



# MANEJO MANUAL DE PERSONAS/ PACIENTES (MMP)

## RIESGOS CRÍTICOS

### ¿Qué es una carga?

Cualquier objeto, animalo o inanimado, que se requiera mover utilizando fuerza humana y cuyo peso supere los 3 kilogramos. (D.S. n°63. Artículo 6, Letra a).

### ¿Qué es el Manejo Manual de Pacientes (MMP)?

Es una actividad que requiere la fuerza para empujar, tirar, levantar, bajar, transferir o, de alguna manera, mover y/o apoyar a personas que no son autovalentes. Es la acción donde se presenta el mayor problema para la salud de los y las trabajadores/as.

### ¿Cuáles son los Factores de Riesgos fundamentales del MMP?

Su índice de riesgo es multifactorial, por lo que se consideran cuatro en términos generales:

- Individuales: capacidad funcional del/la trabajador/a, hábitos, antecedentes, etc.
- Ligados a las condiciones de trabajo: fuerza, posturas y repetición.
- Organizacionales: distribución del trabajo, jornadas, horarios, pausas, ritmo y carga laboral.
- Ambientales de los puestos y sistemas de trabajo: temperatura, vibración, entre otros.

### Factores de Riesgos específicos.

- **Tipo de MMP.** Se define por la tarea que se va a realizar (posicionar, movilizar, transferir, etc.). En particular, la ejecución de ésta puede mejorarse biomecánicamente, si se utilizan ayudas mecánicas (tecles) o no mecánicas (sábanas deslizantes).
- **Tipo de persona/paciente:** Se basa en la edad, peso, patología, conexión a equipos o no y, especialmente, su nivel de cooperación con la movilización (no colaborador, colaborador parcial o total), además del tipo de procedimientos de asistencia, que determinarán hasta cierto punto, el método de manejo utilizado por los/as trabajadores/as de la salud y cuidadores/as.
- **Organización del trabajo:** Factor relevante que considerar junto con la frecuencia y el modo de manejo.
- **Postura y esfuerzo:** La columna vertebral está sujeta a una gran carga biomecánica lumbar, y depende en gran medida del estado de movilidad del paciente, el equipo en uso, postura adoptada y las fuerzas ejercidas para realizar la acción de manejo.
- **Dispositivos de ayuda:** Los dispositivos e instalaciones se deben mantener en óptimas condiciones para un uso seguro. La falta, ausencia o inadecuación de éstos, producen un riesgo.
- **Ambiente:** Restricciones térmicas, escalones, umbrales, obstáculos y suelos resbaladizos, entre otros.
- **Características individuales:** Las habilidades y capacidades individuales, nivel de capacitación, edad y género. La destreza y experiencia pueden ayudar, reduciendo el riesgo de lesiones. Ropa y calzado funcional, también facilitan el movimiento, entregando una postura estable.

### Efectos en la salud de las personas que realizan MMP

El principal efecto es dolor lumbar (dolor, tensión muscular y rigidez localizada bajo el reborde costal, y sobre los pliegues glúteos con o sin irradiación a las piernas).

La articulación del hombro también se ve afectada por el uso de fuerza que implica la manipulación de cargas, del mismo modo cadera y rodillas ante el proceso de levantamiento.

### Medidas de control para riesgos por Manejo Manual de Personas/Pacientes (MMP)

No aplicables al manejo de animales y deja fuera el análisis conjunto de tareas en un turno diario: tirar/empujar o manejar/transportar objetos.

**1. ASPECTOS ORGANIZACIONALES:** Es la más amplia y participativa y se basa en la identificación y evaluación de los riesgos;

**i. Políticas y procedimientos:** debe estar alineada con la Política Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, ya que es un fuerte impulsor del sistema, ayudando a las empresas a dirigir sus recursos: implementación de mejores prácticas y reducción de pérdidas organizacionales.

**ii. Sistema de gestión de riesgos de MMP:** La gestión de los riesgos asociados al MMP seguirá los parámetros de exigencia indicados en la nueva Guía Técnica de MMC en su Capítulo N°2.

**iii. Personal ajustado al perfil de competencia.**

**2. AYUDA Y EQUIPOS.** El uso de ayuda y equipos adecuados para el manejo y traslado de pacientes con movilidad limitada, es fundamental en una política preventiva, tanto para reducir el riesgo de lesiones, como para mejorar la calidad de atención. Las ventajas son aplicables a todos los sectores de la salud.

i. Tipos de ayuda según movilidad.

ii. Consideraciones ergonómicas para la compra de equipos.

iii. Selección de la ayuda / equipo correcto.

**3. EDIFICIOS Y AMBIENTE.** Los entornos donde se maneja pacientes, pueden ser un peligro si no son los adecuados. Desde la ergonomía, estos espacios deben proyectarse en relación al equipamiento utilizado y evitar la sobrecarga postural.

**4. ENTRENAMIENTO Y EDUCACIÓN.** Es esencial la capacitación del personal de atención directa, jefaturas y directivos, para lograr establecer un control preventivo de los riesgos asociados al MMP (ver nueva Guía Técnica de MMC/MMP en su Anexo 6, punto 4) Respecto a la eficacia del entrenamiento, cada empresa u organización deberá definir dentro de su sistema de gestión; cómo, cuándo y quién la verificará. (ver nueva Guía Técnica de MMC/MMP en su Anexo 6, punto 4.2)

**5. VERIFICACIÓN DE LA EFECTIVIDAD:** Se trata de medir el efecto o resultado. En la literatura, existen métodos para evaluar las intervenciones en el MMP, orientadas generalmente a identificar la complejidad del proceso, interacciones, resultado y rango de posibles efectos en el lugar de trabajo. Sin embargo, aún no hay consenso en un solo método para evaluar, dada la multiplicidad de problemas en el MMP.

**Nota: Es fundamental revisar la nueva Guía Técnica de MMC/MMP.**