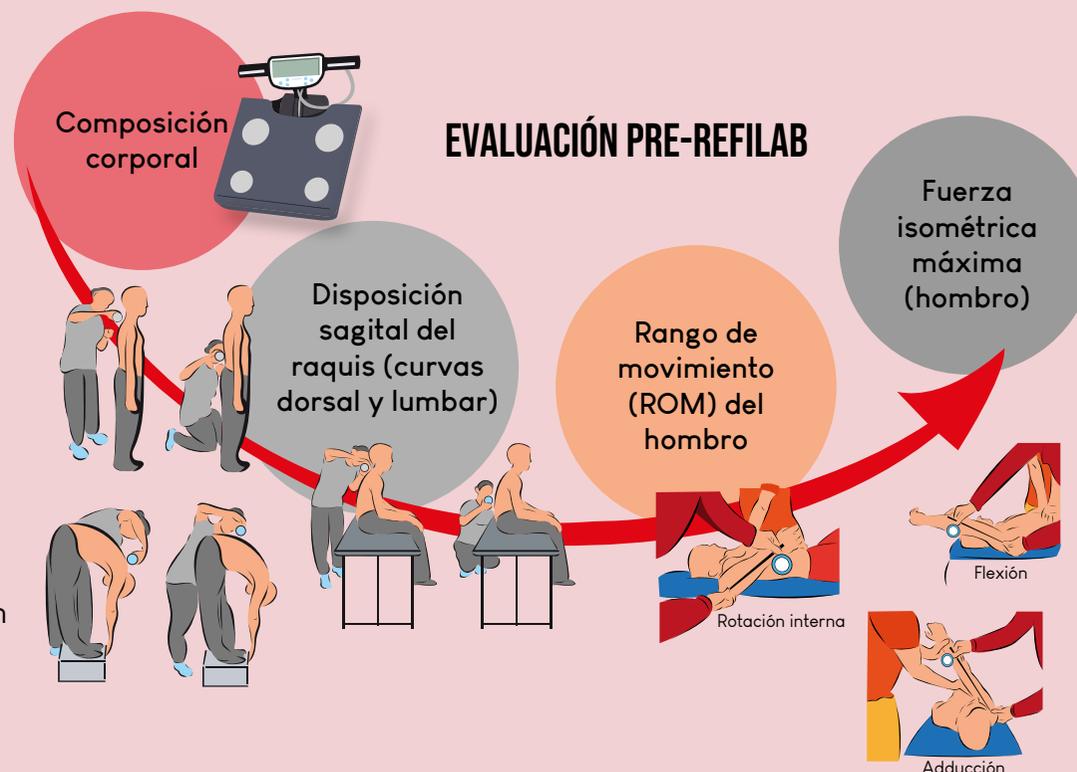
VALORACIÓN DEL RIESGO DE DOLOR DE HOMBRO EN TRABAJADORES DE LIMPIEZA VIARIA Y RECOGIDA DE RESIDUOS. PROYECTO PRE-REFILAB

El dolor de hombro (DH) es uno de los problemas de salud laboral más comunes de Europa. Esta dolencia es especialmente frecuente en los trabajadores de limpieza viaria y recogida de residuos. El proyecto Prevención y Readaptación Física Laboral (PRE-REFILAB) es una intervención novedosa de prevención y readaptación física en el ámbito laboral.

La prevención de enfermedades profesionales y el reentrenamiento de los trabajadores tras una enfermedad profesional es una potencial salida profesional para los nuevos graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFD). El presente estudio muestra que puede ser utilizado por los profesionales de CAFD para concienciar a los empresarios de la importancia del entrenamiento laboral. Los programas de entrenamiento como PRE-REFILAB contribuyen a la mejora del rendimiento laboral de los trabajadores y disminuyen los costes por incapacidad temporal laboral.

MÉTODO

En este artículo determinamos el riesgo del DH de 18 trabajadores de limpieza viaria y recogida de residuos que presentaron alguna incapacidad temporal laboral por DH en los últimos 12 meses (de 38 a 62 años; 52,5±7,1 años de media) y que fueron derivados al programa PRE-REFILAB por el director de los Servicios Médicos de CESP. Antes de participar en los entrenamientos del programa PRE-REFILAB, se evaluaron los factores de riesgo de DH de tipo físico.



RESULTADOS

Los trabajadores con alto riesgo de DH han presentado peores valores en las variables de composición corporal, curvatura dorsal en las tres posiciones evaluadas, ROM del hombro (flexión, aducción horizontal y rotación interna) y la fuerza isométrica máxima de rotación interna de hombro.

CONCLUSIÓN

Los trabajadores de la empresa (=39% del total) muestran peores valores en la mayoría de los factores de riesgo de dolor de hombro evaluados (composición corporal, curvatura dorsal, ROM de hombro-flexión, aducción y rotación interna- y fuerza de rotación interna) que los valores de referencia de la población general.

Edita:



Universidad de Jaén



Entidad responsable:



CEDA
CENTRO DE INVESTIGACIÓN EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE



HUMSE

Patrocinador:



CSD

Consejo Superior de Deportes



Sports Performance Analysis Association

Cejudo, A., Igualada-Fernández, A., Abril-Guiote, J. E., & Sainz de Baranda, P. (2021). Valoración del riesgo de dolor de hombro en trabajadores de limpieza viaria y recogida de residuos. Proyecto PRE-REFILAB. *JUMP*, (3), 17-27. <https://doi.org/10.17561/jump.n3.3>

