



Facultad de Ciencias de la Salud

Terapia Física y Rehabilitación

Factores asociados al dolor lumbar en trabajadores de una empresa de construcción civil

**Tesis para optar el título académico de Licenciatura en Tecnología Médica en
Terapia Física y Rehabilitación**

Autores:

Carbajal Yachachín, Leslie Paola. Quinto Zapata, Hellen Brillit

Asesor:

Moscoso Porras, Miguel

Lima, Perú

2017

FACTORES ASOCIADOS AL DOLOR LUMBAR EN
TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE CONSTRUCCIÓN CIVIL

DEDICATORIA

A Dios, por acompañarnos y permitirnos disfrutar de cada etapa de nuestra formación profesional.

A nuestros padres y familiares por estar siempre a nuestro lado apoyándonos en este largo proceso académico.

AGRADECIMIENTO

A todos los profesionales que durante nuestra etapa de formación académica compartieron con nosotros sus conocimientos y amor a la carrera.

A nuestro asesor de tesis, Lic. Miguel Moscoso Porras por su dedicación, experiencia y paciencia para ayudarnos a culminar este proyecto con éxito.

FACTORES ASOCIADOS AL DOLOR LUMBAR EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE CONSTRUCCIÓN CIVIL.

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo identificar los factores que se asocian al dolor lumbar en los trabajadores de una empresa de construcción civil de Lima-Perú, es un estudio de diseño observacional de tipo transversal analítico, la población fueron los trabajadores de construcción civil de la empresa Berit Contratistas Generales E.I.R.L. la cual cuenta con un aproximado de 200 trabajadores distribuidos en las diferentes obras que administran, en dicha empresa se encuestó a 192 trabajadores, ellos recibieron una charla sobre pautas ergonómicas en el trabajo así como un taller de pausas activas en el trabajo y posterior a lo mencionado se realizó la explicación y llenado de las encuestas (constó de un total de 13 preguntas entre cerradas y abiertas).

Los hallazgos principales en este estudio fueron que se encontró asociación entre la variable carga de peso mayor a 45 kilos con dolor lumbar, y también se encontró asociación entre dolor lumbar y la edad, ambos con un valor $p < 0,05$ lo que lo hace estadísticamente significativo.

La asociación que se encontró entre la carga de peso mayor a 45 kilos con el dolor lumbar puede deberse a la posición que se adopta para realizar esta labor, debido a que muchos de los trabajadores no conocen las pautas ergonómicas para realizar esta actividad, todo esto conlleva a una alteración biomecánica, la cual contribuye a la aparición del dolor lumbar.

La asociación que se encontró entre la edad y el dolor lumbar puede deberse a varios motivos, entre los que resaltan que a mayor edad existe la posibilidad de una degeneración de las estructuras expuestas a sobre uso, como la columna vertebral y extremidades, que volverían al sujeto susceptible a sufrir lesiones musculo esqueléticas; en este estudio ocurre lo que se llama "causalidad inversa", puesto que los resultados nos demuestran que para esta población en particular no se cumple lo dicho anteriormente, ya que según estas estadísticas las personas más predispuestas a padecer de dolor lumbar son los adultos jóvenes que tienen como promedio 33 años de edad.

ABSTRACT

The objective of this study was to identify the factors associated with low back pain in workers of a civil construction company in Lima-Peru. It is an observational cross-sectional analytical design study. The population was the civil construction workers of the company. Berit Contratistas Generales EIRL which has an approximate of 200 workers distributed in the different works they administer, in this company 192 workers were surveyed, they received a talk on ergonomic guidelines at work as well as a workshop of active breaks at work and afterwards mentioned the explanation and filling of the surveys was carried out (it consisted of a total of 13 questions between closed and open).

The main findings in this study were that an association was found between the variable load of weight greater than 45 kilograms with low back pain, and an association between lumbar pain and age was also found, both with a p value <0.05 what makes it statistically significant.

The association that was found between the burden of weight greater than 45 kilos with low back pain may be due to the position that is adopted to perform this task, because many of the workers do not know the ergonomic guidelines to perform this activity, all this It leads to a biomechanical alteration, which contributes to the appearance of low back pain.

The association found between age and low back pain may be due to several reasons, among which are the fact that at older age there is the possibility of a degeneration of the structures exposed to overuse, such as the spine and extremities, which would return to the subject susceptible to suffering musculoskeletal injuries; in this study occurs what is called "reverse causality", since the results show that for this particular population does not meet the above, because according to these statistics the people most predisposed to suffer from low back pain are young adults They are 33 years old on average.