

Buena Práctica de Promoción de la Salud



Programa Promoción de la Salud

Diciembre 2017

Descripción de la tarea

Desde el Servicio de Medicina Preventiva y el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales se inicia un programa de promoción de la salud frente a trastornos musculo-esqueléticos en el personal de cocina del Hospital Universitario Puerta del Mar, consistente en una rutina de ejercicios de calentamiento muscular previo al inicio de la actividad y un ciclo de estiramientos tras finalizar la misma, con el fin de intentar disminuir todas aquellas patologías de tipo osteomuscular asociadas a los profesionales de dicho servicio y los riesgos a los que están expuestos.

Solución adoptada

El programa se realizará en horario laboral, de forma voluntaria, instruyendo a los trabajadores para que dicha actividad pueda incorporarse de manera autosuficiente a su dinámica de trabajo, realizándose un cuestionario auto administrado sobre calidad de vida antes del inicio del programa y durante su seguimiento para valorar su impacto entre los trabajadores.

Resultados o consecuencias de la implantación de la Buena Práctica

Estando aún en fase inicial, se espera conseguir disminuir la aparición de trastornos musculoesqueléticos en los trabajadores.

Estado en el que se encuentra la Buena práctica

En desarrollo y con resultados observables.

Autoría: Manuel Usero Segura
Centro: Serv Medicina Preventiva HUPM