

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL
RUIDO



**Evaluación de la percepción de auto cuidado intra y extra laboral, frente al riesgo físico
asociado al ruido en los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S
en el año 2020.**

Presentado por:

Elizabeth Montoya Espinosa

Lina Maryori Jiménez Castro

Yidis Andrea Franco Gutiérrez

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello

Administración en salud ocupacional

2020, Noviembre

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL
RUIDO

**Evaluación de la percepción de auto cuidado intra y extra laboral, frente al riesgo físico
asociado al ruido en los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S
en el año 2020.**

Elizabeth Montoya Espinosa

Lina Maryori Jiménez Castro

Yidis Andrea Franco Gutiérrez

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de administración en salud
ocupacional

Asesora:

Adriana García Álvarez

Fisioterapeuta, Especialista en Gerencia de Salud Ocupacional

Magister en Administración y Planificación Educativa

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello

Administración en Salud Ocupacional

2020, Noviembre

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Tabla de Contenido

Tabla de ilustraciones	5
Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Línea de investigación:	10
Sub línea de investigación	10
Capítulo 1	11
Planteamiento del problema	11
Pregunta de Investigación	13
Preguntas Específicas.	13
Objetivo General	14
Objetivos Específicos.	14
Justificación	15
Capítulo 2	16
Marco Referencial	16
Marco Legal	21
Marco Teórico	24
Tabla 1. <i>Valores límites permisibles</i>	26
Capítulo 3	30
Diseño metodológico	30
Enfoque y Tipo de investigación.	30
Población.	31
Muestra.	31
Instrumentos de recolección de datos.	32
Plan de recolección y análisis de la información.	33
Cronograma de actividades.	34
Tabla 2. <i>Cronograma de actividades</i>	34
Capítulo 4	35

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO	4
Hallazgos	35
Análisis de los resultados	35
Dimensión sociodemográfica:	35
Dimensión conocimiento del riesgo	38
Dimensión de autocuidado intralaboral	42
Dimensión de autocuidado extralaboral:	45
Capítulo 5.	51
Conclusiones	51
Recomendaciones	53
Referencias	55
Anexos	57
Anexo A. Instrumento de recolección de datos	57
Anexo B. Consentimiento informados	59

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL
RUIDO

Tabla de ilustraciones

Ilustración 1. <i>Distribución por género</i>	36
Ilustración 2. <i>Rango de edad</i>	36
Ilustración 3. <i>Antigüedad en el cargo</i>	37
Ilustración 4. <i>Consecuencias adversas por la falta de autocuidado</i>	38
Ilustración 5. <i>Eficacia de las medidas utilizadas</i>	39
Ilustración 6. <i>Identificación y valoración del riesgo</i>	39
Ilustración 7. <i>Nivel del riesgo</i>	40
Ilustración 8. <i>Tiempo de exposición</i>	41
Ilustración 9. <i>Prevención</i>	42
Ilustración 10. <i>Capacitación</i>	43
Ilustración 11. <i>Interiorización de saberes</i>	43
Ilustración 12. <i>Mantenimiento de EPP</i>	44
Ilustración 13. <i>Utilización de EPP</i>	44
Ilustración 14. <i>Acto subestándar</i>	45
Ilustración 15. <i>Condiciones del lugar de vivienda</i>	46
Ilustración 16. <i>Antecedentes de salud</i>	46
Ilustración 17. <i>Aspectos del entorno familiar</i>	47
Ilustración 18. <i>Conductas</i>	47
Ilustración 19. <i>Conductas</i>	48
Ilustración 20. <i>Conductas</i>	48
Ilustración 21. <i>Raciocinio</i>	49

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Resumen

Son pocos los estudios con respecto a las conductas de los colaboradores frente a los riesgos a los que están expuestos, es por ello que el estudio abarca un factor relevante para la prevención de los riesgos, sin embargo, es necesario abarcar dentro de las investigaciones el factor humano, teniendo en cuenta su cultura de seguridad. En este contexto, el objetivo del presente estudio es identificar el grado de percepción de auto cuidado intra y extra laboral, frente al riesgo físico asociado a ruido que tiene los colaboradores de la empresa ACERCODE S.A.S. En la metodología se realizó un estudio descriptivo, a 10 colaboradores operativos en el sector construcción del área metalmecánica, con exposición a altos niveles de ruido en su jornada laboral. Como instrumento de recolección de datos se aplicó una encuesta a cada uno de los participantes, permitiendo evaluar el nivel de conocimiento en cuanto al riesgo, al autocuidado intra y extralaboral; finalmente, se pudo determinar que la totalidad de colaboradores son conscientes que la exposición a ruido fuerte puede causar daños a su audición y por ello tienden a tener conductas de autocuidado dentro y fuera de la empresa.

Palabras claves: Percepción, autocuidado, riesgo físico, prevención, ruido.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Abstract

There are few studies regarding the behaviour of collaborators in the face of the risks to which they are exposed, which is why the study covers a relevant factor for the prevention of risks, However, it is necessary to include the human factor within research, taking into account their safety culture. In this context, the objective of this study is to identify the degree of perception of intra- and extra-occupational self-care, compared to the physical risk associated with noise that has the collaborators of the company ACERCODE S.A.S.

In the methodology a descriptive study was carried out, 10 employees operating in the construction sector in the metalworking area, with exposure to high noise levels in their working day. As a data collection tool, a survey was conducted on each of the participants, making it possible to assess the level of knowledge regarding risk, intra- and extra-occupational self-care; Finally, it was determined that all employees are aware that exposure to loud noise can cause damage to their hearing and therefore tend to have self-care behaviors inside and outside the company.

Keywords: Perception, self-care, physical risk, prevention, noise.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Introducción

El área metalmecánica es una industria que presenta diversas actividades generadoras de riesgos, el ruido es uno de ellos, el cual es un factor importante que puede repercutir en la salud de los colaboradores, es por esto que a lo largo del tiempo se han venido desarrollando medidas de prevención y control, que genera en los colaboradores una disminución del temor a los riesgos y por ende un cambio en la percepción que tienen de la actividad laboral y sus factores de riesgo, de aquí, la importancia de conocer la percepción, la cual se define como un proceso abiertamente cognitivo, de carácter espontáneo e inmediato, que permite realizar estimaciones o juicios más o menos básicos, acerca de situaciones, personas u objetos, en función de la información que inicialmente selecciona y posteriormente procesa la persona.

De igual forma, se toma fundamentos teóricos relacionados con la percepción del riesgo, así como lo plantea, Morillejo (2002), la percepción del riesgo en el ámbito laboral se convierte en un elemento fundamental para entender los comportamientos y prácticas de trabajo inseguras que realizan los colaboradores, teniendo en cuenta no solo las variables cognitivas sino también las psicosociales, en donde siguen conocimientos previos dando énfasis a los factores culturales como del mismo medio en el que las personas se desenvuelven.

En este contexto, el enfoque de autocuidado en los colaboradores es un punto importante para prevenir y mitigar la materialización de accidentes en el entorno laboral, siendo un objetivo para los empresarios, colaboradores y profesionales que tienen a su cargo la gestión de la salud y la seguridad en el trabajo, en razón a que es un elemento indispensable para fomentar la cultura de la prevención.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Es por esto que la presente investigación se desarrolló con el objetivo de evaluar la percepción que tienen los colaboradores, frente al auto cuidado intra y extra laboral, asociado al ruido de la empresa ACERCODE S.A.S, en el área operativa.

Para alcanzar el objetivo propuesto en el presente estudio se tuvieron en cuenta otros específicos, que consistieron en evaluar el grado de percepción de auto cuidado en la exposición a los riesgos propios del ruido, determinando también, las características específicas de cada colaborador con respecto al estado físico y social al que pertenece, evidenciando su grado de percepción y proponiendo estrategias de prevención y cuidado de higiene auditivo, acordes al resultado de la valoración de la percepción.

Dado lo anterior, se realizó una investigación con un enfoque metodológico enmarcado en el modelo cualitativo, realizado por medio de una encuesta compuesta por cuatro dimensiones, clasificadas como, sociodemográfica, conocimiento del riesgo, autocuidado intra y extra laboral.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Título

Evaluación de la percepción de auto cuidado intra y extra laboral, frente al riesgo físico asociado al ruido en los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S en el año 2020.

Línea de investigación: Innovaciones sociales y productivas

Sub línea de investigación: Promoción, prevención, cultura, educación en Seguridad y Salud en el Trabajo.

Este proyecto investigativo está relacionado con la línea de investigación innovaciones sociales y productivas y con la sub línea de investigación sobre promoción, prevención, cultura, educación en Seguridad y Salud en el Trabajo, ya que el tema principal está enfocado en identificar la percepción de autocuidado para establecer rutas de actuación en pro de la promoción de la salud auditiva y prevención de las enfermedades auditivas, dejando un aporte significativo para la empresa y sus colaboradores en cuanto al reforzamiento de sus medidas de autocuidado y protección en el entorno social y laboral, además del crecimiento profesional en la identificación de factores de riesgo y culturización en higiene, salud y seguridad en el trabajo, que se aplica en el campo laboral.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Capítulo 1

Planteamiento del problema

La empresa ACERCODE S.A.S, se dedica a la fabricación, montaje y diseño de estructuras metálicas tales como puentes, cubiertas, pérgolas, entre otros. Cuenta con 20 trabajadores, que están divididos en 4 administrativos y 16 operativos, la población más numerosa realiza actividades de corte, biselado, procesos de soldadura y pintura de estructuras metálicas.

De acuerdo a la matriz de peligros y riesgos actualizada el 5 de Junio del 2020, se evidencia que en el área operativa existe una gran exposición a factores de riesgo físico, uno de ellos es el ruido producto de las máquinas, equipos y materiales utilizados, los cuales por ser en acero aumentan la emisión sonora, presentando niveles muy altos de ruido. Por consiguiente, la empresa realizó una evaluación por medio de una sonometría tomada en varios puntos de la planta de producción, que arrojó un alto índice de ruido, distribuido de la siguiente manera:

104 Db en la actividad de biselado, 92 Db en la actividad de corte con tronadora, 87,5 Db en la actividad de corte con pulidora. Resaltando que en la Resolución 1792 de 1990 se establecen los valores límites permisibles y los tiempos de exposición al ruido ocupacional, teniendo como límite 85 Db por 8 horas de exposición. Por ende, la empresa en varias actividades excede el límite permisible; no obstante, está cuenta con controles establecidos como lo son el uso de protectores auditivos de inserción 3m, seguimiento a las audiometrías realizadas anualmente y capacitaciones. Los operarios expuestos manifiestan varios síntomas que pueden estar relacionados con la exposición a este riesgo, los síntomas presentados son, cefaleas, mareo, vómito, fatiga y heces acuosas. Según lo expuesto anteriormente, existe una probabilidad alta de

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

que se presente a largo plazo enfermedades ocupacionales como la hipoacusia y tinnitus, dichas enfermedades generan pérdida parcial o total de la capacidad auditiva.

Existe la posibilidad de que adicional al factor laboral de exposición a ruido, los colaboradores tengan estilos de vida poco saludables y esto está sumando peso al riesgo auditivo. Debido a esto se considera importante identificar la percepción de prevención que tienen los colaboradores respecto al ruido ocupacional y como están asumiendo su rol de auto cuidado en la empresa y en sus actividades extra laborales por medio de esta identificación se quiere establecer un orden jerárquico de los colaboradores con mayor riesgo, con hábitos de vida poco saludables y con una percepción baja de los daños auditivos, de esta forma tener claro, las situaciones prioritarias con las cuales se debe iniciar la implementación del programa de estilos de vida saludables enfocado al ruido y la sensibilización más oportuna para estos trabajadores.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Pregunta de Investigación

¿Cuál es el grado de percepción de auto cuidado extra e intra laboral frente al riesgo físico producto del ruido en los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S?

Preguntas Específicas.

1. ¿Cuáles son los trabajadores más expuestos del área operativa y cómo está influyendo en los exámenes ocupacionales realizados?
2. ¿Qué estrategias tiene la empresa para minimizar el riesgo auditivo?
3. ¿Cuáles son las causas que disminuyen el grado de percepción de autocuidado en los colaboradores?

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Objetivo General

Identificar el grado de percepción de auto cuidado intra y extra laboral, frente al riesgo físico asociado a ruido en una muestra de los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S en el año 2020.

Objetivos Específicos.

1. Evaluar el grado de percepción de auto cuidado en la exposición a los riesgos propios del ruido.
2. Determinar las características específicas de cada colaborador con respecto al estado físico y social al que pertenece, evidenciando su grado de percepción.
3. Proponer estrategias de prevención y cuidado de higiene auditivo, acordes al resultado de la valoración de la percepción.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Justificación

La presente investigación tiene como objetivo identificar el grado de percepción de autocuidado intra y extra laboral, frente al riesgo físico asociado a ruido, lo cual resulta importante, debido a que le aportará valor a línea investigativa referente al autocuidado, incrementando el conocimiento en torno al tema de percepción en los colaboradores, y fomentando habilidades para detectar, identificar y reaccionar ante situaciones de peligro.

Cabe resaltar que los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S, presentan un alto índice de exposición a ruido, lo cual puede ocasionar efectos dañinos en el cuerpo humano, que varían desde trastornos fisiológicos hasta otros problemas más severos, provocando una alteración de la vida cotidiana del colaborador en todos sus entornos, laboral, social y psicológico.

Por tal motivo se busca proporcionar herramientas de prevención de las enfermedades auditivas, contribuyendo con la política de seguridad y salud en el trabajo, lo cual beneficia a todo el personal de la empresa ACERCODE S.A.S., impulsando a la alta dirección a disponer de evaluación, medición y control de un factor de riesgo como lo establece la legislación vigente.

Capítulo 2

Marco Referencial

A continuación, se presenta una revisión referencial sobre los temas en los cuales se plantea el proyecto de investigación. En primer lugar, se realiza una revisión referente al estudio de la percepción del riesgo. Luego, y teniendo en cuenta la importancia del bienestar auditivo de los colaboradores, se indaga en el riesgo asociado al ejercicio de la actividad, llevando a cabo lo referente al ruido, Finalmente se revisará uno de los conceptos centrales de la presente investigación como el auto cuidado, relacionando este término con el ámbito laboral.

En este contexto, el estudio de la percepción del riesgo establece un desarrollo esencial para la formulación y planeación de actividades que aporten a la prevención de las enfermedades, teniendo en cuenta que es importante conocer la percepción de los colaboradores sobre los riesgos a los que diariamente están sometidos dentro de su entorno laboral y permitiendo obtener un conocimiento más real y amplio, para llevar a cabo, la formulación de estrategias de intervención en salud y seguridad en el trabajo enfocadas desde el punto de vista de los colaboradores partícipes en el proceso.

Sin embargo, para tener claro el concepto de percepción de riesgo se considera significativo hacer una revisión de algunos enfoques básicos que han realizado estudios sobre el tema y han desarrollado diferentes elementos dentro de este concepto:

Por lo cual, Morillejo (2002) plantea que la percepción del riesgo en el ámbito laboral se convierte en un elemento fundamental para entender los comportamientos y prácticas de trabajo

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

inseguras que realizan los colaboradores, teniendo en cuenta no solo las variables cognitivas sino también las psicosociales, en donde siguen conocimientos previos dando énfasis a los factores culturales como del mismo medio en el que las personas se desenvuelven.

También, Puy (1995) en su estudio sobre percepción del riesgo, plantea cuatro enfoques: Un enfoque centrado en aspectos psicológicos, un segundo enfoque centrado en aspectos psicosociales, un tercer enfoque centrado en aspectos culturales y el cuarto enfoque denominado paradigma psicométrico.

Enfoque centrado en aspectos psicológicos: Bajo este enfoque surgen los primeros estudios de la percepción del riesgo, centrados básicamente en conceptos de la psicología cognitiva, entendiendo que dichas percepciones no eran más que sesgos cognitivos de las personas a la hora de tomar una decisión. Por otro lado, también surgen los estudios desde la teoría de la personalidad, enfocados al estudio de las características de personalidad, que según sus exponentes hace que los sujetos asuman o eviten los riesgos.

Enfoque centrado en aspectos psicosociales: En este enfoque la percepción del riesgo es vista como una actitud que asumen las personas frente a los peligros que se enfrenta de acuerdo a sus valores y creencias. Es por ello, que las investigaciones se han centrado en desarrollar escalas para medir la actitud de las personas frente a los peligros.

Enfoque centrado en aspectos sociológicos: Desde este enfoque la percepción del riesgo es entendida como el estudio de las creencias, actitudes, juicios, sentimientos, valores, disposiciones sociales y culturales que tienen las personas frente a los factores de riesgos y los beneficios que trae exponerse a ellos.

Por último, el enfoque psicométrico, el cual se desarrolla a mediados de los años 70 y surge a partir de los estudios realizados desde los enfoques anteriores, ya que por un lado

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

introduce en sus investigaciones algunas características socio demográficas y actitudinales de los sujetos de estudio y por otro lado introduce las características cualitativas referidas a las dimensiones sociales para evaluar los riesgos.

Por otro lado, en unos de los estudios asociados a la percepción del riesgo, la Organización Mundial de la Salud (OMS), compartió un artículo de un estudio de percepción sobre protección y pérdida auditiva en colaboradores expuestos a ruido en el trabajo, en el que participaron como muestra 24 colaboradores de una fábrica metalmecánica, por tanto se mostró que un 90% de estos, sabían que el ruido podía dañar su audición, pero sólo el 80% conocía que los protectores auditivos podían proteger su audición. No obstante, muchos de ellos pensaban que los protectores auditivos eran incómodos de utilizar y, que limitaban su capacidad de identificar problemas o señales en su lugar de trabajo. Además, no sabían cómo utilizar los protectores auditivos, cuándo usarlos y cómo reemplazarlos. (González, Ahumada y Martínez 2009)

En otro artículo, se realiza un análisis de la percepción del riesgo como fenómeno comprometedor del desarrollo tecnológico, así como generador de errores humanos, principales contribuyentes a la ocurrencia de accidentes industriales y laborales. Carbonell y Torres (2010), en donde la metodología de evaluación que se utilizó para llevar a cabo dicho análisis fue una encuesta diseñada para la evaluación de percepción del riesgo ocupacional (EPRO), ya que según el artículo es un método que conlleva al resultado de la recopilación dialéctica y de la conjunción creativa de las mejores experiencias consultadas sobre técnicas de análisis de percepción de riesgo.

Así mismo, en un estudio relacionado con la percepción del riesgo, Ortiz, Correa y Souza (2012), realizaron una investigación evaluando la relación de las capacidades de autoprotección

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

y autogestión para la reducción de la vulnerabilidad de los riesgos socio naturales que pueden estar directamente relacionadas a la cercanía del entorno (construcción de hábitat) y conocimiento del territorio; en este caso se pretendió analizar la percepción social con la forma en que un individuo entiende y vive un fenómeno natural o social.

Por otra parte, a raíz de esta investigación es importante resaltar que el estudio de la relación entre el trabajo y la salud, implica una correcta identificación de los factores ocupacionales en juego, así como de sus consecuencias, positivas o negativas, sobre los colaboradores. Para eso, es indispensable la realización de estudios prácticos incidiendo sobre los contextos reales de trabajo, identificando en estos los principales condicionantes del riesgo ocupacional.

Entre los distintos factores de riesgos ocupacionales, hay una particular importancia en la exposición a niveles de presión sonora elevados, dada su frecuencia en ambientes industriales, ya que la exposición al ruido ha sido bastante estudiada a lo largo de los años, no obstante, una de las principales causas de enfermedad profesional, es la hipoacusia neuro-sensorial derivada del ruido, la cual abarca, según datos oficiales, alrededor de 25 % de los colaboradores con incapacidad.

Cabe destacar, que el ruido, es uno de los riesgos físicos más frecuentes en los lugares de trabajo y que sus efectos negativos sobre el sistema auditivo se conocen desde hace muchos años, además que produce otros efectos a nivel tanto de tipo clínico como psicosocial.

En relación con este tema, en el artículo 75 del Decreto Supremo N° 594, de 2000, del Ministerio de Salud, que aprobó el Reglamento sobre Condiciones Sanitarias y Ambientales Básicas en los Lugares de Trabajo, estableció que la exposición ocupacional al ruido estable o fluctuante debe ser controlado de modo que para una jornada de 8 horas diarias ningún

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

colaborador pueda estar expuesto a un nivel de presión sonora continuo equivalente a 85 decibeles y conforme a lo dispuesto el artículo 184 del Código del Trabajo, constituye que el empleador está obligado a tomar todas las medidas necesarias para proteger eficazmente la vida y salud de los trabajadores, manteniendo las condiciones adecuadas de higiene y seguridad en las faenas, como también los implementos necesarios para prevenir accidentes y enfermedades profesionales. De esta manera, es responsabilidad del empleador tomar las medidas necesarias para mantener el nivel de ruido dentro de los rangos permisibles, efectuando constantemente las mediciones de ruido.

Dentro de este marco, es importante definir el concepto de auto cuidado, dado que el estudio de investigación se encuentra asociado desde una perspectiva de autocuidado en los colaboradores dentro del ámbito laboral.

Es por eso que, desde hace ya más de una década, el auto cuidado en el lugar de trabajo ha sido un objetivo para los empresarios, colaboradores y profesionales que tienen a su cargo la gestión de la salud y la seguridad en el trabajo, en razón a que es un elemento indispensable para fomentar la cultura de la prevención.

De allí, es que la Organización Mundial de la Salud (OMS) argumenta que el auto cuidado se relaciona con todo aquello que las personas hacen por sí mismas para conservar sus condiciones de salud, cuyo propósito es el de promocionar la vida y el bienestar de los seres humanos, mientras que la gestión de la salud y la seguridad en el trabajo, está orientada a preservar la integridad de las personas, siendo conscientes de que un gran porcentaje del resultado es responsabilidad de cada uno y de su estilo de trabajo.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Marco Legal

En general el ruido se define como un sonido no deseado y molesto. Este es generado en gran parte por las actividades humanas tales como el oficio del trabajo, lo que genera problemas en el entorno social y la salud que llegan desde la pérdida irrecuperable de la audición hasta problemas cardiovasculares, respiratorios, digestivos o visuales, aun así, los trabajadores expuestos a este no son conscientes sino hasta el momento que ven alguna secuela que interfiera con sus actividades diarias.

Esta problemática de ruido empieza a ser reconocida como un agente de contaminación ambiental en el año 1974 mediante la expedición del Decreto 2811, específicamente en el artículo 3, 33 y 75, en los cuales se dictan disposiciones para prevenir la contaminación por ruido y se establecen condiciones y requisito necesarios para preservar y mantener la tranquilidad de los habitantes mediante el control de ruidos.

Seguidamente, en cuanto a normativas sobre un ambiente de trabajo sano y saludable estas empiezan a tomar fuerza desde la constitución política de 1991, ratificada en el artículo 25 donde se estipula que toda persona tiene derecho a un trabajo en condiciones dignas y justas.

Posteriormente y a partir de la Resolución 8321 de agosto de 1983, norma emitida por el ministerio de salud en Colombia, la cual establece, acciones de mejora, de protección y conservación de la audición, de la salud y el bienestar de las personas por causa de la producción y emisión de ruidos.

Con la Resolución 1792 de 1990 se establecen límites permisibles para la exposición ocupacional al ruido en los lugares de trabajo, los cuales son aplicados a ruido continuo e intermitente sin exceder la jornada máxima laboral de ocho (8) horas diarias.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Por otra parte, en el año 1995 el ministerio de medio ambiente, divulgó el Decreto 948, el cual, se reglamenta parcialmente las leyes correspondientes a la prevención y control de la contaminación ambiental y la protección de la calidad del aire; además se realiza el control a emisiones de ruidos en sectores de silencio y tranquilidad, altoparlantes y amplificadores, prohibición de generación del mismo, horarios de ruido permisible, ruido de maquinaria industrial, establecimientos industriales y comerciales ruidosos, ruido de plantas eléctricas, promoción de ventas con altoparlantes o amplificadores, obligación de impedir perturbación por ruido, área perimetral de amortiguación, zonas de amortiguación de ruido de vías de alta circulación, especificaciones contra el ruido de edificaciones especialmente protegidas, restricción al ruido en zonas residenciales, operación de equipos de construcción, demolición y reparación de vías, ruido de aeropuertos, control y seguimiento de ruido de aeropuertos, claxon o bocina y ruido en vehículos de servicio público, restricción de tráfico pesado, dispositivos o accesorios generadores de ruido, sirenas y alarmas, uso del silenciador, prohibiendo la circulación de vehículos que no cuenten con sistema de silenciador en correcto estado de funcionamiento e indicadores.

A raíz de lo mencionado anteriormente sobre el ruido ambiental, nace el Decreto número 1607 de 2002, por el cual se “Determinan las tablas de clasificación de actividades económicas y a su vez determina las enfermedades profesionales”

Por consiguiente, el ministerio de ambiente, vivienda y desarrollo territorial con la expedición de la Resolución 0627 de abril del 2006, establece los requerimientos para la medición del ruido ambiental y el establecimiento de los estándares máximos permisibles en los diferentes sectores del territorio nacional.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Dando lugar a la GATI-HNIR -2006: en la que se establece una guía de atención integral basada en la evidencia para hipoacusia neurosensorial inducida por ruido en el lugar de trabajo.

En la Norma Técnica Colombiana (NTC) 3520, describe el procedimiento para la determinación del nivel de presión sonora y las bases para la determinación del ruido ambiental y la NTC 3522 que define las cantidades básicas de procedimientos esenciales de evaluación en ambientes comunitarios. Dentro de las normas internacionales estas dos normas técnicas colombianas están reflejadas con la ISO 1996 del 2007.

Seguidamente, la Resolución 2346 de 2007, emitida por el ministerio de la protección social en la cual regula la práctica de evaluaciones médicas ocupacionales de ingreso, periódicas y de egreso, las cuales sirven para identificar condiciones de salud de los empleados tal como se realizó al ingreso en la evaluación médica ocupacional, donde se pudo notar la disminución auditiva que venían presentando con respecto a sus labores de alta exposición al ruido; esta resolución también contiene el manejo y contenido de las historias clínicas ocupacionales, sirviendo de soporte en la investigación para corroborar los antecedentes de salud de los colaboradores y los riesgos a los que han estado expuestos en su vida laboral.

En la Resolución 6918 de 2010, la secretaria distrital de ambiente, establece el procedimiento técnico y metodológico de evaluación y fija los niveles de ruido; con el fin de prevenir, mitigar y controlar los efectos del ruido en la población expuesta al mismo al interior de las edificaciones debido a la incidencia externa o interna de sus fuentes fijas, de ruido.

Por otro lado, dentro de las leyes se encuentra la Ley 1562 de 2012, emitida por el congreso de la república específicamente en su artículo 10 el cual especifica que la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) es la disciplina que trata de la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo, y de la protección y promoción de la

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

salud de los trabajadores. Tiene por objeto mejorar las condiciones y el medio ambiente de trabajo, así como la salud en el trabajo, que conlleva la promoción y el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones.

Para concluir se relacionan los Decretos acordes a los agentes de riesgo mencionados anteriormente, tal como el Decreto único reglamentario 1076 de 2015 que, a nivel nacional, compila las disposiciones reglamentarias del sector ambiente, estableciendo el control de emisiones de ruidos y las funciones de las autoridades ambientales en relación con la calidad y el control de la contaminación del aire, (Artículos 2.2.5.1.6.1. 2.2.5.1.6.5).

Para finalizar, el Decreto 1072 de 2015, por el ministerio de trabajo, decreto único reglamentario del sector trabajo.

Marco Teórico

La percepción del ruido es una característica que puede variar entre una persona y otra, según una investigación realizada por urbanistas, psicólogos, físicos y expertos, unánimemente reconocen al ruido como una cuestión de percepción individual con un carácter subjetivo, porque depende mucho de lo que para cada cual signifique, por ejemplo, la música a alto volumen, los ladridos de los perros, el canto de las aves, el llanto de un niño y los demás sonidos del entorno, pueden llegar al oído del receptor con diferentes connotaciones, que van desde un simple sonido hasta alcanzar el carácter desagradable de ruido, en función de la atención que se le preste, su volumen auditivo, la hora en que se produzca y el estado anímico que presente la persona que lo escucha. La percepción acerca de este problema varía de unas personas a otras, las mujeres y las personas de mayor edad son en general más sensibles. Sin embargo, al ser considerado el ruido

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

como un sonido perjudicial para la salud física y mental de la población, es un fenómeno que se debe prevenir y erradicar. El fenómeno del ruido es considerado actualmente como un agente de contaminación de alto nivel en todo el mundo. Gordillo (1995), debido a que perturba las distintas actividades comunitarias, interfiere la comunicación hablada, en el sueño, el descanso y la relajación, además impide la concentración y el aprendizaje y lo que es más grave, puede llegar a crear estados de cansancio y tensión, que desencadenan enfermedades de tipo nervioso y cardiovascular.

Por otra parte, dentro de las características del ruido se puede resaltar que:

- ✓ Es el contaminante más barato.
- ✓ Es fácil de producir y necesita muy poca energía para ser emitido.
- ✓ Es complejo de medir y cuantificar.
- ✓ No deja residuos, no tiene un efecto acumulativo en el medio, pero sí puede tener un efecto acumulativo en el hombre.
- ✓ No se traslada a través de los sistemas naturales.
- ✓ Se percibe solo por un sentido: el Oído, lo cual hace subestimar su efecto; (esto no sucede con el agua, por ejemplo, donde la contaminación se puede percibir por su aspecto, olor, tacto y sabor).
- ✓ Se trata de una contaminación localizada, por lo tanto, afecta a un entorno limitado a la proximidad de la fuente sonora.
- ✓ Los efectos perjudiciales, en general, no aparecen hasta pasado un tiempo largo, es decir, sus efectos no son inmediatos.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Debido a esto, se establecieron valores permisibles del ruido, que son aplicados al ruido continuo e intermitente, y por tanto sin exceder la jornada máxima laboral vigente, de ocho (8) horas diarias.

Tabla 1. Valores límites permisibles

Tiempo de Exposición	Decibeles
Ocho (8) horas.	85 Db
Cuatro (4) horas	90 Db
Dos (2) horas	95 Db
Una (1) hora	100 Db
Media (1/2) de hora	105 Db
Un cuarto (1/4) de hora	110 Db
Un octavo (1/8) de hora	115 Db

Fuente: Resolución 1792 de 1990

Por medio de varios estudios realizados, se logra soportar la veracidad de la información, seleccionada de diferentes autores. Los estudios más relevantes son:

1. En un estudio realizado para una población rural y urbana con habitantes de edades semejantes, se refleja que la población que está ubicada en la zona rural, y la cual es expuesta a bajos niveles de ruido presentan menores umbrales de audición que la población de la zona urbana, estableciéndose de esta manera que la valoración de una emisión de ruido es subjetiva dependiendo del individuo y de la ubicación del mismo (Abatte, y otros, 2005).
2. En la Cumbre de Estocolmo llevada a cabo en el año 1972 por la Organización de las Naciones Unidas, se llega a la conclusión de incluir el ruido como un contaminante que

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

afecta de manera significativa a la comunidad de una urbe. El ruido como contaminante es muy fácil de producir, ya que se requiere de poca energía para originar, pero es bastante difícil de combatir, no sólo porque las medidas de control son generalmente costosas, sino que en la mayoría de los casos depende de la modificación de los hábitos y costumbres de los ciudadanos, lo que implica un cambio tanto en lo económico como en lo social. González, E. (2000).

En cuanto a los efectos fisiológicos, se ven directamente relacionado los de tipo auditivo, entre los que se encuentra la fatiga auditiva o déficit temporal de la sensibilidad auditiva, el fenómeno de los acufenos o pitido constante que aparece en el interior del oído a causa de una alteración en el nervio auditivo y la pérdida progresiva de la audición provocada por la exposición continua a niveles de ruido por encima de los 85 Db(A). Así mismo, la exposición a niveles de ruido superiores a los 120 Db(A) provoca dolor, inflamación del oído y pueden llegar a generar un trauma acústico el cual consiste en la ruptura del tímpano. También se tienen efectos fisiológicos no sólo sobre el sentido de la audición, se sabe que la exposición al ruido ocasiona respuestas de todo el organismo, afectando la visión, la presión sanguínea, la tensión muscular y entorpece la actividad física y mental. Dado que, el ruido perturba, altera e interrumpe el ambiente, desconcentra, entorpece la comunicación, el descanso y el sueño, pero, además, a muchas personas les altera el carácter y el grado de percepción del oído, lo que en numerosos casos termina en padecimientos de sordera. (Zuluaga Correa, Jiménez, 2009).

Del mismo modo, llegan al punto de alterar el bienestar psíquico, social y mental de una persona, conduciendo a un estado nervioso desbordado, tanto así, que se pasa fácilmente de un sentimiento de alegría al enojo inmediato y puede continuar con agresiones.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Según afirma Valerie Weedon, quien se declara “víctima de agresión acústica”: “el ruido incontrolable ubica el cuerpo del agredido en un estado permanente de alerta, que conduce a la sobreproducción o sub producción de sustancias químicas por parte del cuerpo y el cerebro, incluyendo neurotransmisores, hormonas u otras sustancias que constituyen fuerzas conductoras para la vida. La perturbación nocturna conduce a una seria interrupción de los ritmos biológicos circadianos y la pérdida del benéfico efecto reparador del sueño”.

Por otro lado, en salud humana el riesgo más latente se encuentra en el daño que se puede causar al oído interno generando una pérdida en la capacidad de audición conocida como hipoacusia, este problema se presenta, por estar expuesto a un nivel de ruido muy alto por largos periodos de tiempo (donde se debe tener presente la intensidad y el ancho de banda de las señales acústicas como su duración y modulación); como los presentados en establecimientos públicos nocturnos (bares, discotecas, entre otros), se requiere de aproximadamente un lapso de 1 a 13 horas en tranquilidad y silencio para recobrar la sensibilidad auditiva. El estímulo generado al cerebro humano por parte de las fuentes emisoras a las que se encuentra expuesto en el diario vivir genera alteraciones como estrés, considerado como la causa principal de la artritis reumatoide, afección que según el artículo “Proximity to Traffic, Ambient Air Pollution, and Community Noise in Relation to Incident Rheumatoid Arthritis”, está relacionada por vivir cerca a zonas donde se presenta tráfico, aproximadamente a distancias menores a 50 metros de las vías Brauer y otros, (2014); Bhave y Bisma, (2014). Otras alteraciones que se presentan a causa de la exposición al ruido excesivo son la ansiedad, la depresión, la pérdida de voz y afecciones en el rendimiento en procesos de aprendizaje, uno de los más importantes es la memoria ya que se disminuye debido a la exposición a altas intensidades, además de este, la falta de atención también tiende a ser menor. Un aspecto importante a mencionar y de común ocurrencia en los

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

planteles educativos que están aledaños a aeropuertos, zona característica que presenta alto flujo de tránsito aéreo ocasionando a las personas problemas en el desarrollo de sus actividades, reducción de los niveles de energía y afectación en el sueño, esta exposición puede acarrear efectos instantáneos o en las siguientes horas, una persona en promedio debe dormir 8 horas diarias pero cuando la calidad de sus sueño se ve afectada, las actividades posteriores no podrán ejecutarse de manera eficiente. (IDEAM, 2006; Uppenkamp y Rohl 2014).

Capítulo 3

Diseño metodológico

Enfoque y Tipo de investigación.

El enfoque metodológico de esta investigación se enmarca al modelo cualitativo, porque permite estudiar procesos subjetivos de acuerdo al interés de comprender las experiencias individuales de cada conducta y hábitos humanos, frente a la percepción que tienen sobre el autocuidado, intra y extra laboral asociado al riesgo auditivo. Este enfoque contiene aspectos fundamentales para el desarrollo de la investigación, tales como entrevistas, encuestas, inspecciones visuales, entre otros, los cuales no están codificados por sistemas numéricos; para efecto de esta investigación se realizará la aplicación de una encuesta, para lograr recopilar la información necesaria que conduzca a obtener los objetivos dando soporte y orientando la interpretación de los resultados captados en las encuestas a realizar.

Es por ello, que la presente investigación hace parte de una tipología descriptiva con un subtema de investigación – acción, debido a que se encamina a describir diversos aspectos dentro de una misma temática como el autocuidado, con el objetivo de entender las acciones de los colaboradores con un enfoque de cambio social.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Población.

La empresa ACERCODE S.A.S cuenta con 20 colaboradores, los cuales son 4 administrativos y 16 operativos, el área administrativa está distribuida por, auxiliar administrativa y contable, administrador de empresa, coordinador o gestor SST y coordinador de obra, seguidamente el área operativa está conformada por soldadores, ayudantes y el almacenista.

Para el análisis del ruido en las áreas previamente descritas, se realizó un estudio ambiental (Sonometría) en el mes de octubre del año 2019, arrojando como resultado que el área administrativa no presenta alta exposición al riesgo, a diferencia del área operativa que debido a sus actividades productivas se encuentran directamente expuestos al ruido.

Muestra.

De acuerdo a lo descrito anteriormente sobre la población de la empresa y la valoración de los resultados de la sonometría, se decide tomar como muestra investigativa los 16 colaboradores del área operativa quienes son la totalidad del objeto de estudio, además se encuentran en un rango de edades entre los 22 y 55 años del género masculino, con un estrato socioeconómico entre 1 y 2.

Las características de análisis de la muestra se basan en los siguientes parámetros:

- ✓ Resultados del instrumento a aplicar (encuesta).
- ✓ Base de datos de las incapacidades por sintomatología asociada al ruido.
- ✓ Certificados laborales del tiempo de experiencia en otras empresas.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Instrumentos de recolección de datos.

Los instrumentos de recolección de datos, son técnicas que conducen a la verificación del problema, donde se determina y establece los medios e instrumentos que se van a emplear en la investigación. Los pasos a seguir son la construcción de instrumentos, la recepción de datos basados en lo real.

La importancia de estos métodos, es que se pueden definir como el medio a través del cual, el investigador se relaciona con los partícipes de la investigación, para obtener información esencial, que le permita el logro de los objetivos establecidos.

Teniendo en cuenta lo anterior, se debe tener presente lo siguiente:

- ✓ Seleccionar un instrumento de recolección de información, el cual debe ser válido y confiable para poder aceptar los resultados.
- ✓ Aplicar dicho instrumento en la muestra estudio.
- ✓ Organizar los resultados obtenidos para su posterior análisis.

Es por ello, que los instrumentos de recolección de datos que se utilizarán en la investigación son: encuesta definidos así:

Encuesta: Se utilizará para obtener información sobre las opiniones, actitudes o sugerencias de los colaboradores. El cuestionario a utilizar consta de 20 preguntas, las cuales será aplicado de manera presencial, es decir, el entrevistador realiza directamente las preguntas anotando las respuestas en el cuestionario; con el fin de conseguir respuestas verbales a la problemática.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Plan de recolección y análisis de la información.

Dentro del plan de recolección de información, se considera en primera instancia emplear una encuesta estructurada individual, con un guión de preguntas predeterminadas de elaboración propia, y así mismo se tendrá una interacción directa con el colaborador, por lo cual se prefiere una técnica cualitativa, ya que se considera apropiada para explorar la percepción de auto cuidado de los colaboradores con respecto a los altos niveles de ruido, debido a que este tipo de encuestas permiten obtener mayor información de los encuestados, dejando claro la relación con la percepción del riesgo.

Para finalizar, se realizará el registro y análisis de la información por medio de los resultados obtenidos del instrumento aplicado; para ello, se tendrá un previo consentimiento informado, construido bajo los lineamientos institucionales de Uniminuto, aprobado y firmado por el encuestado.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Cronograma de actividades.

Tabla 2. Cronograma de actividades

Actividades	Tiempo de duración							
	Octubre				Noviembre			
	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
Realizar lista de necesidades y posibles preguntas a realizar en la encuesta								
Estructuración y validación de la encuesta								
Aplicación de encuestas								
Recopilación de la información necesaria para la investigación								
Clasificar, seleccionar, evaluar y priorizar los resultados obtenidos								
Elaboración del informe final								

Capítulo 4

Hallazgos

En la aplicación del instrumento de recolección de datos (encuesta), se encuestaron a diez (10) colaboradores del área operativa del total de la muestra que se tenía estipulada al inicio de la investigación, debido al bajo nivel de producción la empresa realizó recorte de personal pocos días antes de la encuesta.

Previo a la aplicación del instrumento, se socializa y se hizo entrega del consentimiento informado para su respectivo diligenciamiento. La encuesta se llevó a cabo en la planta de producción, efectuando un número de 4 encuestas, también en la obra, parqueadero el portal un total de 5 encuestas y por último la faltante se realizó telefónicamente por motivo de incapacidad por parte del colaborador, estas tuvieron una duración de 20 minutos por persona, arrojando los siguientes resultados:

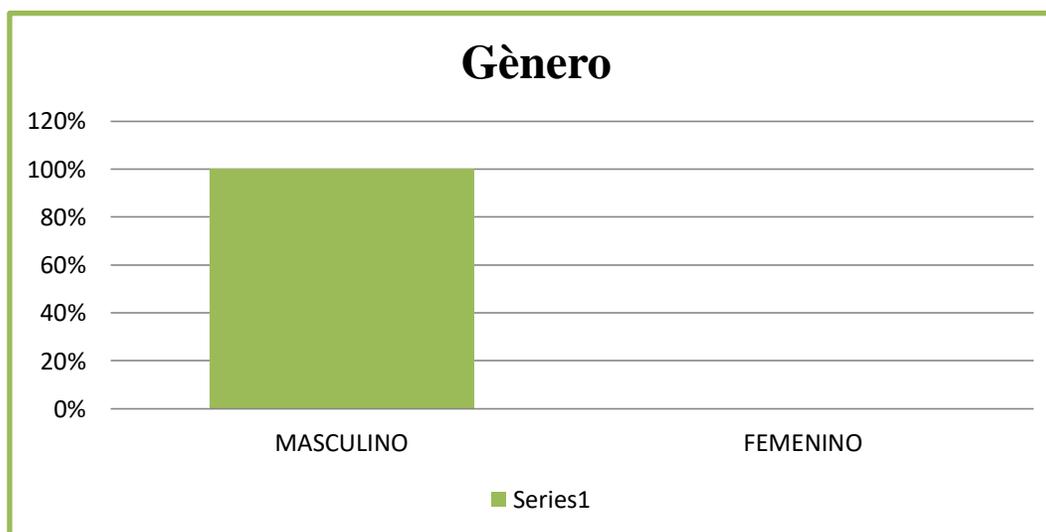
Análisis de los resultados

Población muestra: Diez (10) personas encuestadas.

Dimensión sociodemográfica: Teniendo en cuenta el instrumento aplicado, para el análisis del perfil sociodemográfico se incluyeron las siguientes variables: distribución por género, rango de edad y antigüedad en el cargo.

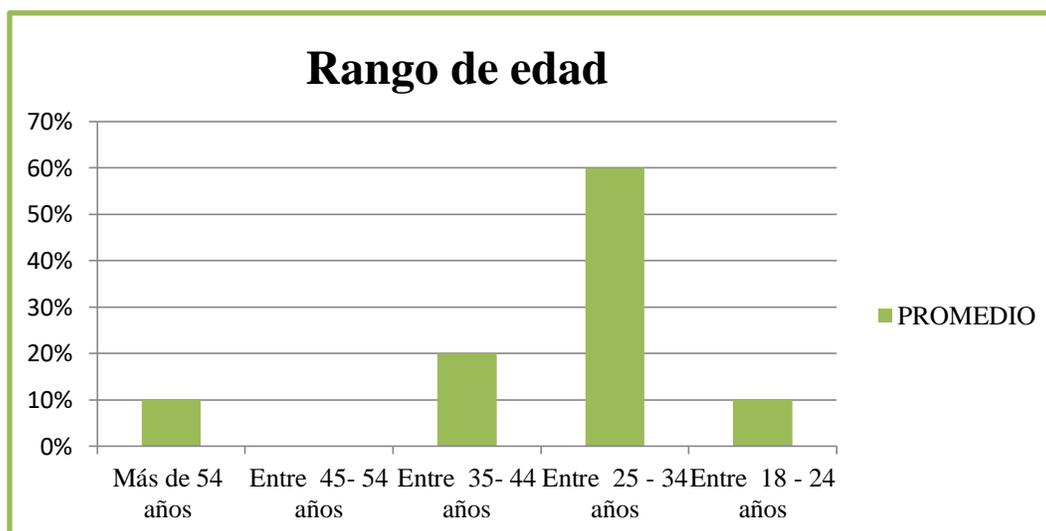
PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Ilustración 1. Distribución por género



Respecto a la información de los participantes se encontró que la distribución por género de los colaboradores es de un 100% Hombres.

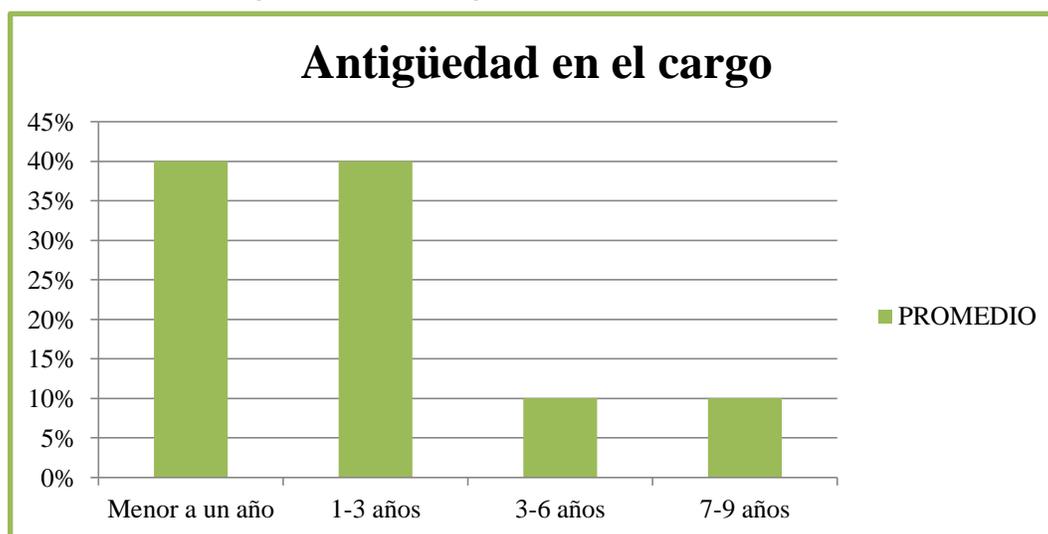
Ilustración 2. Rango de edad



PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

El rango de edad con mayor porcentaje en el personal encuestado está ubicado de los 25 a 34 años con un 60% (6), el rango de 35 a 44 años con un 20% (2), seguido del rango de 18 a 24 años con un 10% (1), terminando en, mayor de 54 años con un 10% (1).

Ilustración 3. Antigüedad en el cargo



Se observa que la antigüedad en el cargo de los colaboradores presento la siguiente distribución: En un 40% (4), se encuentra menor a un año, de igual forma se encuentra en 40% (4), el rango de 1 a 3 años de antigüedad, seguido a esta con un 10% (1), el rango de 3 a 6 años de antigüedad y por último con un 10% (1) se encuentra el rango de 7 a 9 años de antigüedad.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Dimensión conocimiento del riesgo: Para el análisis de esta dimensión se tuvieron en cuenta las siguientes variables: consecuencias adversas por la falta de autocuidado, eficacia de las medidas utilizadas, identificación y valoración del riesgo, nivel del riesgo y tiempo de exposición.

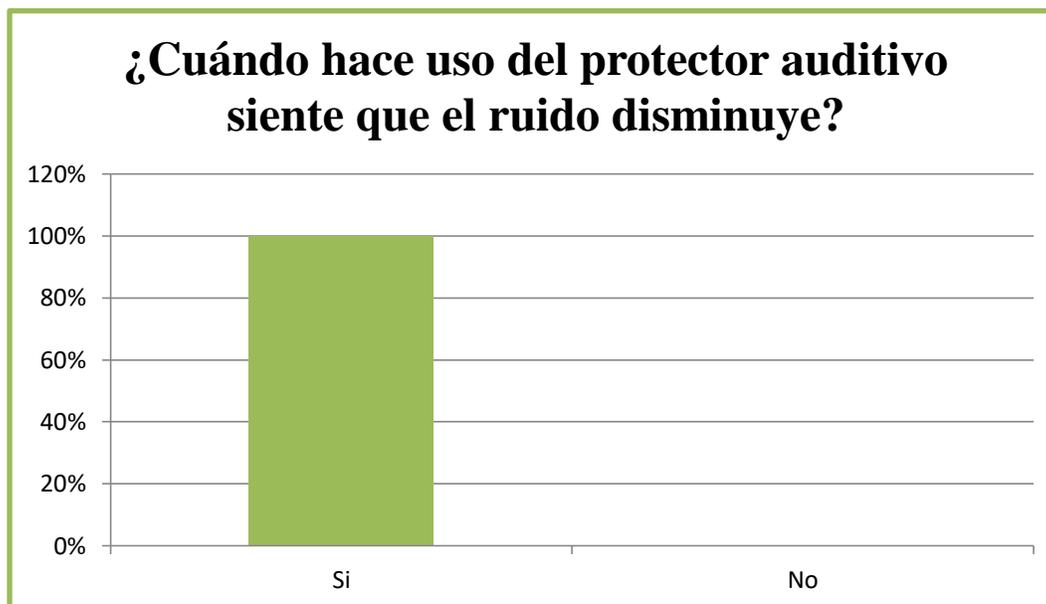
Ilustración 4. Consecuencias adversas por la falta de autocuidado



Se identifica que los colaboradores conocen las consecuencias de no usar los protectores auditivos, lo cual se evidencia en el 90% (9) de las afirmaciones y solo un 10% (1) de la población no conoce dichas consecuencias.

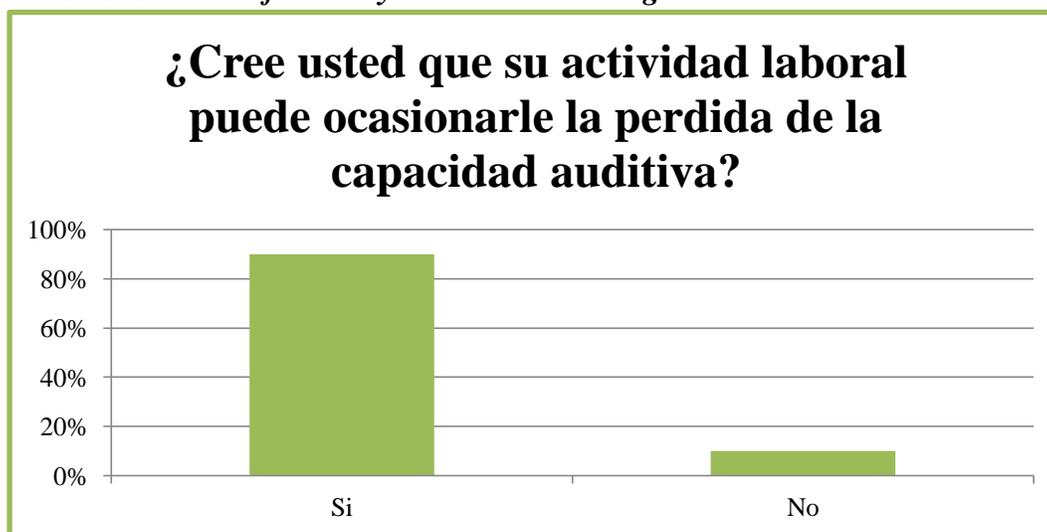
PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Ilustración 5. Eficacia de las medidas utilizadas



En la valoración de la eficacia se pudo observar que el 100% (10) de la población encuestada siente que el ruido disminuye al usar los protectores auditivos.

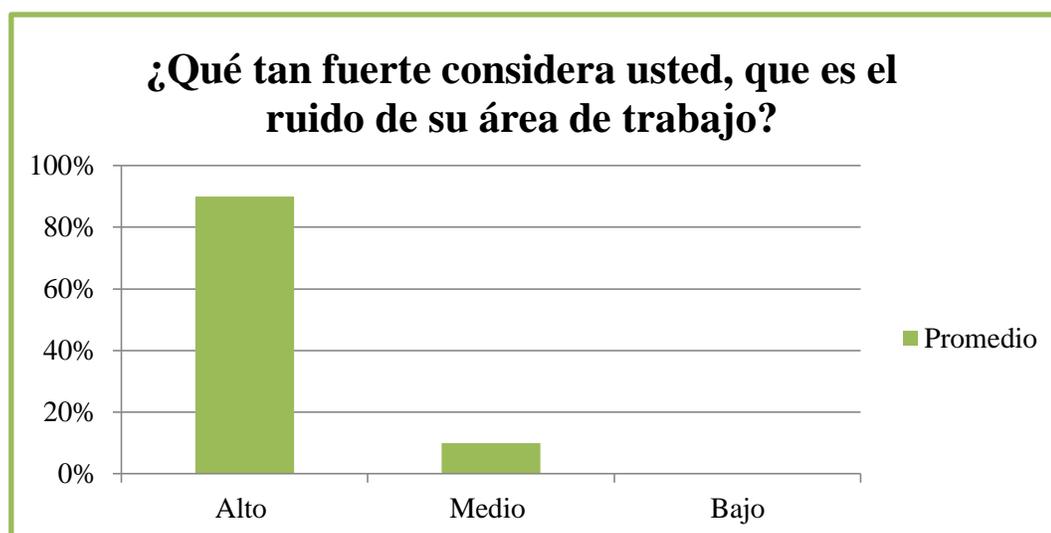
Ilustración 6. Identificación y valoración del riesgo



PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

El 90% (9) de la población respondió que sí consideran que su actividad laboral puede ocasionar la pérdida de la capacidad auditiva y solo el 10 % (1), difiere con un no.

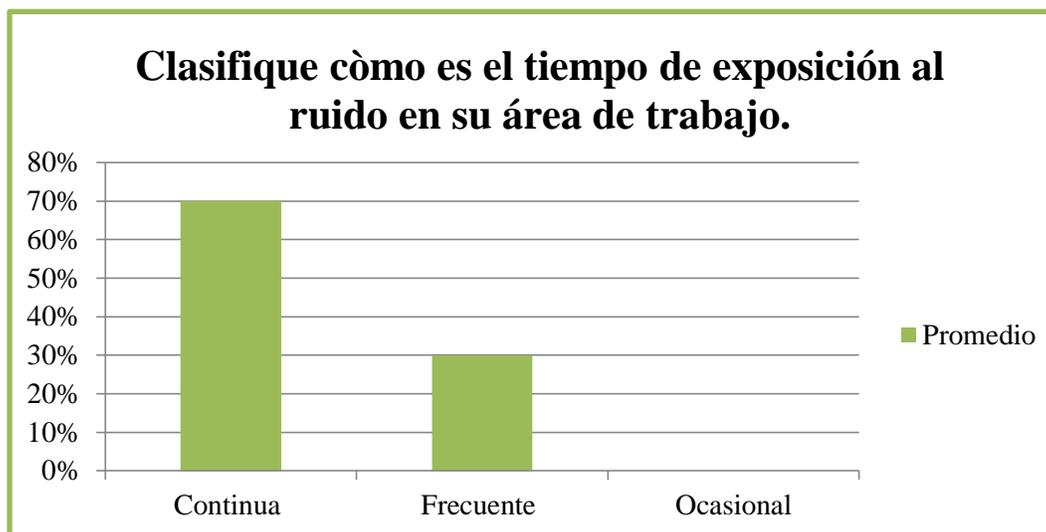
Ilustración 7. Nivel del riesgo



La percepción del riesgo es elevada, debido a que el 90% (9) de la población dice que el nivel de ruido de su área de trabajo es Alto y solo el 10% (1) de ella, dice que percibe el ruido en un nivel medio.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Ilustración 8. Tiempo de exposición

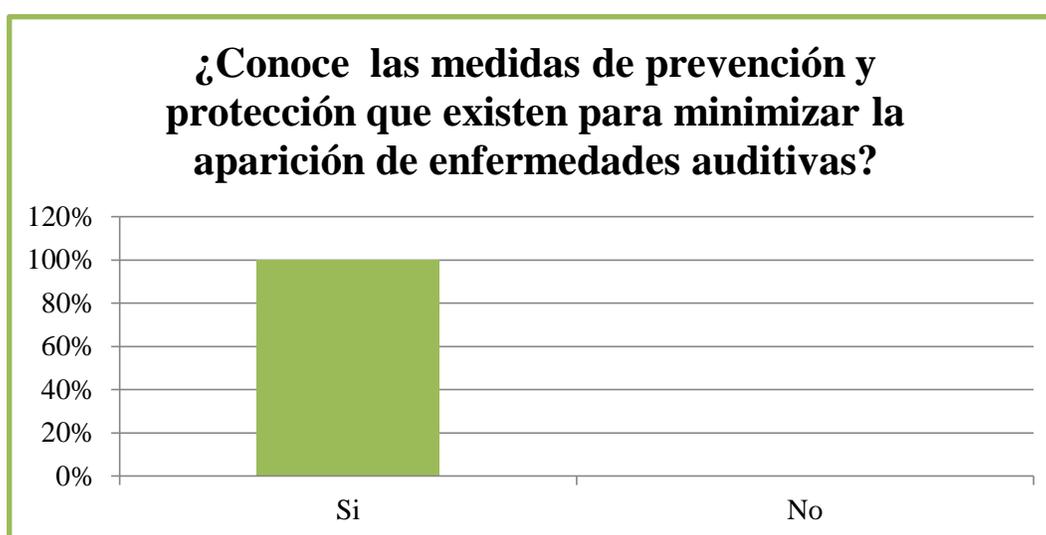


La población clasificó la exposición en un 70% (7) como continua y en un 30% (3) como frecuente, por lo tanto, los colaboradores están conscientes de su exposición al riesgo.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Dimensión de autocuidado intralaboral: Para el análisis de esta dimensión se tuvieron en cuenta aspectos claves de control, autonomía y organización del trabajo, por medio de variables de prevención, capacitación, interiorización de saberes, utilización y mantenimiento de los EPP y actos subestándar.

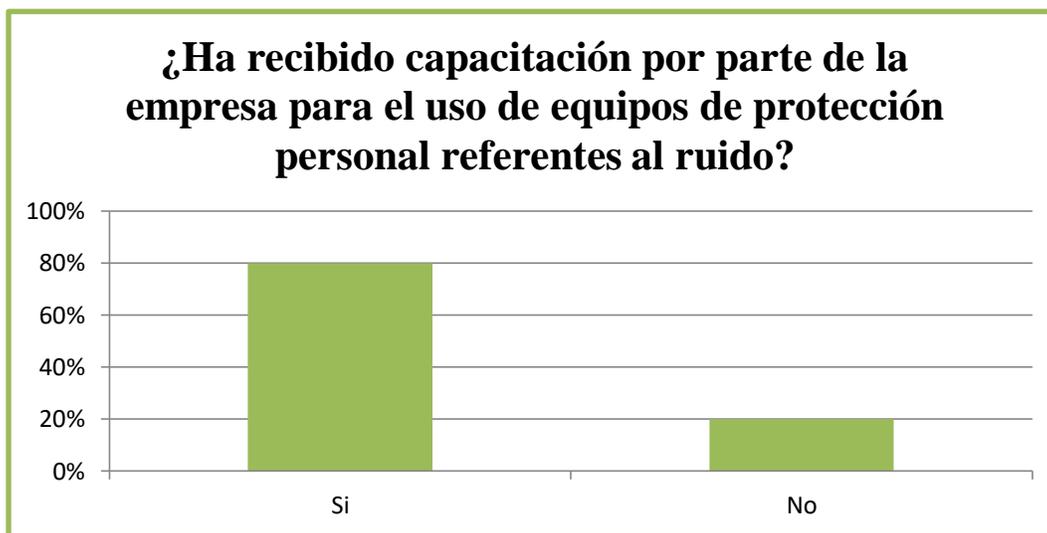
Ilustración 9. Prevención



Se observa que el 100% (10) de la población encuestada conoce las medidas de prevención y protección existentes para minimizar enfermedades auditivas.

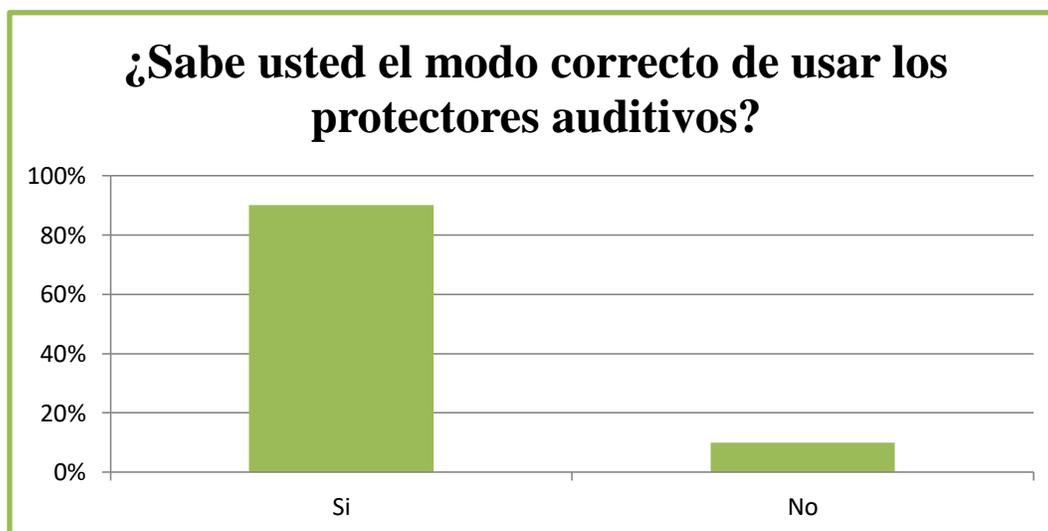
PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Ilustración 10. Capacitación



Como se puede apreciar en la gráfica el 80% (8) de la población encuestada, ha recibido capacitación para el uso adecuado de los EPP, mientras que 20% (2) no ha sido instruido para esto.

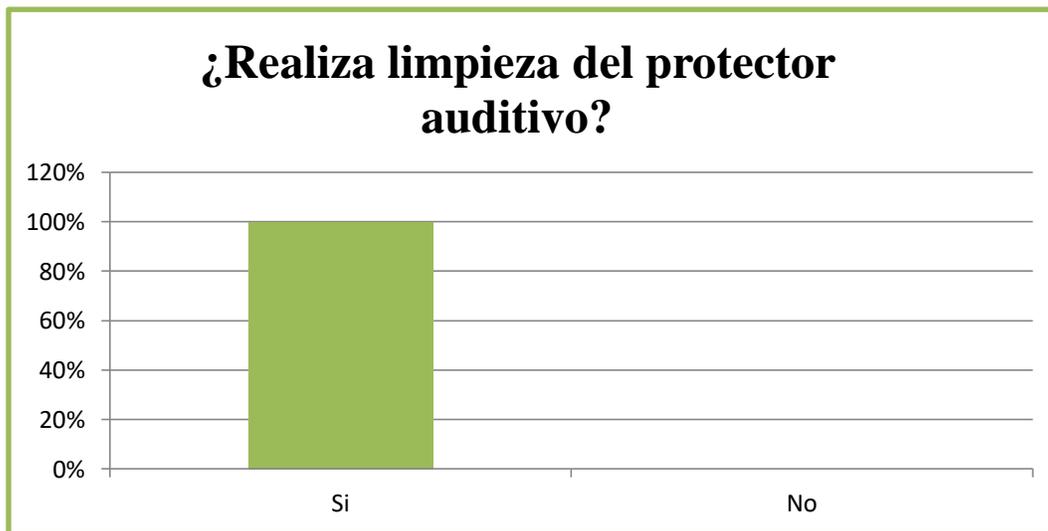
Ilustración 11. Interiorización de saberes



PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

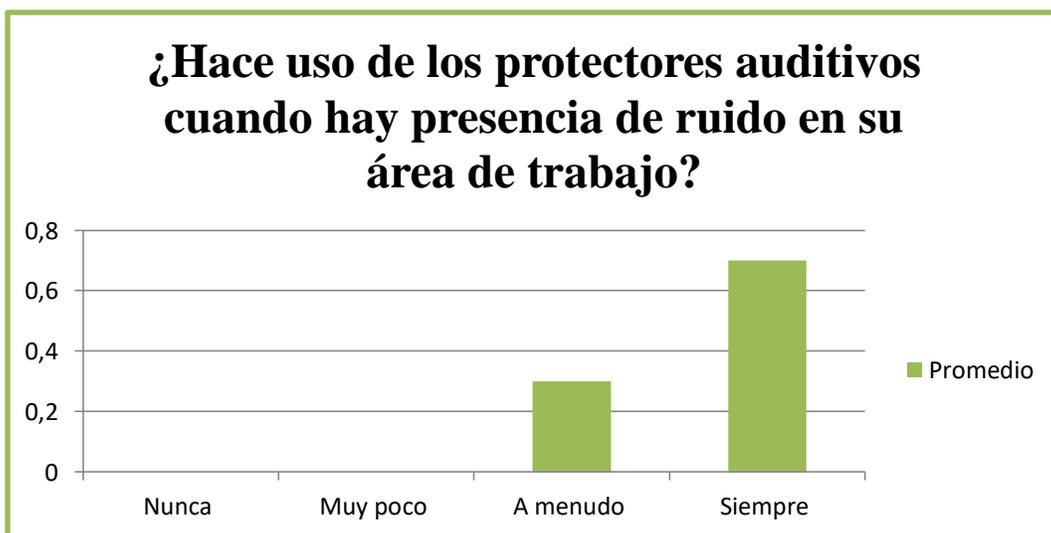
Se infiere, según la gráfica que un 90% (9) de los encuestados sabe cómo usar de modo correcto los protectores auditivos, por el contrario, el 10% (1) manifiesta no saber usarlos.

Ilustración 12. Mantenimiento de EPP



El 100% (10) de la población encuestada conoce como hacer la apropiada limpieza de los protectores auditivos.

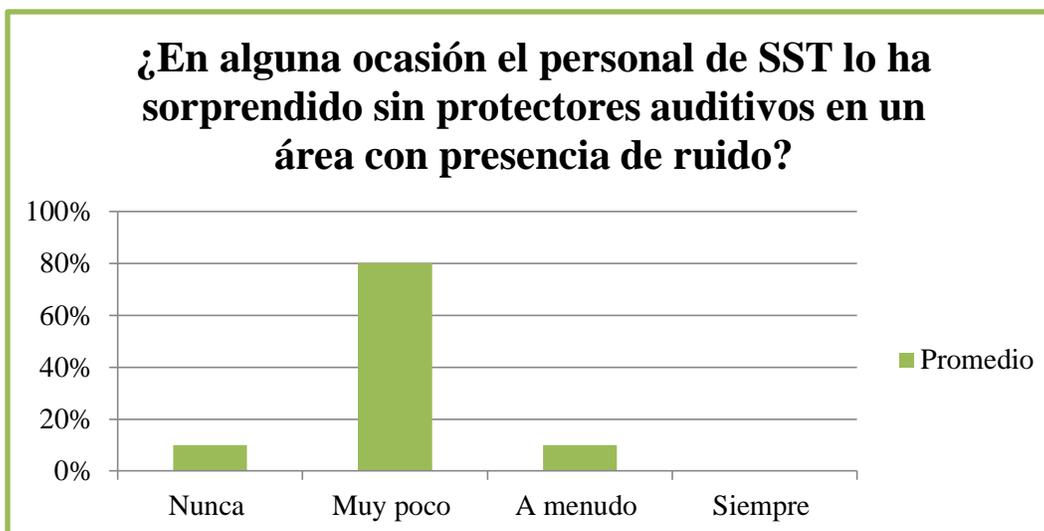
Ilustración 13. Utilización de EPP



PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Se infiere que un porcentaje equivalente a un 70% (7) de los encuestados, siempre hacen uso de los protectores auditivos en presencia del ruido, mientras que un 30% (3) a menudo los usa ante esta situación de riesgo.

Ilustración 14. Actos subestándar

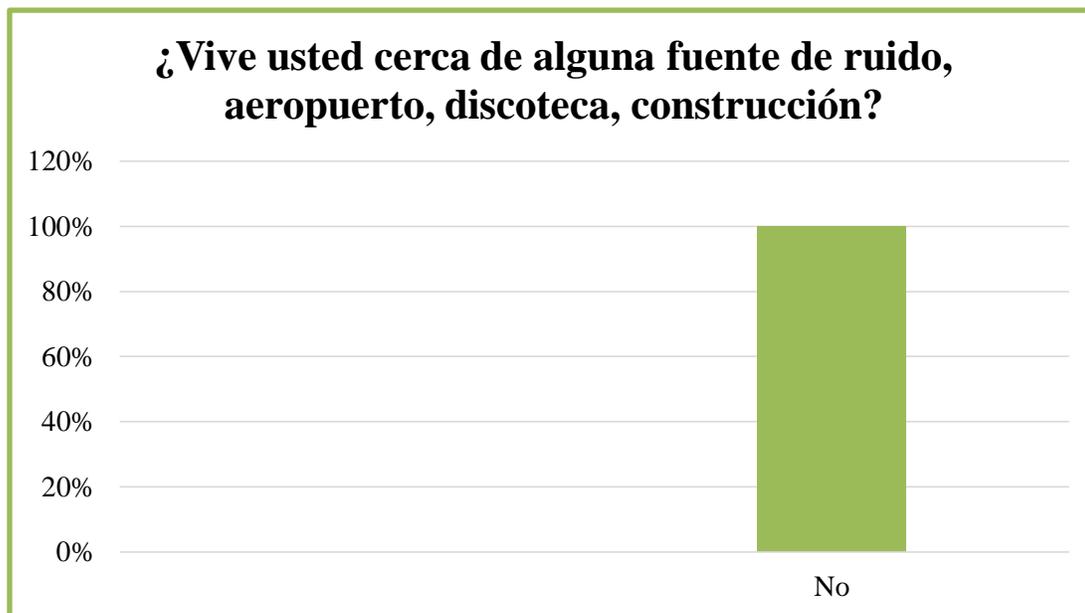


El 80% (8) de los colaboradores manifestó que muy pocas veces el personal de SST lo ha sorprendido sin los protectores auditivos, a diferencia del 10% (1) de ellos, manifestaron que ha sido muy a menudo y otro 10% (1) nunca se ha visto en esta situación.

Dimensión de autocuidado extralaboral: En la valoración de las variables de autocuidado extralaboral se tuvo en cuenta las condiciones del lugar de vivienda, los antecedentes de salud, los aspectos del entorno familiar y social del trabajador, que pueden influir en el bienestar del individuo. Las variables a evaluar se definen a continuación:

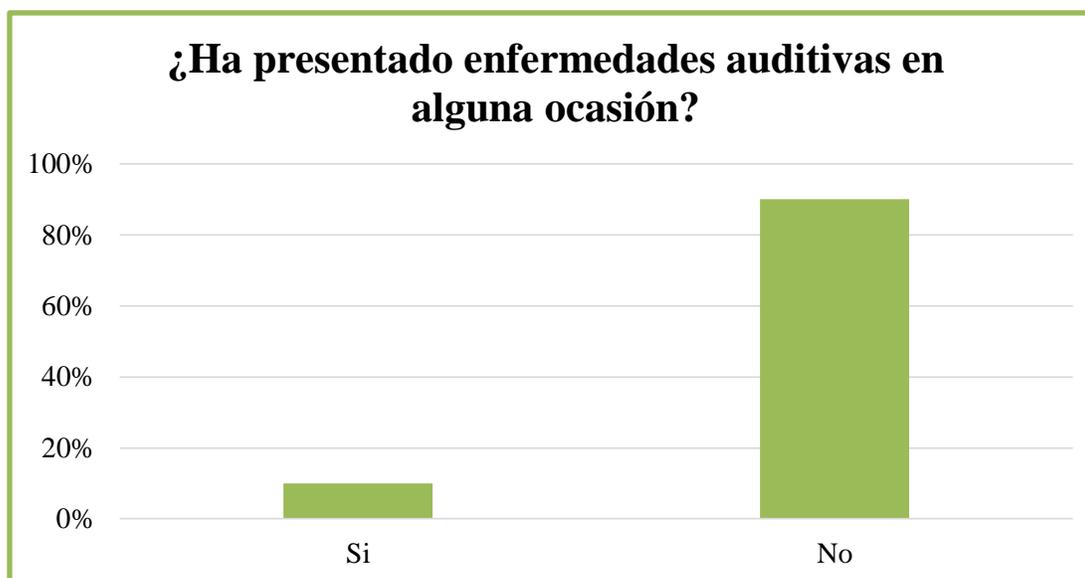
PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Ilustración 15. Condiciones del lugar de vivienda



El 100% (10) de la población estudio declara que no vive cerca a alguna fuente de ruido.

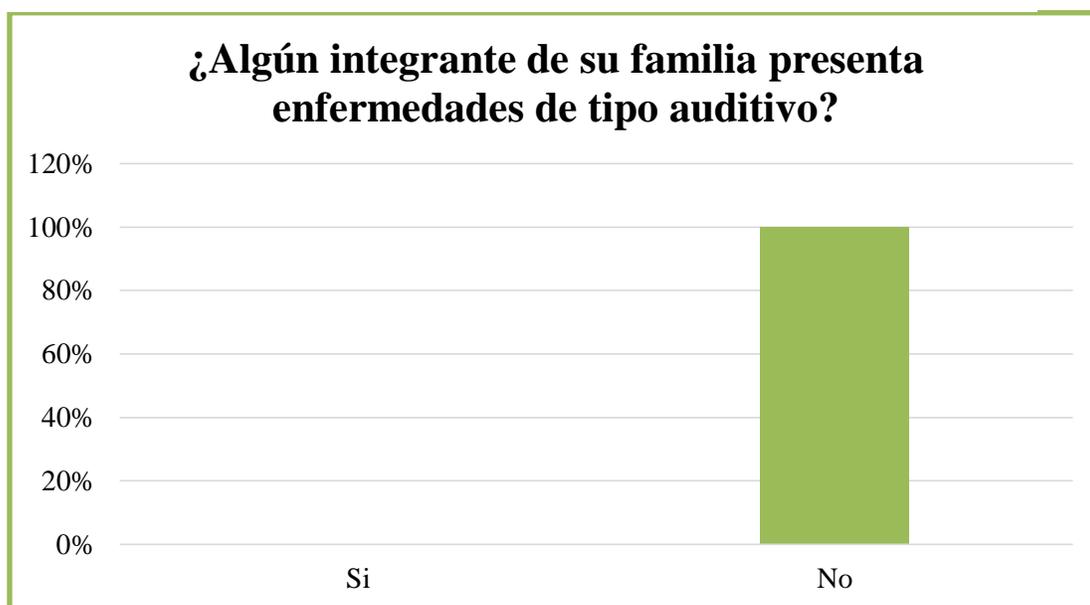
Ilustración 16. Antecedentes de salud



PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

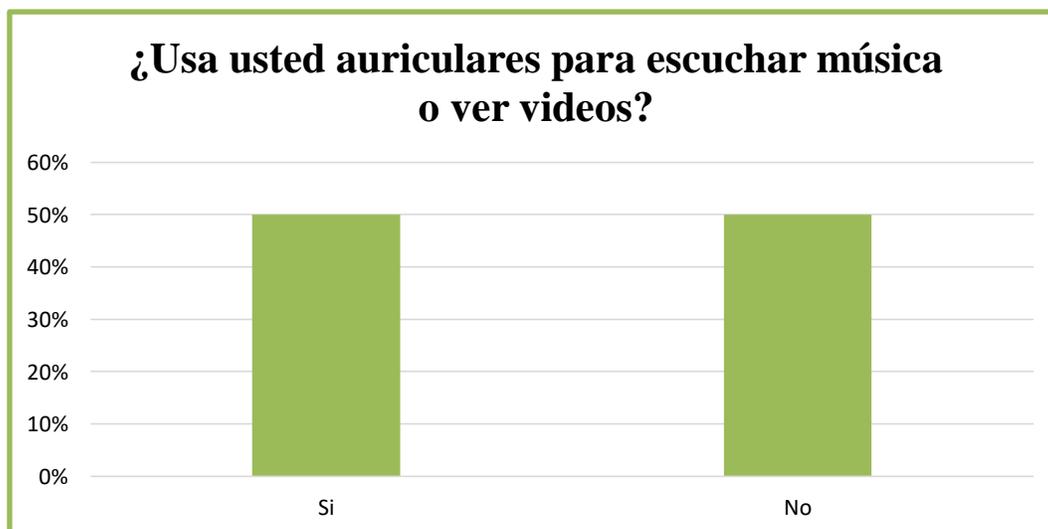
Se observa que el 90% (9) de los colaboradores NO ha presentado enfermedad auditiva en alguna ocasión, por el contrario de un 10% (1) que si la presentaron alguna vez.

Ilustración 17. Aspectos del entorno familiar



La población estudio representada en un 100% (10) manifiesta que ningún integrante de la familia ha presentado enfermedad de tipo auditivo.

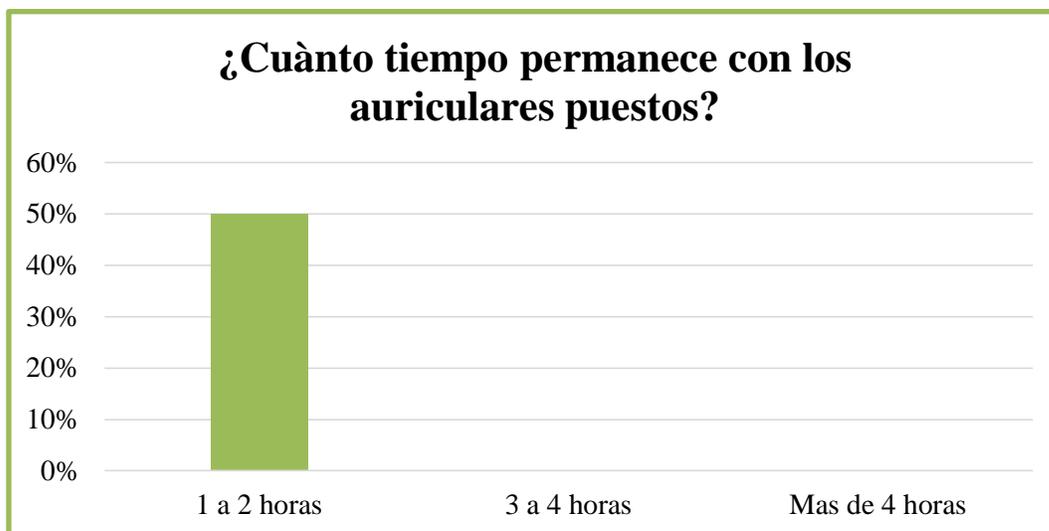
Ilustración 18. Conductas



PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

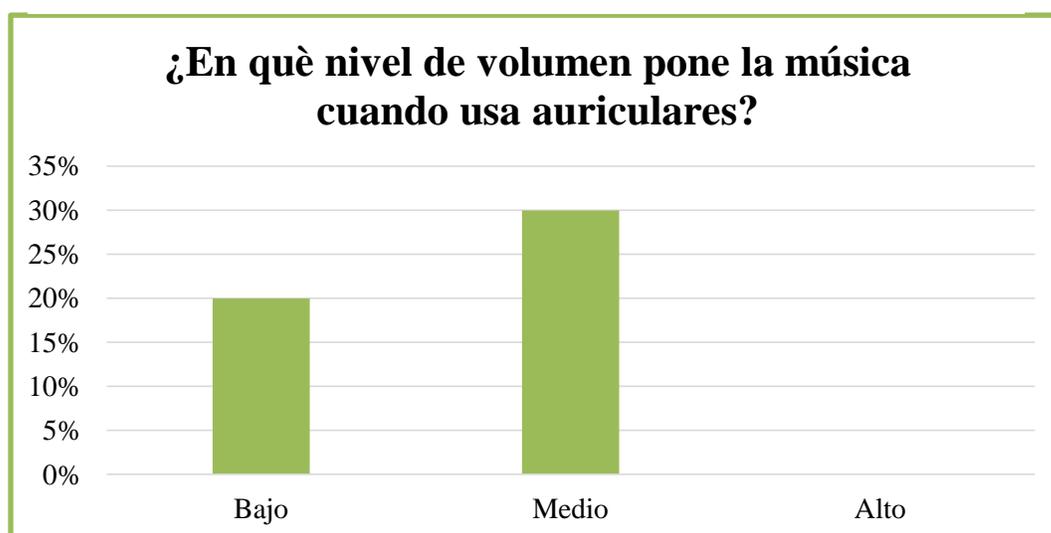
Se percibe que el 50% (5) de la población usa auriculares para escuchar música o ver videos, semejante al otro 50% (5) que si los usa para esta clase de actividades.

Ilustración 19. Conductas



De acuerdo a la gráfica el 50% (5) de los colaboradores permanecen con los auriculares puestos de 1 a 2 horas y el restante no hace uso de los auriculares.

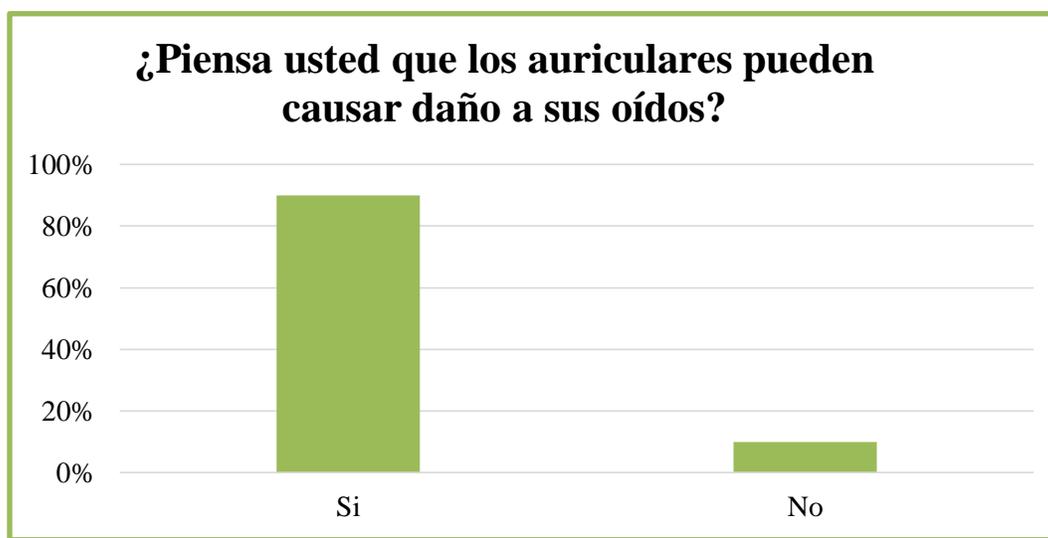
Ilustración 20. Conductas



PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

El 30% (3) de los encuestados usan los auriculares en un nivel de volumen medio y el 20% (2) lo usa en un nivel de volumen bajo y el restante no los usa.

Ilustración 21. Raciocinio



El 90% (9) de los colaboradores evaluados piensa que los auriculares pueden causarles daño a sus oídos, mientras que un 10% (1) no piensa lo mismo.

Teniendo en cuenta los análisis presentados en la encuesta se interpreta que la percepción de las dimensiones 2, 3 y 4 del instrumento aplicado, los resultados fueron buenos, entre las cuales se enfatizan las dimensiones intra laboral y extra laboral, con una percepción clasificada como alta en la prevención del riesgo, como se logra percibir de acuerdo al 80% y 90% de las respuestas positivas de los encuestados, conforme a ello, se demuestra que no carecen de información al respecto y tienen claras las normas SST, lo que lleva a conocer a cada colaborador la probabilidad de que un acto o condición amenazante de seguridad se materialice.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

En definitiva, desde una perspectiva psicológica se puede inferir que los hábitos de autocuidado practicados por los colaboradores dentro y fuera del entorno laboral son conductas conscientes; ya que tienen conocimiento y autonomía en el cuidado propio del cuerpo, por ende, se generan una disposición segura al desarrollo y ejecución de las labores diarias.

Capítulo 5.

Conclusiones

Teniendo en cuenta el primer objetivo específico planteado y los resultados obtenidos mediante el instrumento (encuesta) aplicado a los colaboradores de la empresa ACERCODE S.A.S, se puede concluir el cumplimiento de este por medio del resultado obtenido, el cual deduce que la población tiene un nivel alto en percepción de autocuidado frente al riesgo físico enfocado al ruido, dentro del ambiente laboral y por fuera de este, según los resultados que arrojaron las dimensiones de conocimiento del riesgo, autocuidado intra y extra laboral, se pudo evidenciar que los colaboradores conocen el riesgo al cual están expuestos, tienen información de las medidas de prevención y control del ruido e identifican las consecuencias ligadas a las conductas clasificadas como sub estándar. Dando cumplimiento al segundo objetivo específico establecido en la investigación, se determina que el 90% de la población no ha presentado enfermedades auditivas y en cuanto a las actividades extralaborales podemos determinar que el 50% de los colaboradores usan auriculares para escuchar música, no obstante, son conscientes de lo nocivo de esta práctica para sus oídos, sin embargo, manifiestan realizarlo en un nivel de volumen medio y por muy poco tiempo de exposición.

Es importante agregar, que la captación y el conocimiento que tiene los colaboradores sobre la adecuada protección al momento de realizar el trabajo requerido en la parte operativa, se convierte en un factor preventivo debido a que la mayor parte de ellos se encuentran en un nivel de percepción alto; por lo anterior, se logra el cumplimiento del tercer objetivo específico, a partir de la elaboración de parámetros para la evaluación y ejecución del plan de seguridad y salud en el trabajo, perteneciente a la empresa y poder así llevar a cabo medidas necesarias y

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

oportunas que le permitan al colaborador contar con todos los elementos para cuidar su salud auditiva, dando relevancia también a la elaboración de medidas contra el ruido para que este no afecte la calidad de vida del colaborador.

De acuerdo a los hallazgos evidenciados anteriormente, se logra cumplir con el objetivo general establecido en la presente investigación. Adicionalmente, al analizar la información consultada con respecto a otras investigaciones, se observó la relación con la temática expuesta en el trabajo de investigación realizado por Puy Rodríguez (1995), en donde, encontró que las actividades en las que se percibía mayor posibilidad de control, fueron por lo general, aquellas con una magnitud de riesgo más baja. En concordancia con los resultados del estudio realizado en la presente investigación, se identifica una percepción de autocuidado buena pero la magnitud del riesgo sigue siendo alta.

Además, en la revisión del tema de percepción del riesgo en el ámbito laboral planteado por Morillejo (2002), se logra conocer la importancia de entender la percepción de los colaboradores y cómo se relaciona está en los comportamientos, observada directamente en la dimensión de actos subestándar evaluada en el presente estudio, en donde se pudo evidenciar que los colaboradores tienen conocimiento y autonomía en el cuidado propio de la salud auditiva.

Finalmente, en asocio con el componente normativo, en la Resolución 8321 de agosto de 1983, se establecen, las acciones de mejora, de protección y conservación de la audición, de la salud y el bienestar de las personas por causa de la producción y emisión de ruidos. Esta normativa tiene relación con la dimensión de autocuidado intralaboral en donde se identifica que los colaboradores participan en las medidas de prevención y protección para la conservación auditiva, de la cual trata la resolución antes mencionada.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Recomendaciones

- ✓ Teniendo en cuenta que el estudio realizado se enfocó en la percepción de los colaboradores y por ende la información brindada es subjetiva, se recomienda que para obtener con exactitud el nivel de ruido al que están expuestos los colaboradores individualmente, según su ubicación y actividad, es indispensable realizar una dosimetría con la población, esta medición contribuiría a la implementación de medidas de prevención y protección del riesgo auditivo con una priorización cuantificable y de notable efectividad, siendo precisos en los colaboradores con mayor exposición. Con base a los resultados de dicha medición y el análisis realizado en la presente investigación, se logre apoyar la construcción de la caracterización de los cargos con mayor exposición del área operativa y las particularidades a tener en cuenta para la implementación de estrategias administrativas, como la rotación del personal, la ubicación estratégica en puestos de trabajo acordes a esas particularidades evidenciadas en el estudio, entre otras.

- ✓ Se recomienda contar con un programa de estilos de vida y trabajo saludables enfocado a todo el personal de la empresa, para así fomentar y mantener las prácticas de prevención y autocuidado en los colaboradores, debido a que se han acostumbrado a trabajar con el ruido y aunque reconozcan que este puede ser perjudicial para su salud, al ser una actividad rutinaria, se puede convertir en una costumbre y por ello, no tomar en cuenta la importancia del uso de los elementos de protección y prevención auditivas.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

- ✓ Incluir en el plan capacitación anual temas de interés enfocados al ruido, específicamente sobre los problemas de salud de origen auditivo, de manera que aprendan a dimensionar la magnitud de las enfermedades, buscando aumentar su grado de conciencia y percepción con en el uso constante de los EPP.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Referencias

Arezes, P. (01 julio 2006). *Percepción del riesgo de exposición al ruido*. (Tesis doctoral).

Escuela de Ingeniería, Universidad de Minho, Guimarães. Recuperado de:

<http://journals.openedition.org/laboreal/13754>

Forgus Ronald H. (1986) La naturaleza de la percepción como un proceso de extracción de información. *Percepción: Proceso básico en el desarrollo cognoscitivo*. México: Trillas.

Hena Robledo Fernando. (2014). Riesgos Físicos I: ruido, vibraciones y presiones anormales.

(2da.ed). Bogotá: Eco ediciones, pág. 266 (Ingeniería. Seguridad y Salud en el Trabajo).

Recuperado de:

<https://books.google.com.co/books?id=FcO4DQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

Ministerio de Salud. (04 agosto de 1983). Por la cual se dictan normas sobre Protección y Conservación de la Audición de la Salud y el bienestar de las personas, por causa de la producción y emisión de ruidos. [Resolución 8321 de 1983]. Bogotá.

Ministerio de Salud. (29 de abril 2000). Chile; Decreto Supremo 594. *Código del Trabajo*.

Recuperado de: <https://www.dt.gob.cl/portal/1628/w3-article-60452>.

Ministerio de trabajo y seguridad social y salud. (03 mayo de 1990). Por la cual se adoptan valores límites permisibles para la exposición ocupacional al ruido. [Resolución 1792 de 1990]. Bogotá.

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Morillejo Enrique Alonso. (2002); La percepción del riesgo en la prevención de riesgos

laborales. *Apuntes de Psicología*. Vol. 20, No. 3 p. 415 – 426. Recuperado de:

<https://core.ac.uk/download/pdf/11056546.pdf>

Perea, X. y Marín, T. (2014). *Percepción del ruido por parte de habitantes del barrio gran*

limonar de la comuna 17 en la ciudad de Cali. (Trabajo de Grado). Universidad del Valle,

Colombia. Recuperado de:

[https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/7747/3754-](https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/7747/3754-0446435.pdf;jsessionid=E17097F379C51A78952B90437908CBE2?sequence=1)

[0446435.pdf;jsessionid=E17097F379C51A78952B90437908CBE2?sequence=1](https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/7747/3754-0446435.pdf;jsessionid=E17097F379C51A78952B90437908CBE2?sequence=1)

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Anexos

Anexo A. Instrumento de recolección de datos

 Encuesta de Percepción de auto cuidado intra y extralaboral asociado al ruido		
Nombre completo del trabajador:		Cargo:
Ubicación:		Fecha:
<p>La presente encuesta se realiza con fines académicos en concordancia al proyecto de grado de la carrera de administración en salud ocupacional, con el fin de llevar a cabo la evaluación de la percepción de autocuidado intra y extralaboral referente al riesgo físico asociado al ruido, al que están expuestos los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S.</p>		
DIMENSIÓN SOCIODEMOGRÁFICA		
Nº	PREGUNTAS	RESPUESTAS
1	¿Cuál es su rango de edad?	A. 18 a 24
		B. 25 a 34
		C. 35 a 44
		D. 45 a 54
		E. Mas de 54
2	¿Cuánto Tiempo lleva usted laborando en la empresa ACERCODE S.A.S?	A. Menor a un año
		B. 1 a 3 años
		C. 3 a 6 años
		D. 7 a 9 años
DIMENSIÓN CONOCIMIENTO DEL RIESGO		
Nº	PREGUNTAS	RESPUESTAS
3	¿Conoce usted las consecuencias de no usar los protectores auditivos?	SI
		NO
4	¿Cuándo hace uso del protector auditivo siente que el ruido disminuye ?	SI
		NO
5	¿Cree usted que su actividad laboral puede ocasionarle la pérdida de la capacidad auditiva?	SI
		NO
6	¿Qué tan fuerte considera usted, que es el ruido de su área de trabajo?	A. Alto
		B. Medio
		C. Bajo
7	¿Clasifique como es el tiempo de exposición a ruido en su área de trabajo?	A. Continua
		B. Frecuente
		C. Ocasional

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

DIMENSIÓN DE AUTOCUIDADO INTRALABORAL		
Nº	PREGUNTAS	RESPUESTAS
8	¿A qué se refiere el tema de autocuidado?	A. Cuidarse a sí mismo.
		B. Seguir las normas de seguridad
		C. La señalización
		D. Ninguna de las anteriores
9	¿Conoce las medidas de prevención y protección que existen para minimizar la aparición de enfermedades auditivas?	SI
		NO
10	¿Ha recibido capacitación por parte de la empresa para el uso de equipos de protección personal referentes al ruido?	SI
		NO
11	¿Hace uso de los protectores auditivos cuando hay presencia de ruido en su área de trabajo?	A. Nunca
		B. Muy poco
		C. A menudo
		D. Siempre
12	¿En alguna ocasión el personal SST lo ha sorprendido sin protectores auditivos en un área con presencia de ruido?	A. Nunca
		B. Muy poco
		C. A menudo
		D. Siempre
13	¿Sabe usted el modo correcto de usar los protectores auditivos?	SI
		NO
14	¿Realiza limpieza del protector auditivo?	SI
		NO
DIMENSIÓN DE AUTOCUIDADO EXTRALABORAL		
Nº	PREGUNTAS	RESPUESTAS
15	¿Vive usted cerca de alguna fuente de ruido (aeropuerto, discoteca, construcción)?	SI
		NO
16	¿Ha presentado enfermedades auditivas en alguna ocasión?	SI
		NO
17	¿Algún integrante de su familia presenta enfermedades de tipo auditivo?	SI
		NO
18	¿Usa usted auriculares para escuchar música o ver videos?	SI
		NO
19	Si en la pregunta anterior su respuesta fue afirmativa, responda ¿Cuánto tiempo permanece con los auriculares puestos?	A. 1 a 2 horas
		B. 3 a 4 horas
		C. Más de 4 horas
20	Si su respuesta a la pregunta 18 fue afirmativa, responda ¿En qué nivel de volumen pone la música cuando usa auriculares?	A. Bajo
		B. Medio
		C. Alto
21	¿Piensa usted que los auriculares puedan causar daño en sus oídos?	SI
		NO

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Anexo B. Consentimiento informados

CONSENTIMIENTO LIBRE, PREVIO E INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

El propósito de este formato de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por **Elizabeth Montoya Espinosa, Lina Maryori Jiménez Castro y Yidis Andrea Franco Gutiérrez**, Investigadores Responsables del Proyecto de la Corporación Universitaria Minuto de Dios- UNIMINUTO. El objetivo de esta investigación es: Evaluar la percepción de autocuidado intra y extra laboral, frente al riesgo físico asociado al ruido en los colaboradores del área operativa de la empresa ACERCODE S.A.S en el año 2020.

Si usted accede a participar en esta investigación, se le pedirá responder preguntas en una encuesta. Esto tomará aproximadamente 40 minutos de su tiempo. De lo que se realice durante este espacio se tomarán fotografías de las personas y del entorno,

Su participación en esta investigación no implica ningún riesgo de daño físico, ni psicológico para usted, y se tomarán todas las medidas que sean necesarias para garantizar la salud e integridad física y psíquica de quienes participen de la investigación.

El responsable de esto, en calidad de custodio de los datos, será los Investigadores Responsables del Proyecto, quienes tomarán todas las medidas necesarias para asegurar el adecuado tratamiento de los datos, el resguardo de la información registrada y la correcta custodia de estos.

La participación en esta investigación es estrictamente libre y voluntaria. La información que se recoja no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario, así como las imágenes que se recolectan, serán utilizadas en el informe final del proyecto de grado y en las bases de datos para la tabulación de la información.

Los Investigadores Responsables del Proyecto y UNIMINUTO, aseguran que su participación no implique gasto alguno. Por otra parte, la participación en esta investigación no involucra pago o beneficio económico alguno a su favor.

Si tiene alguna duda sobre esta investigación, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la encuesta le

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al Investigador o de no responderlas. Es importante que usted considere que su participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria, y que tiene derecho a negarse a participar o a suspender y dejar inconclusa su participación cuando así lo desee, sin tener que dar explicaciones, ni sufrir consecuencia alguna por tal decisión.

Una vez leído y comprendido lo anterior:

1. Declaro que al firmar este documento ACEPTO participar voluntariamente en esta investigación la cual es conducida por los Investigadores Responsables del Proyecto.
2. Declaro que he sido informado (a) sobre el objetivo de esta investigación, que me han indicado que tendré que responder un cuestionario, y el tiempo que tomará realizar esto.
3. Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación no será usada para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación, sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a los Investigadores Encargados del Proyecto. Cuyos datos son los siguientes:

Nombre del Investigador Responsable:	Elizabeth Montoya Espinosa
Correo Electrónico:	emontoyaesp@uniminuto.edu.co
Teléfono / Celular:	3017557472

Nombre del Investigador Responsable:	Lina Maryori Jiménez Castro
Correo Electrónico:	ljimenezca8@uniminuto.edu.co
Teléfono / Celular:	3128924902

PERCEPCIÓN DE AUTOCUIDADO INTRA Y EXTRA LABORAL ASOCIADO AL RUIDO

Nombre del Investigador Responsable:	Yidis Andrea Franco Gutiérrez
Correo Electrónico:	yfrancoguti@uniminuto.edu.co
Teléfono / Celular:	3136045904

4. En forma expresa manifiesto que he leído y comprendido íntegramente este documento y en consecuencia acepto su contenido y las consecuencias que de él se deriven.
5. Entiendo que una copia de este formato de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de esta investigación cuando éste haya concluido.

Firma del Participante:	
Nombre del Participante:	
Fecha:	
Lugar:	