

CARTAS AL EDITOR

Aspectos importantes de la lumbalgia en el campo de la medicina ocupacional

Important aspects of low back pain in the field of occupational medicine

^{id} Willian Renato Becerra Perez¹, ^{id} José Manuel Vela Ruiz²

Sr. Editor:

La lumbalgia es una de las afecciones más frecuentes dentro de las patologías musculoesqueléticas (60% de los casos). Esta es un trastorno que se caracteriza por ser un dolor agudo que afecta la zona inferior de la columna vertebral y que con el tiempo puede volverse crónico y generar algún grado de limitación funcional, llegando incluso a ocasionar la imposibilidad de realizar algún movimiento¹.

Las personas en edades laboralmente activas, al estar sometidas muchas veces a actividades físicas, suelen ser las más expuestas a factores de riesgo que aumentan las probabilidades de padecer lumbalgia. En este sentido, personal de servicios administrativos, técnicos y profesionales, que usualmente estarían sometidos a menores demandas físicas, presentan una menor incidencia de esta afección (30%), mientras que trabajadores cuyas responsabilidades implican levantar o movilizar grandes pesos, como en área de almacén-ventas, personal obrero y conductores, presentarían mayor riesgo (40%), similar a aquellas personas con labores que implican posiciones físicas estresantes para la columna y que realizan movimientos repetitivos o movimiento de torsión (37%)².

Según Solis-Cartas & Calvopiña-Bejarano³, se estima que en Estados Unidos de América aproximadamente dos terceras partes de la población adulta ha sufrido en algún momento de su vida o sufre en la actualidad de dolor lumbar, lo que convierte a la lumbalgia en una de las causas más comunes de consulta externa de medicina general y especializada.

Dado el panorama, la lumbalgia se considera un problema de salud pública que causa impacto social y económico y en el cual se ven involucrados factores ergonómicos, posturales y emocionales; además, se debe tener presente que esta puede llegar a causar limitaciones funcionales que afecten la calidad de vida del individuo e incluso tiene un riesgo del 60% de ocasionar discapacidad⁴.

La medicina ocupacional, entendida como aquella que desarrolla estrategias de prevención y control con el objetivo de proteger y promover la salud y el bienestar de los trabajadores⁵, es la encargada de tratar los problemas de salud generados por el trabajo, incluida la lumbalgia ocupacional.

Autores:

¹Estudiante de Medicina de la Universidad Ricardo Palma. Instituto de Ciencias Biomédicas INICIB, Facultad de Medicina Humana, Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.

²Médico cirujano, estudiante de la maestría en Gestión y Servicios en Salud. Instituto de Ciencias Biomédicas INICIB, Facultad de Medicina Humana, Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú. Unidad de Investigación Oncológica, Hospital María Auxiliadora, Lima, Perú.

Correspondencia:

Renato Becerra Pérez. Avenida Benavides 5440, Santiago de Surco, Lima 33-Perú. Teléfono: 986701338. Correo electrónico: wrbp98@gmail.com.

Recibido: 02.10.21

Aceptado: 21.01.22

Citación:

Becerra Pérez WR, Vela Ruiz JM. Aspectos importantes de la lumbalgia en el campo de la medicina ocupacional. Rev Col Med Fis Rehab. 2021;31(2):197-199. <https://doi.org/10.28957/rcmfr.v31n2a9>

Conflictos de interés:

Ninguno declarado por los autores.

Existe un período de latencia entre el inicio de los síntomas causados por la actividad que desempeña el trabajador y el diagnóstico de la enfermedad laboral, pues esta permanece silenciosa durante un tiempo y solo se hace evidente con el pasar de los meses, o incluso años. Asimismo, la carga de enfermedad personal o los hábitos inadecuados del trabajador en su área de trabajo no solo contribuyen al progreso de la enfermedad, sino que hacen más difícil vincular la enfermedad a un tipo de trabajo determinado⁶.

La salud ocupacional es considerada como un pilar fundamental en el desarrollo de un país, pues esta se encarga de promover la prevención de enfermedades ocupacionales causadas precisamente por las condiciones de trabajo y riesgos ocupacionales, tales como la lumbalgia, evitando que se tornen crónicas y provoquen la deserción laboral. En este sentido, nuestra misión como futuros médicos debe ser prevenir la lumbalgia y capacitarnos para proporcionar un diagnóstico oportuno que pueda evitar los efectos negativos de esta patología, así como recomendar a

los pacientes adoptar estilos de vida saludables y controlar su nivel de esfuerzo laboral.

FINANCIACIÓN

Ninguna declarada por los autores.

AGRADECIMIENTOS

A nuestro profesor Manuel Vela, por su guía y sus consejos para la elaboración de esta carta al editor; a nuestra Universidad Ricardo Palma, por las herramientas brindadas, y a nuestras familias, por el apoyo emocional en estos momentos de la carrera en plena pandemia.

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

Ambos autores participaron en la recolección de la información, la redacción del manuscrito y la revisión de la versión final del artículo.

REFERENCIAS

1. Arellano-Hidalgo R, Mendoza-Cernaque S, Luna-Muñoz C. Factores de riesgo asociados a la lumbalgia en marinos atendidos por consultorio externo del centro médico naval. *Rev Fac Med Hum.* 2020;20(1):82-7. Disponible en: <https://doi.org/10.25176/RFMH.v20i1.2550>.
2. Quesada-Brenes F. Lumbalgía laboral. “Un análisis de las valoraciones periciales realizadas en la sección de medicina del trabajo del departamento de medicina legal del Organismo de Investigación del Poder Judicial, en el año 2016. *Med leg Costa Rica.* 2017 [citado enero 11 de 2021];34(2):3-19. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-00152017000200003&script=sci_abstract&tlng=es.
3. Solis-Cartas U, Calvopiña-Bejarano SJ. Utilización del ozono médico en el tratamiento del dolor lumbar. *Talentos.* 2020;7(2):46-56. <https://doi.org/10.33789/talentos.7.2.134>.
4. Bazán CS, Espinoza-Ventura AY. Low back pain related to anxiety and depression in police officers at a police station in Lima. *Rev Fac Med Hum.* 2021;21(1):75-81. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v21i1.3229>
5. Garay-Cabrera GR, Velásquez-Rondón S. Gestión de la prevención de riesgos en el trabajo y el estado de salud autopercebida. *Gaceta Científica.* 2020;6(1):41-53. Disponible en: <https://doi.org/10.46794/gacien.6.1.721>.
6. Zamora-Chávez SC, Vásquez-Alva R, Luna-Muñoz C, Carvajal-Villamizar LL. Factors associated with musculoskeletal disorders in cleaning workers of the emergency service of a tertiary hospital. *Rev Fac Med Hum.* 2020;20(3):388-96. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v20i3.3055>.