

Fecha de presentación: enero, 2022, Fecha de Aceptación: marzo, 2022, Fecha de publicación: abril, 2022

40

VALORACIÓN DE LAS MEDIDAS EDUCATIVAS EN LA MECÁNICA CORPORAL DEL PERSONAL DE SALUD EN LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS

ASSESSMENT OF THE EDUCATIONAL MEASURES IN THE CORPORAL MECHANICS OF THE STAFF OF HEALTH IN THE INTENSIVE CARE UNIT

Clara Elisa Pozo Hernández¹

E-mail: ut.clarapozo@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9204-7783>

María Clemencia Villarreal Ger¹

E-mail: ut.mariavillarreal@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0813-7629>

Zuly Ribel Nazate Chugá¹

E-mail: ut.zulynazate@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6108-4365>

¹ Universidad Regional Autónoma de Los Andes. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Pozo Hernández, C. E., Villarreal Ger, M. C., & Nazate Chugá, Z. R. (2022). Valoración de las medidas educativas en la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos. *Revista Conrado*, 18(S1), 425-431.

RESUMEN

El presente estudio fue realizado con el objetivo de implementar estrategias educativas para el adecuado manejo de la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos, Hospital Luis Gabriela Dávila, para disminuir las lesiones músculo esqueléticas, además, se enfoca en el plan toda una vida, al buscar la prevención de enfermedades en el personal de salud, debido a problemas relacionados con enfermedades músculo esqueléticas, al mismo tiempo ayuda a cumplir con el deber del estado de satisfacer las necesidades de atención de salud a los pacientes. Modalidad y métodos: estuvo enmarcado dentro de un paradigma mixto, combinando los estudios cuantitativo y cualitativo, basándose en una investigación de diseño transversal, descriptiva y correlacional, además fue un estudio de campo y bibliográfico, la población estuvo conformada por 20 profesionales de enfermería de cuidado directo, utilizando como métodos empíricos la encuesta dirigida al personal de enfermería sujeto de estudio, logrando establecer los factores y causas de este problema de salud en donde se encontró que solo el 40% conoce el concepto de mecánica corporal, y que un 90% presenta molestias o dolores músculo-esqueléticos, siendo la zona de mayor dolor la región dorso-lumbar en un 47%, seguido por el cuello en un 25% y los hombros en un 13%. Estos datos permitieron implementar estrategias educativas viables las mismas que ayudaran a solventar y disminuir la problemática identificada, ya que la propuesta está encaminada a generar capacitación, educación, promoción y prevención, acciones que hoy en día se fortalece para el bienestar y satisfacción del usuario interno y externo

Palabras clave:

Mecánica corporal, pacientes críticos, personal de enfermería, unidad de cuidados intensivos, estrategias educativas.

ABSTRACT

The present study was conducted with the aim of implementing educational strategies for the proper management of body mechanics of health personnel in the Intensive Care Unit, Hospital Luis Gabriela Davila, to reduce musculoskeletal injuries, in addition, it focuses on the plan for a lifetime, by seeking the prevention of diseases in health personnel, due to problems related to musculoskeletal diseases, at the same time it helps to fulfill the duty of the state to meet the health care needs of patients. Modality and methods: was framed within a mixed paradigm, combining quantitative and qualitative studies, based on a cross-sectional, descriptive and correlational design research, it was also a field and bibliographic study, the population consisted of 20 direct care nursing professionals, using as empirical methods the survey directed to the nursing staff subject of study, The factors and causes of this health problem were established, where it was found that only 40% know the concept of body mechanics, and that 90% present discomfort or musculoskeletal pain, with the area of greatest pain being the dorso-lumbar region in 47%, followed by the neck in 25% and shoulders in 13%. These data allowed the implementation of viable educational strategies that would help to solve and reduce the problems identified, since the proposal is aimed at generating training, promotion and prevention, actions that today are strengthened for the welfare and satisfaction of the internal and external user.

Keywords:

Body mechanics, critical patients, nursing personnel, intensive care unit, educational strategies.

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con “El Plan Nacional de Desarrollo Toda Una Vida busca promover la garantía de derechos durante todo el ciclo de vida”, Plan de medidas del Gobierno. Esto involucra una perspectiva integral e inclusiva para que todos los ecuatorianos formen parte integral del desarrollo del territorio en equidad de condiciones. El plan involucra asegurar y velar por el cumplimiento pleno y progresivo de los individuos a sus derechos, por medio de políticas públicas y programas para el desarrollo social y humano poblacional, por medio de sus fines. Tomando en cuenta el primer objetivo como es “Garantizar una vida digna con iguales oportunidades para todas las personas”. Según se establece en el Plan de medidas del Gobierno. (Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, 2017)

Es por ello por lo que la presente investigación, además se enfoca en el plan toda una vida, al buscar la educación, prevención de enfermedades en el personal de salud, debido a problemas relacionados con enfermedades músculo esqueléticas al mismo tiempo ayuda a cumplir con el deber del estado de satisfacer las necesidades de atención de salud a los pacientes y al personal de salud en la unidad de cuidados intensivos, Hospital Luis Gabriel Dávila. El Plan de Gobierno del presidente Lenin Moreno se sustenta en 12 resoluciones, de las cuales en la investigación resaltan tres: salud, trabajo y seguridad social. La inversión social, a través de la construcción de hospitales, centros de salud, fueron algunos de los avances alcanzados durante la última década, según se describe en la Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. Plan Nacional de Desarrollo. De esta manera se garantizarán los derechos de las personas durante todo el ciclo de vida gracias al trabajo y empleo digno, la garantía del derecho a la salud y educación y la universalización de servicios públicos de calidad. Hay que recordar que el Plan Nacional de Desarrollo menciona, el derecho a la salud para todos los ciudadanos, durante toda la vida, esto mediante la salud inclusiva y preventiva (Miñana-Signes, 2021).

Es importante enfocar los esfuerzos contra las enfermedades que se pueden prevenir, tomar medidas educativas y, a la vez, promover que la ciudadanía adopte hábitos saludables en conjunto estos 2 párrafos marcan la relevancia de la presente investigación en cuanto a la prevención de enfermedades profesionales en el personal de salud en la unidad de cuidados intensivos, Hospital Luis Gabriel Dávila. En España como dice Figuera, C. el estudio de maestría sobre “La mecánica corporal utilizada por el profesional de enfermería y su relación con el cuidado al paciente politraumatizado” demostró que no existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento

sobre la mecánica corporal utilizada por el profesional de enfermería que labora en la unidad de cuidados intensivos con el cuidado al paciente y técnicas de movilización del paciente.

Al tratar sobre el tema de la buena mecánica corporal se entiende como la utilización eficiente, coordinada y segura para generar el desplazamiento y conservar la estabilidad a lo largo de la actividad, es la implementación correcta del cuerpo. Al conocer sobre su concepto se debería aplicar de manera adecuada al brindar el cuidado al paciente y evitar lesiones. En Argentina Claleo, C. en su investigación “Mecánica corporal del personal de enfermería” menciona que los enfermeros del servicio de terapia intensiva tienen un nivel de conocimiento de principios de mecánica corporal es destacado y suficiente. En cuanto a la aplicabilidad se evidenció un 58% de implementación, siendo deficiente, el estudio demostró que no existe una relación entre conocimiento de principios de mecánica corporal y la aplicación de estos principios, argumentos sistematizados por (Claleo, 2018). Va a ser importante que aplique los principios de mecánica corporal en el momento de hacer intervenciones como sostener o mover usuarios u objetos con la intención de eludir que se lesione o sufra contracturas. Se necesita que el sistema nervioso y el aparato locomotor actúen de manera coordinada y para conservar la estabilidad (Siddiqui, 2021).

En Ecuador existe una serie de estudios, como el realizado por (Guevara, 2017). En su investigación “Conocimiento y aplicabilidad de la mecánica corporal y su incidencia en el área de enfermería del servicio de cuidados intensivos del Hospital General Puyo”, refiere que los profesionales de enfermería al ser el personal que está al cuidado directo del paciente es quien tiene mayor riesgo de sufrir problemas músculo esquelético, principalmente por no aplicar correctamente la mecánica corporal debiéndose esto a la falta de tiempo, mayor demanda de pacientes en el área, y la falta de autocuidado del personal. Es por esto por lo que es necesario que cada servicio debe contar con un programa de capacitaciones como guía para el personal y así se aplique adecuadamente la mecánica corporal.

Al hablar de mecánica corporal se debe aplicar desde lo teórico hasta lo práctico, se entiende que es promover y educar sobre el uso seguro y eficiente del grupo de músculos adecuados para prevenir lesiones en el personal que brinda cuidado directo al paciente crítico, dado que la incorrecta aplicación de técnicas puede tener como consecuencia fatiga, resbalones, desequilibrios, desarrollo de Trastornos Músculo Esqueléticos.

A decir de Mora, en su estudio “Aplicación de la mecánica corporal en el personal de enfermería durante la atención a pacientes ingresados en traumatología del área de emergencia en un Hospital General de la ciudad de Guayaquil” y sistematizado por (Guevara, 2017), mencionan que aun cuando el personal de enfermería conoce los principios de la mecánica corporal, no los aplican en su totalidad lo que genera que el personal de enfermería presente lesiones dorso-lumbares y lesiones en hombros.

Con una buena utilización de la mecánica corporal se puede disminuir el riesgo de presentar lesiones, pero el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos, al realizar el cuidado directo a pacientes críticos presenta posibles lesiones de clase músculo esquelético, lo que desfavorece a su productividad, además, esto puede provocar problemas psicosociales en el entorno laboral de la UCI. Además, en el país el tercer Plan Nacional 2013-2017, tal y como aparece mencionado en la Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. Plan Nacional de Desarrollo (Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, 2017), se desarrolló bajo el lema “todo el mundo mejor”, El Plan se creó en función de las necesidades específicas de la población ecuatoriana, y en cuanto al tema que atañe esta investigación es importante resaltar aquellos puntos que consideran la salud y la prevención.

En este campo el Estado busca, garantizar la salud a través de grandes inversiones en 4 diversas áreas de la infraestructura y los sectores estratégicos para el desarrollo, en este contexto el país invirtió más de US\$ 26 256,87 millones de los cuales la prioridad ha sido para los sectores de salud, educación, deporte, seguridad, transformación de la matriz productiva y energética.

El interés de la investigación surge ante la necesidad de evaluar la aplicación correcta de las medidas educativas para la mecánica corporal, al tratarse del funcionamiento correcto y armónico del aparato músculo esquelético en coordinación con el sistema nervioso, comprende una serie de normas fundamentales, que deben respetarse para garantizar un buen estado de salud en los trabajadores. Con el fin de evitar la fatiga o un sobre esfuerzo inútil y la consecuente aparición de lesiones en el profesional de salud y en el paciente, se han establecido los principios de la mecánica corporal.

La situación problemática de la presente investigación se manifiesta en que las condiciones de mecánica corporal en el área de unidad de cuidados intensivos tienen una prevalencia por el tipo de trabajo que se realiza diariamente con los pacientes que ingresan al servicio. A nivel mundial las 3 enfermedades más comunes sobre la

exposición a entornos laborales son dolor de espalda (37%), pérdida de audición (16%) y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (13%), lo que se encuentra en concordancia con lo planteado por Mora & Pincay (2017). Lo que genera una insuficiente aplicación de las medidas educativas.

En la unidad de cuidados intensivos al realizar actividades en el cuidado del paciente se requiere altas exigencias físicas, se conoce que una de las enfermedades más comunes en el entorno laboral a nivel mundial es el dolor de espalda es por esto la importancia de la correcta aplicación de la mecánica corporal al brindar servicio en la unidad como en la vida cotidiana. En Nicaragua, Molina, D. en su estudio “Conocimientos, actitudes y prácticas del personal de enfermería del área de hospitalización en la prevención de los riesgos músculo esquelético Hospital Central Managua octubre 2015” menciona que el estudio presento como resultado que las técnicas posturales ayudan a prevenir las hernias discales y problemas de espalda, el 93% de los estudiados presento dolor asociado a Trastornos Músculo Esqueléticos, en cuanto a la actitud 5 el 60% está consciente en como la mecánica corporal puede prevenir los riesgos músculo esqueléticos y referente a la práctica se puede decir que nadie aplica estos principios en un 100%, y lo cual se comprobó con la observación que este personal nunca pone en práctica esta acciones

Como se conoce, una de las dolencias más presentes en el personal que labora en el área de unidad de cuidado intensivo se encuentra a nivel de la espalda y al no corregir la postura en el que se brinda el cuidado al paciente con el pasar del tiempo se puede sufrir de trastornos músculo esqueléticos, conociendo que al utilizar consciente y correctamente la mecánica corporal se puede disminuir las lesiones que sufren los profesionales de enfermería. De igual forma en el Ecuador existe una gran cantidad de ausentismo laboral causado por lesiones músculo-esqueléticas así lo demuestra el estudio de (Masapanta, 2018) en su investigación “Lesiones músculo-esqueléticas detectadas en el personal profesional de enfermería del Hospital General Latacunga y su relación con la aplicación de mecánica corporal” además menciona que esta enfermedad afecta una cuarta parte de la población mundial, el estudio se enfocó en identificar las principales lesiones músculo esqueléticas en el personal profesional de enfermería relacionadas con la aplicación de mecánica corporal, concluyendo que las lesiones músculo esqueléticas en el personal de enfermería son dolores dorso lumbares en un 63%, en manos el 15%, en hombros el 12% y el 10% en tobillos y pies.

Es de suma importancia aplicar correctamente la mecánica corporal, ya que si el personal no se brinda un autocuidado eficaz se verá afectado no solo el estado físico, sino que también psicológico, ya que a largo plazo no solo se puede presentar el ausentismo por la presencia de problemas músculo esqueléticos, sino que también se pueden presentar discapacidades. Citando a Villareal, N., en su investigación "Accidentes laborales de los profesionales de enfermería que trabajan en el hospital Luis G. Dávila de la ciudad de Tulcán, provincia del Carchi, enero a marzo de 2013", se pudo identificar que los 6 accidentes laborales más frecuentes fueron las lesiones (pinchazos, cortes, golpes) en un 70% sobre esfuerzos en un 61% caídas en un 60%, accidentes por contacto con sustancias tóxicas en un 28% quemaduras en un 11%, accidentes por electricidad en un 5% y asfixias en un 0%, además este estudio muestra que estos accidentes ocurrieron en más frecuencia en los turnos de la mañana y como consecuencia de la falta de personal seguido de la rapidez al momento de realizar sus actividades. Según los resultados de Villareal, (2013).

En el hospital Luis Gabriel Dávila se brinda atención de calidad a pacientes en estado crítico, recibiendo cuidados específicos del personal de enfermería entre ellos la movilización, higiene, confort y traslado. Este grupo de profesionales con frecuencia son afectados por los trastornos músculos esqueléticos, ya que afecta directamente a la calidad de vida y produce un descenso en la calidad asistencial, laborando inadecuadamente desde el punto de vista ergonómico. La aplicación inadecuada de la mecánica corporal es un relevante factor para que existan complicaciones llegando hasta la incapacidad del personal de enfermería.

Es importante mencionar que en esta área de unidad de cuidados intensivos se ha observado con frecuencia el malestar en algunos profesionales relacionados con dolores musculares y esqueléticos, afectando principalmente la espalda, cuello, hombros y extremidades superiores e inferiores dando como consecuencias lesiones músculos esqueléticos.

Surge el interés de investigar si el personal de salud aplica correctamente los principios de la mecánica corporal en sus actividades diarias, ya que con el pasar del tiempo el personal se expone a mayor riesgo, de generar trastornos músculos esqueléticos, y con esto generar lesiones irreversibles en su salud. Y al tener conocimiento de ello se podrá generar una propuesta brindando la promoción incrementando el control sobre su bienestar y mejorar su salud, la prevención de lesiones músculo esqueléticas, reduciendo sus consecuencias y capacitación que es primordial para adquirir conocimientos, habilidades y

actitudes para poder interactuar en el entorno laboral. Por estas razones la presente investigación, busca conocer si el personal de salud en la unidad de cuidados intensivos, Hospital Luis Gabriel Dávila presenta molestias músculo esquelético y aplica la mecánica corporal en la atención a los pacientes.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para la presente investigación se asume el Paradigma mixto, según lo planteado por (Estévez, 2004. p.191-96), pues toma aspectos de la investigación cualitativa y cuantitativa, debido a que se ha realizado la investigación bibliográfica para analizar el problema identificado y además en la investigación de campo se ha determinado por medio de porcentajes la situación actual del problema identificado. Modalidad cualitativa: Permitted recolectar diferentes investigaciones relacionadas con la incorrecta aplicación de la mecánica corporal y sus consecuencias, observando la situación actual en la que están expuestos, se utilizó para la interpretación de datos revelando que en el área de la unidad de cuidados intensivos el personal de enfermería ya presenta lesiones músculo esqueléticas. Modalidad cuantitativa: Permitted expresar los resultados de los instrumentos de investigación en número ya que se orientó a la recolección de datos y uso de la estadística mediante la utilización de los instrumentos de la encuesta y cuestionario ya que se obtuvieron resultados mediante un análisis e interpretación del riesgo de sufrir trastornos músculo-esqueléticos.

Se realizó un diseño transversal: Se emplea este tipo de diseño no experimental porque permitirá la recopilación de datos en un momento dado mediante la encuesta, describiendo además su variable independiente como riesgo laboral y su variable dependiente como trastornos músculo esqueléticos.

En este estudio se tuvo como población y muestra Población: los 20 licenciados/as de enfermería: No se toma muestra, ya que se trabajó con el total de la población 20 licenciados/as del personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos porque realizan atención directa al paciente en todo momento y en ellos se corre el riesgo de que se produzcan molestias músculo-esqueléticas. Por lo que se realizó un estudio poblacional.

Es importante señalar que todos los participantes dieron su consentimiento de participar en la investigación y recibieron toda la información necesaria, según los postulados de la declaración de Helsinki para la realización de investigaciones con seres humanos.

El diseño metodológico de la investigación se concibe basado en el paradigma asumido y para su

desarrollo se utilizan diferentes métodos teóricos, empíricos, matemático-estadísticos.

Métodos teóricos

Método analítico – sintético

Este método es un procedimiento que permitirá llevar a cabo el desarrollo de la investigación de forma ordenada y sistémica, el análisis permitió describir y mostrar el fenómeno en este caso la mecánica corporal, utilizando esta información en el desarrollo del marco teórico y en el planteamiento de la propuesta descomponiendo un todo en partes pequeñas.

Método inductivo – deductivo

Este método se utilizó para el análisis de información de lo general a lo particular y viceversa, ayudando a plantear el problema y por medio de esta norma se podrá llegar a la formulación de la propuesta con el fin de disminuir la generación de trastornos músculo esqueléticos, al analizar dichas bases teóricas se puede plantear conclusiones y recomendaciones universales.

Método histórico - lógico

Este método se utilizó para analizar científicamente estudios por otros autores planteándose en los antecedentes de la investigación, comparando con hechos actuales sobre la incorrecta aplicación de la mecánica corporal, su incidencia y sus complicaciones como son los trastornos músculo esquelético, con el propósito de estructurar la propuesta y solucionar el problema para brindar un mejor bienestar en su salud.

Métodos Empíricos

Observación científica: Este método tiene como propósito de agrupar información relevante, planificada y bien definida que aporte a la investigación en estudio, para identificar como incide la incorrecta aplicación de la mecánica corporal en el personal de enfermería y así plantear soluciones.

Técnicas Encuesta: Se realizó al personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos con la finalidad de recopilar información sobre los riesgos por la mala aplicación de la mecánica corporal.

Instrumentos Cuestionario: Para la aplicación de la respectiva encuesta se planteó un cuestionario de preguntas cerradas mediante herramientas online al personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos del Hospital Luis Gabriel Dávila, facilitando la información y

así conocer las consecuencias de una mala aplicación de la mecánica corporal.

Métodos estadísticos matemáticos

Se utilizó la estadística descriptiva, particularmente la distribución de frecuencia absoluta y relativa, donde se analizan cada uno de los resultados de la pregunta de la encuesta en cantidad y porcentaje. Lo cual permite hacer una descripción cualitativa de los resultados obtenidos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En este apartado se realiza un análisis de la valoración de los licenciados/as de enfermería que laboran en los cuidados intensivos, respecto al cumplimiento de las medidas educativas en la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos.

Valoración de la estadística descriptiva

Pregunta 1 Realizan ustedes de forma sistemática las medidas educativas para la prevención del dolor en la espalda durante su estancia por la sala de cuidados intensivos.

Al tabular los resultados de la pregunta 1 de la encuesta se construye el gráfico 1. Donde se observa una minoría de los encuestados son los que realizan de forma sistemática las medidas educativas (3 para un 30%). Mientras que la mayoría de ellos (7 para un 70%), no lo hacen, aunque las conocen. Pues el 100% en intercambio con ellos las mencionaron, pero plantean que producto a la dinámica de la sala de cuidados intensivos las descuidan.

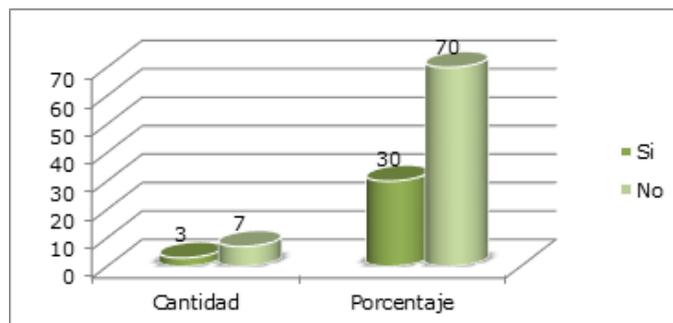


Figura 1. Resultados obtenidos en la pregunta 1 de la encuesta aplicada.

Pregunta 2 Realizan acciones para la educación respiratoria durante su estancia por la sala de cuidados intensivos

Al valorar los resultados de la pregunta 2 de la encuesta se realiza el gráfico de 2, donde se reflejan resultados similares a los de la pregunta anterior, pues la mayoría de los investigados (9 para un 90%), manifestó no realizar de forma sistemática acciones para la educación respiratoria durante su estancia por la sala de cuidados intensivos.

Solo 1 para un 10% lo realiza, además manifestaron que conocían que esto era muy importante para prevenir las complicaciones derivadas de la mecánica corporal.

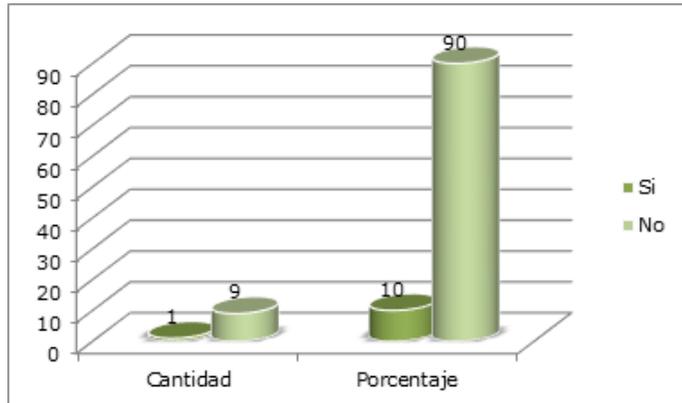


Figura 2. Resultados obtenidos en la pregunta 2 de la encuesta aplicada.

Pregunta 3 Toman medidas para prevenir las posturas inadecuadas durante su estancia en la sala de cuidados intensivos

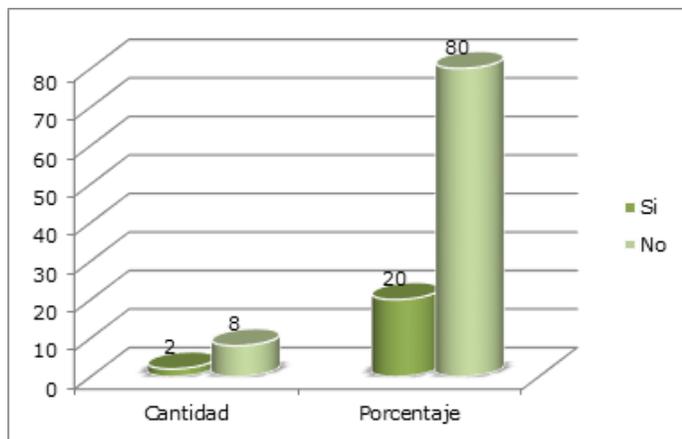


Figura 3. Resultados obtenidos en la pregunta 3 de la encuesta aplicada.

Al observar el gráfico 3, se puede plantear que también existe poco nivel de aplicación de las medidas para prevenir las posturas inadecuadas durante su estancia en la sala de cuidados intensivos. Pues únicamente 2 profesionales para un 20% las aplica de forma sistemática. Mientras que el resto que a su vez son mayorías (8 para un 80%), no las aplica.

Por lo que puede plantear que se debe seguir profundizando en investigaciones que potencien la aplicación de las medidas educativas para prevenir la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos. Para lo cual se debe tener en cuenta buscar

el espacio y tiempo apropiado, pues el 100% de los participantes en esta investigación refirieron que esta es la principal causa de la no aplicación.

on la propuesta planteada se accedió al personal de enfermería para recibir información sobre mecánica corporal y la importancia de la aplicación de los principios, ya que el personal de enfermería es un ente importante para el cuidado directo del paciente crítico y con esta información se disminuirá la presencia de trastornos músculo esqueléticos, brindando bienestar al personal mediante estrategias educativas como son las charlas educativas, presentación de material audiovisual, entrega de trípticos, foros, mesas redondas, talleres teórico-prácticos y la aplicación del cuestionario nórdico de Kuorinka, constando dentro de cada estrategia y tareas, la relación con el tema de investigación, pero sobre todo haciendo énfasis en el problema identificado en la población de estudio, como es el personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Luis Gabriel Dávila.

A continuación, se realiza un análisis de algunas de las fuentes bibliográficas encontrado y que tienen un vínculo estrecho con la presente investigación. Los que se comparan con los resultados derivados de la presente investigación.

Según los resultados de Arteaga, et al. (2004), significan que los profesionales de la salud deben aprender y ejecutar los principios de la mecánica corporal que significa sencillamente usar todo el cuerpo de forma equilibrada, de modo que proporciona máxima eficacia y mínimo esfuerzo, siendo esto un mantenimiento preventivo de la salud corporal. Estos aspectos son compartidos en la presente investigación y a su vez se revela que las medidas educativas desempeñan un rol importante en la prevención de la mecánica corporal.

Por otra parte, los resultados de los investigadores (Moya, 2013) en su estudio tuvieron una muestra de 22 licenciadas (os) en enfermería y de 17 auxiliares de enfermería; 56% está representado por licenciados/as de enfermería y el 44% por auxiliares de enfermería; lo que significa que los profesionales de enfermería poseen el conocimiento y fundamentación científica sobre la mecánica corporal. Sin embargo, no realizan de forma sistemática las medidas educativas para su prevención.

Este resultado es muy similar al obtenido en esta investigación, pues en nuestro estudio el 100% del profesional encuestado manifestó si conocer las medidas educativas y las consecuencias de su no aplicación. Pero a su vez reflejaron que la dinámica de una sala de cuidados intensivos no les permite su realización. Por lo que esta es la principal causa que genera esta problemática y así deben dirigirse los blancos investigativos (Madhavi, 2021).

(Sarango, 2013) realizó con una muestra de 13 enfermeras donde reveló que un 46 % padece de dolores lumbares, mientras que un 30 % manifiesta que padece de dolor en 2 regiones distintas del cuerpo que son a nivel cervical y lumbar, asimismo el 92 % responde que solo habitualmente hace uso de la mecánica corporal. Estos resultados revelan al igual que el nuestro el pobre empleo de las medidas educativas.

Por otra parte, los resultados de (Frontado & Rodríguez, 2015) apuntan hacia que, en el servicio de Emergencia, de total de 31 enfermeras, solo el 14% hacen uso correcto de la mecánica corporal y el 86% su uso es incorrecto. Estos resultados son muy similares a los obtenidos en esta investigación, por lo cual se aprecia que es necesario establecer tiempo y correcta aplicación de medidas educativas a los profesionales de enfermería de las salas de cuidados intensivos (José & Jacob 2021).

CONCLUSIONES

La fundamentación teórica fue muy importante, ya que permitió conocer sobre las complicaciones en la mala aplicación de la mecánica corporal, tomando en cuenta temas de salud ocupacional, trastornos musculo esqueléticos y estrategias educativas en base científica.

El diagnóstico sobre la situación actual sobre las lesiones músculo esqueléticas existentes en el personal de enfermería en la Unidad de cuidado Intensivos fue indispensable para evidenciar el total de la población lo que establece que el 90% ha sufrido molestias de esta índole, siendo la zona de mayor dolor la región dorso lumbar en un 47%, en un 25% el cuello y hombros el 13% mismas que se identificaron a través de la encuesta.

El diseño de la propuesta beneficiara al personal de enfermería de esta área con estrategias educativas mediante material didáctico e información comprensible que ayudara a fortalecer la práctica de mecánica corporal y brindar un tratamiento con el fin de prevenir la generación de trastornos músculo-esqueléticos derivados de la aplicación incorrecta de los principios de la mecánica corporal.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cleao, C. (2018). Mecánica corporal del personal de enfermería (Bachelor's thesis, Universidad Nacional del Comahue. Facultad de Ciencias del Ambiente y la Salud.).
- Frontado Quiroz, K. R., & Rodríguez Gutiérrez, M. M. (2015). Uso de la mecánica corporal en enfermeras del Servicio de Emergencia del Hospital Belén de Trujillo. (tesis de grado Universidad Privada Antenor Orrego).
- Guevara J. (2017) conocimientos y aplicabilidad de la mecánica corporal y su incidencia en el area de enfermería del servicio de cuidados intensivos del hospital general puyo. tesis de grado Universidad Regional Autónoma de Los Andes.
- José, A., & Jacob, J. (2021). A study to assess the effect of workshop on knowledge regarding learning disabilities among nurses working in selected institutions at Kottayam. *International Journal of Advances in Nursing Management*, 9(1), 46-48.
- Madhavi, G (2021). A Study to assess the Emotional competence among nursing students of selected nursing colleges in Maharashtra. *International Journal of Nursing Education and Research*, 9(2), 144-148.
- Masapanta A. (2018) lesiones musculoesqueléticas detectadas en el personal profesional de enfermería del hospital general latacunga y su relación con la aplicación de mecánica corporal. (tesis de grado Universidad Técnica de Ambato). <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/28677>.
- Miñana-Signes, V. (2021). Teaching Back health in the school setting: a systematic review of randomized controlled trials. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1-18.
- Mora JD, Pincay MR. (2017) Aplicación de la Mecánica Corporal en el personal de traumatología del área de emergencia en un Hospital General de la ciudad de Guayaquil. Tesis de grado. Guayaquil: universidad católica de Santiago de Guayaquil.
- Moya P. (2013) ergonómicos en el personal de enfermería que labora en los servicios de medicina interna, emergencia, cirugía /traumatología y quirófano en el hospital San Luis de Otavalo. (Tesis de Licenciatura Universidad Técnica del Norte).
- Sarango ML. (2013) Aplicación de la mecánica corporal en el personal de enfermería que labora en el área de terapia intensiva del Hospital Provincial General Docente. (Tesis de Licenciatura Universidad Nacional de Chimborazo).
- Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. (2017). Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021-Toda una Vida. Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo.
- Siddiqui, A. (2021). Nature-inspired solutions to bluff body aerodynamic problems: a review. *Journal of Mechanical Engineering and Sciences*, 15(2), 8095-8140.