

# Experiencia de la práctica de Terapia Ocupacional en el sector laboral

Julieth Roxana Calderón Cifuentes

Profesora de Terapia Ocupacional  
Universidad Mariana

## Introducción

Según la Federación Mundial de Terapeutas Ocupacionales (WFOT, por sus siglas en inglés) la Terapia Ocupacional (TO) es una profesión que se ocupa de la promoción de la salud y el bienestar a través de la ocupación. Su principal objetivo es capacitar a las personas para que participen en las actividades de la vida diaria (González y Ledgerd, 2022). Los profesionales en esta rama logran estos resultados, mediante la habilitación de los individuos, para que puedan realizar aquellas tareas que optimizarán su autonomía, aumentando su calidad de vida; por otra parte, los terapeutas pueden realizar modificaciones en el entorno, para que la persona participe dentro de este.

La práctica formativa de TO en el sector laboral ejecuta una intervención holística en cada trabajador, para lograr un desempeño ocupacional laboral óptimo, a través de estrategias que favorecen sus necesidades, características e intereses, garantizando, además, compromiso, funcionalidad e independencia en las actividades de la vida diaria. Por esta razón, se puede afirmar que la intervención de esta profesión en el sector laboral es esencial para el trabajador, pues se centra en la persona como eje fundamental, teniendo en cuenta las capacidades y/o habilidades y dificultades individuales, ejerciendo estrategias dirigidas hacia la prevención de riesgos, accidentes de trabajo y enfermedades laborales, por medio de inspecciones puestas en marcha, como entrevistas, aplicación de métodos de evaluación, realización de análisis de puestos de trabajo, capacitaciones/sensibilizaciones y/o actividades terapéuticas.

Los estudiantes de práctica de TO realizaron casos clínicos con los trabajadores asignados desde la Oficina de Seguridad y Salud en el trabajo, aplicando una encuesta que permitió conocer sus necesidades y expectativas. Posteriormente, efectuaron el análisis del puesto de trabajo por medio de la evaluación goniométrica y, de manera simultánea, la aplicación del método específico de evaluación para cada caso.

Al finalizar el proceso, realizaron un plan casero que contenía diferentes actividades encaminadas a mejorar las condiciones del trabajador.

**Tabla 1**

*Casos clínicos por cargo laboral*

Proceso	Cargo	# Total	%
Administrativo	Docencia	5	31,25 %
	Auxiliar administrativo	2	12,5 %
Servicios Operacionales	Servicios Generales	8	50 %
	Conductor	1	6,25 %
Total		16	100 %

Por otra parte, a partir de la asignación de fechas, llevaron a cabo 14 infografías, elaboradas por los estudiantes y publicadas semanalmente en la cartelera principal de la Oficina de Seguridad y Salud en el trabajo.

**Tabla 2***Infografías*

<b>Infografía planeadas</b>	<b>%</b>	<b>Infografías ejecutadas</b>	<b>%</b>
16	100 %	14	87,5 %

Otra de las estrategias implementadas durante el primer semestre de 2022 fue la llamada *Escuela de Mano*, la cual se desarrolló en cuatro fases, donde realizaron actividades como la sensibilización sobre la anatomía de la mano y sus funciones y, cómo cuidar este segmento corporal, ya que los trabajadores se exponen a padecer lesiones osteomusculares por el desarrollo de movimientos repetitivos, sobreesfuerzos u otro tipo de actividades, razón por la cual también se suministró un video elaborado por los estudiantes, donde se recopiló una serie de estiramientos previos a cualquier actividad de tipo laboral, con el fin de preparar al segmento corporal para el desarrollo de la tarea diaria. Por último, se trató el tema de la estética de la mano, teniendo en cuenta que también es un aspecto fundamental y, por tanto, entregaron recomendaciones para mantenerla hidratada periódicamente. Cabe resaltar que, en cada fase llevaron a cabo actividades lúdicas donde se involucraba el movimiento de la mano, con el fin de fortalecer los grupos musculares de este segmento.

**Tabla 3***Participación escuela de mano*

<b>Bloques</b>	<b># de participantes</b>	<b>Femenino</b>	<b>%</b>	<b>Masculino</b>	<b>%</b>
Madre Caridad	36	19	53 %	17	47 %
Santa Clara	18	13	72 %	5	28 %
María Inmaculada	22	11	50 %	11	50 %
San Francisco	11	6	55 %	5	45 %
San Buenaventura	28	12	43 %	16	57 %
Jesús de Nazaret	12	9	75 %	3	25 %
Proyección Social	4	3	75 %	1	25 %
Total	131	73	56 %	58	44 %

Las sensibilizaciones efectuadas en la práctica siempre tuvieron como objetivo, fomentar la toma de conciencia respecto a temas específicos, como: prevención de accidentes de trabajo de origen biomecánico, manejo manual de cargas, programa de orden y aseo, riesgo biológico y sus medidas de prevención y, cuidado de la voz, que fue una de las sensibilizaciones con mayor participación por parte de la población trabajadora. Durante el desarrollo de este tipo de actividades, además de brindar la información pertinente al tema, se incluyó estrategias lúdicas, creando espacios de esparcimiento y, de esta manera, generando mayor aprendizaje.

Además de lo mencionado, se brindó apoyo durante la celebración de la ‘Semana de seguridad y salud en el trabajo’; entre las actividades de mayor impacto se encuentra la campaña contra riesgo de caídas, dirigida a toda la comunidad universitaria, considerando múltiples factores, como: las condiciones de la planta física, la época de lluvias y el afán, como una constante de la mayoría de las personas que circulan dentro de la universidad, lo cual genera un riesgo más alto de que se materialice el evento, llevando a ocasionar entre lesiones leves hasta incapacidades, dependiendo de la magnitud del suceso.

Durante la campaña se dio a conocer las principales causas que pueden generar caídas, donde se mostró los actos y las condiciones inseguras presentes dentro de las instalaciones de la universidad, por medio de un mosaico de imágenes que dejaban ver la realidad frente a esta situación. También, se informó acerca de las consecuencias que pueden sufrir las personas por una mala caída y, se brindó las recomendaciones para prevenirlas. Finalmente, se realizó una actividad en la cual se evaluaba lo aprendido en la charla.



**Tabla 4***Participación Campaña contra riesgo de caídas*

<b>Bloque</b>	<b># Total de personas</b>	<b>%</b>
Madre Caridad	9	13,0 %
Santa Clara	5	7,2 %
María Inmaculada	6	8,7 %
San Francisco	7	10,1 %
San Buenaventura	5	7,2 %
Jesús de Nazaret	3	4,3 %
San José	2	2,9 %
Talleres	0	0 %
Proyección Social	0	0 %
Estudiantes	32	46,4 %
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100 %</b>

Por último, pero no menos importante, la estrategia con mayor inversión en recursos (humano, físico, temporal, económico, entre otros), es el programa de ‘Pausas activas’, el cual se desarrolló diariamente por parte de los estudiantes, a quienes se les asignó unas áreas específicas y, mes a mes, debían planear las actividades a desplegar durante estos espacios. Es importantes resaltar que, en dicha planeación se debía incluir el objetivo de cada actividad, la descripción detallada de la misma, los materiales o recursos a necesitar y, los grupos musculares o los procesos mentales involucrados en su desarrollo.

**Tabla 4***Población beneficiaria de la intervención de la práctica en laboral 2022-A*

<b>Bloque</b>	<b># Total de Mujeres</b>	<b># Total de Hombres</b>	<b>Total de participantes</b>
Madre Caridad	80	62	142
Santa Clara	33	51	84
María Inmaculada	31	52	83
San Francisco	18	16	34
San Buenaventura	54	59	113
Jesús de Nazaret	35	21	56
San José	9	12	21
Talleres	0	6	6
Proyección Social	6	4	10
<b>Total</b>	<b>266</b>	<b>283</b>	<b>548</b>
<b>%</b>	<b>48,54 %</b>	<b>51,64 %</b>	<b>100 %</b>

## Conclusiones

El papel que desempeña la TO dentro del área laboral es fundamental, ya que permite abordar a una población con grandes necesidades; por ello, es trascendental tomar como prioridad, el proceso de prevención primaria, el cual permite promover el bienestar de esta población y evitar, de alguna manera, la aparición lesiones musculoesqueléticas.

Para los estudiantes del programa de TO es significativo llevar a cabo estos procesos de evaluación e intervención, dado que permiten desarrollar cualidades, aptitudes y actitudes en la población trabajadora, siendo estos aspectos, esenciales en el desempeño laboral futuro.

## Referencias

González, M. y Ledgerd, R. (2022). Carta a la editora. *Revista Ocupación Humana*, 22(Sup.), 176-179. <https://doi.org/10.25214/25907816.1441>.

