



I Claustro "Programas de practica de actividad física, ejercicio y deporte laboral: desafíos para un Chile más activo"

"Aporte de los organismos administradores de la Ley al estudio e investigación en actividad y programas de ejercicio físico en el ámbito laboral"

Mutual de Seguridad CChC

Marta Martínez Maldonado
Jefa del Departamento de Investigación Aplicada
Gerencia de Gestión del Conocimiento
Mutual de Seguridad CChC

QUÉ HACEMOS

- 2006, el Decreto que establece el presupuesto anual para los Organismos Administradores de la Ley N°16.744 definió una partida específica destinada a proyectos de investigación e innovación tecnológica en prevención de accidentes del trabajo y enfermedades profesionales.
- Evaluamos, desarrollamos y gestionamos proyectos de investigación que apunten, principalmente, al desarrollo de estrategias con foco preventivo tanto para accidentes como enfermedades profesionales.

Líneas de Investigación en Mutual de Seguridad C.Ch.C

Prevención ARM

Modelos SST Mutual

Prevención
Enfermedades
Profesionales

Riesgos Emergentes
SST

Salud

Prevención ARM
foco tránsito

Cultura de
Seguridad en
empresas

Ergonomía y
TMERTs

Perspectiva de
Género en SST

Atención en Salud

Prevención ARM
riesgos críticos

Integración de la
promoción de la
salud con la
prevención de
riesgos

Riesgos
psicosociales y
Salud Mental

Envejecimiento en
población
laboralmente
activa

Epidemiología

Población
Migrante

Rehabilitación e
Inclusión

“EFECTO DE LAS PAUSAS ACTIVAS EN EL DOLOR MUSCULOESQUELÉTICO EN TRABAJADORAS DE PACKING” 2011

Análisis del efecto de la intervención, grupo control
(n = 38) y del grupo intervenido (n = 63)

Variable	Grupo Control			Grupo Intervenido		
	Med 1	Med 2	Valor p	Med 1	Med 2	Valor p
N° Zonas dolorosas 7 días	2,29 ± 2,99	4,58 ± 3,50	P=0,002	3,17 ± 3,23	3,33 ± 2,60	p=0,662
Promedio dolor por zonas afectadas	4,16 ± 3,83	6,37 ± 2,80	P=0,001	4,29 ± 3,18	5,32 ± 2,89	p=0,019

Valores de p calculados mediante la prueba para dos muestras relacionadas de Wilcoxon.

APRENDIZAJES

- Las pausas activas no son una “receta de cocina” aplicables y replicables a todos los rubros, tareas, edades, condiciones de salud.
- Requieren de un análisis ergonómico del trabajo previo a su realización, y rutinas acordes a las necesidades específicas.
- Corresponden a una medida organizacional, que no ataca las causas de base: trabajo repetitivo, fuerza, posturas forzadas; sobrecarga laboral, problemas de liderazgo, doble presencia, entre otras).
- Su principal efecto podría tener relación con desviar la atención del trabajo por algunos momentos, y permitir mayor interrelación entre los equipos de trabajo, aunque aún se requiere evidencia de ello. Debido a esto son utilizadas como una intervención que apunta hacia la calidad de vida laboral.
- Nuestro modelo de Cultura de Seguridad, impulsa la búsqueda, desarrollo y comprobación de estrategias que apunten a modular el contexto del trabajo.



I Claustro “Programas de practica de actividad física, ejercicio y deporte laboral: desafíos para un Chile más activo”

"Aporte de los organismos administradores de la Ley al estudio e investigación en actividad y programas de ejercicio físico en el ámbito laboral"

Mutual de Seguridad CChC

Marta Martínez Maldonado
Jefa del Departamento de Investigación Aplicada
Gerencia de Gestión del Conocimiento
Mutual de Seguridad CChC