

Capítulo 2. Practicas seguras en Medicina

Ivanoba Pardo Herrera, Teresa del Rocio Pedroza y Catalina Estrada González

El perfil ocupacional del futuro profesional de medicina debe tener competencias con una sólida formación humanística, filosófica, científica y social de la relación médico-paciente; con actitud crítica, con liderazgo, autonomía y autorregulación; proyectado a la persona, la familia y la sociedad, para reconocer, interpretar e intervenir de manera individual, interprofesional e interdisciplinar, los determinantes biológicos, ambientales y sociales de la salud. Debe reconocer situaciones de salud y tomar decisiones al actuar, desde la función de la promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación en sus expresiones individual y colectiva, según sean los ámbitos de su desempeño profesional (9,10) en el que podrá intervenir como se describe en el Cuadro 2.

Cuadro 2. Tipo de desempeño del médico

Médico general integral	Cargos de carácter científico o directivo tanto en instituciones públicas como privadas
En consulta externa, urgencias y con pacientes hospitalizados en instituciones de baja, mediana y alta complejidad, conociendo y aplicando sus conocimientos en tecnologías y procedimientos del más alto nivel para tomar decisiones. Sus conocimientos fuertes en las áreas básicas clínicas como medicina interna, pediatría, ginecología, cirugía y salud mental le permitirán desempeñarse con idoneidad en esos diferentes departamentos, pilares de las instituciones de salud.	Podrá desempeñarse en diferentes cargos gubernamentales o en empresas privadas; debe tener liderazgo y conocimiento crítico de las implicaciones de las nuevas políticas de salud, liderando cambios en el sector que promuevan un mejor estilo de vida. El enfoque hacia la medicina familiar del actual modelo de salud, le permitirá tener una visión integral del proceso de crecimiento y desarrollo de los miembros de la familia en cada uno de sus ciclos vitales para desempeñarse con idoneidad en este ámbito de la salud.

Fuente: Ministerio de Salud y Protección Social. Perfil y Competencias Profesionales del Médico en Colombia. Colombia 2014 (9). Universidad Santiago de Cali. Perfil ocupacional del programa de medicina (10)

Procesos por competencias en medicina

Los procesos son la secuencia de procedimientos que se encadenan de manera ordenada y predefinida de acuerdo con los objetivos a alcanzar en la prestación del servicio o producción (11). En estos los estudiantes y docentes de las diversas disciplinas se ven expuestos al riesgo ocupacional, entendido como la probabilidad de exposición a cualquiera de los factores de riesgo o peligro durante

el desarrollo de las prácticas formativas o actividades a realizar, como requisito para culminar sus estudios u obtener un título o certificado de técnico laboral por competencias, que lo acreditará para el desempeño laboral. En los escenarios donde se realiza la práctica o actividad los peligros a los que se exponen pueden producir enfermedades o accidentes y son inherentes a su proceso de formación; hoy en día están protegidos por el Sistema General de Riesgos Laborales según el Decreto 055 del 2015, el Decreto 1295 de 1994, la Ley 1562 del 2012, el Decreto 1443 del 2014 y el Decreto 1072 del 2015. (1,4,5,6,12) tal como se describe en el Diagrama 1.

Diagrama 1. Competencias del profesional de medicina



Fuente: Ministerio de Salud y Protección Social. Perfil y Competencias Profesionales del Médico en Colombia. Colombia 2014 (9)

Cada uno de los procesos a su vez se ve reflejado en un conjunto de acciones acorde a las competencias establecidas, que a continuación se describen en los cuadros 3 y 4, procesos asistenciales; cuadros 5 y 6 procesos comunitarios; cuadros 7 y 8 procesos de gestión; cuadros 9 y 10 procesos de investigación, en donde se enfrentan a peligros de acuerdo a la criticidad de la acción realizada.

Cuadro 3. Descripción de competencias del estudiante en el proceso asistencial en medicina

Proceso asistencial	
<p>Diagnóstico presuntivo, diferencial y definitivo de la condición de salud desde los determinantes sociales del individuo, la familia y la comunidad. Utiliza e interpreta las ayudas diagnósticas. Orienta la valoración y seguimiento del paciente por otros profesionales desde criterios de oportunidad, calidad y seguridad en la atención. Realiza anamnesis y examen físico completo atendiendo características biopsicosociales de la persona. Evalúa integralmente el paciente crítico y categoriza las urgencias médicas y quirúrgicas para orientar prioridades en la atención. Individualiza las condiciones de salud, interpretando los fenómenos biológicos, psicológicos y sociales que influyen en el proceso patológico, de acuerdo con los conceptos universales de la medicina y características de contexto particular en cada caso</p>	 <p>Fuente: Autores</p>
<p>Tratamiento integral y continuo a las personas con alteraciones de salud y tratamiento inicial según ciclo vital y contexto familiar y comunitario, en situaciones o alteraciones agudas y crónicas complicadas. Selecciona las formas de intervención según la severidad del diagnóstico y la evaluación del riesgo-beneficio y costo-beneficio de la intervención. Realiza reanimación cardiopulmonar/cerebral, decide el alcance de su intervención y la necesidad de movilizar otros recursos del sistema, en el marco de su autonomía y autorregulación profesional. Ejecuta procedimientos médicos y quirúrgicos indispensables para la atención inicial de emergencias médicas Prescribe el manejo terapéutico para el individuo y la comunidad, con indicaciones precisas y oportunas, atendiendo las características, necesidades y expectativas del individuo, la familia y la comunidad.</p>	 <p>Fuente: Unidad de Comunicación USC</p>
<p>Rehabilitación. Obtener la mayor recuperación de una persona discapacitada en los aspectos funcional, físico y mental, para promover su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás miembros de la comunidad. Establece el pronóstico inicial y orienta el curso de rehabilitación necesario en los pacientes que lo requieran. Elabora el plan básico de rehabilitación integral para el individuo, orientado a la solución de problemas concretos y objetivos preestablecidos, de acuerdo con su realidad física, psíquica y la de su entorno sociocultural y económico. Coordina el equipo del nivel básico de atención, que provee las acciones conducentes a la recuperación del paciente o paliación de su situación. Optimiza los recursos interdisciplinarios e intersectoriales para la rehabilitación del paciente.</p>	 <p>Fuente: Autores</p>

Fuente: Competencias del Médico en Colombia (3,9)

A diario en las prácticas formativas, los estudiantes realizan su rol en íntimo contacto con las mucosas, sangre y fluidos corporales de numerosos pacientes, por tanto, existen múltiples posibilidades de transmitir y contraer enfermedades infecciosas durante la asistencia médica, ya que su campo de acción es en áreas y procedimientos muy contaminados. Por esto se hace imperativo que los estudiantes identifiquen las áreas de acuerdo a su nivel de riesgo de contaminación (13) como se clasifican en el Cuadro 4.

Cuadro 4. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso asistencial en medicina

Proceso asistencial		
Áreas de alto riesgo o Críticas	Áreas de riesgo intermedio o semicríticas	Áreas de bajo riesgo o no críticas
Contacto directo y permanente con sangre u otros fluidos corporales a los cuales se aplican las normas de precaución universal	Actividades cuyo contacto con sangre no es permanente, pero exigen al realizar el procedimiento, la aplicación de las normas de bioseguridad	Actividades que no implican por sí mismas exposición a sangre
<ul style="list-style-type: none"> • Áreas de cirugía • Hospitalización en general • Unidades de cuidados intensivos y recién nacidos • Unidades de quemados • Salas de parto y ginecobstetricia • Unidades sépticas • Unidades de diálisis • Urología • Servicio de urgencias • Manejo de residuos sólidos hospitalarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Áreas de consulta externa • Áreas de consulta especializada • Esterilización • Fisioterapia • Rayos X de hospitalización • Áreas de preparación de soluciones entéreales y parenterales • Servicios de alimentación 	<ul style="list-style-type: none"> • Áreas administrativas. • Pasillos • Salas de Espera • Farmacia • Oficina de nutrición

Fuente: Ministerio de Salud. Dirección General de Promoción Y Prevención Programa Nacional de Prevención y Control de las ETS/VIH/SIDA. Conductas básicas en bioseguridad: manejo integral. Protocolo Básico para el Equipo de Salud.

Cuadro 5. Descripción de competencias del estudiante en el proceso comunitario

Proceso comunitario	
<p>Promoción de la salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utiliza técnicas educativas para promover estilos de vida saludable en las personas, la familia y la comunidad • Participa en la ejecución de programas de salud pública de acuerdo con lineamientos técnicos y políticas públicas de salud • Crea entornos favorables para la promoción de la salud del individuo, de la familia y de la comunidad • Fomenta los espacios y mecanismos de participación social para la identificación e intervención de las necesidades en salud y sus determinantes • Optimiza los recursos intersectoriales para mejorar las condiciones de salud, del individuo, la familia y la comunidad 	 <p>Fuente: Autores</p>

Continuación Cuadro 5.

<p>Prevención de la enfermedad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realiza acciones encaminadas a evitar la enfermedad, retardarla, o atenuar sus consecuencias, según la evidencia científica, condiciones y características de la población • Participa en el diseño y desarrollo de programas de salud orientados a prevenir las enfermedades • Participa en los programas para la detección precoz de enfermedades • Promueve las acciones sectoriales, transectoriales y comunitarias para la prevención y atención integral, humanizada y de calidad desde los enfoques de derechos, de género y diferencial • Participa en las acciones del Sistema de Vigilancia en Salud Pública. 	 <p>Fuente: Autores</p>
---	---

Fuente: Competencias del Médico en Colombia. (3,9)

Igualmente durante los procesos comunitarios que realizan en las prácticas formativas, el rol de los estudiantes es estar en íntimo contacto con el individuo, la familia y la comunidad, por tanto, se exponen a otros peligros generados por el propio contexto los cuales aumentan la posibilidades de que les suceda un accidente durante las prácticas, diferente a la transmisión o la posibilidad de contraer enfermedades infecciosas en el componente asistencial, ya que el campo de acción es en zonas, instituciones, áreas y procedimientos que en su gran mayoría no están contaminados. Por esto deben conocer los riesgos a los que se pueden ver expuestos en el desarrollo de éstas acciones.

Cuadro 6. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso comunitario

Proceso comunitario		
Áreas de alto riesgo	Áreas de riesgo intermedio	Áreas de bajo riesgo
Presencia en zonas de riesgo y en las que pueden entrar en contacto directo con fluidos corporales a los cuales se deben aplicar las normas de precaución universal	Actividades cuyo contacto directo con fluidos no es permanente, pero exigen al realizar el procedimiento y la aplicación de las normas de bioseguridad	Actividades de información, comunicación y educación
<ul style="list-style-type: none"> • Áreas endémicas • Manejo de residuos sólidos • Zonas insalubres 	<ul style="list-style-type: none"> • Programa de hipertensión • Programas para diabetes 	<ul style="list-style-type: none"> • Instituciones educativas • Hogares maternos • Hogares geriátricos • Espacios públicos

Fuente: Ajustado de Ministerio de Salud. Dirección General De Promoción y Prevención Programa Nacional de Prevención y Control de las ETS/VIH/SIDA. Conductas Básicas en Bioseguridad: Manejo Integral. Protocolo Básico para el Equipo de Salud

En los procesos de gestión, aunque se clasifican de bajo riesgo, es probable que se generen riesgos mayores por el interés de las partes interesadas en el proceso; es por esto que las autoras lo clasifican en riesgo medio y bajo, sin dejar de lado que estos procesos pueden llevar a peligros catastróficos porque el personal debe desplazarse a zonas de difícil acceso o con inseguridad ciudadana.

Cuadro 7. Descripción de competencias del estudiante en el proceso de gestión

Proceso de gestión	
<ul style="list-style-type: none"> • Diseña la prestación de servicios de salud optimizando la acción interdisciplinaria, intersectorial y la participación comunitaria, con base en criterios de suficiencia, calidad, oportunidad y costo-beneficio para la población • Interviene en diferentes escenarios del nivel nacional y local para la articulación de acciones que fortalezcan los servicios de salud y las acciones de salud pública • Implementa planes, programas y proyectos en salud con base en decisiones técnicas, científicas, tecnológicas y administrativas, que favorezcan la salud y la rentabilidad social • Evalúa en todos los procesos, los componentes e intervinientes de la calidad de los servicios de salud individual, familiar y colectiva, de acuerdo con resultados en salud esperados y criterios de calidad y eficiencia establecidos 	 <p>Fuente: Unidad de comunicación USC</p>

Fuente: Competencias del Médico en Colombia (3,9)

Cuadro 8. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso de gestión

Proceso de gestión	
Áreas de riesgo intermedio Actividades en zonas de inseguridad ciudadana y con intereses de algunos actores	Áreas de bajo riesgo Actividades de gestión
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de Programas • Acuerdos políticos, económicos y sociales 	<ul style="list-style-type: none"> • Instituciones gubernamentales • Instituciones hospitalarias • Instituciones educativas • Hogares maternos • Hogares geriátricos • Espacios públicos

Fuente: autores. Revisión documental. Cali. 2016

Cuadro 9. Descripción de competencias del estudiante en el proceso de investigación

Proceso de investigación	
<ul style="list-style-type: none"> • Gestiona conocimientos para la comprensión y solución de las necesidades y problemas de salud que procuren el mejoramiento de la prestación de los servicios de salud y el desarrollo de la profesión • Identifica los problemas de salud en los ámbitos políticos, social administrativo y tecno científico • Propone procesos de investigación que promuevan la solución de problemas de salud y los problemas de la profesión • Aplica métodos científicos y asume un pensamiento crítico para resolver problemas relacionados con la salud, integrando lo científico y lo tecnológico en su contexto social • Interpreta textos científicos para resolver problemas 	 <p>Fuente: Unidad de comunicación USC</p>

Continuación Cuadro 9.

<ul style="list-style-type: none"> • Participa en equipos interdisciplinarios de investigación para la caracterización de problemas y creación de conocimiento en diferentes ámbitos • Participa en el diseño e implementación de sistemas de información con base en referentes nacionales e internacionales • Realiza investigación acorde con los principios bioéticos, legales y metodológicos establecidos • Asegura la apropiación social de los resultados de la investigación en el contexto disciplinar 	
--	--

Fuente: Competencias del Médico en Colombia. (3,9)

En los procesos de investigación se pueden manejar todos los niveles del riesgo; dependiendo del tipo de investigación, es probable que se generen riesgos mayores por el interés de las partes interesadas en el proceso, es por esto que las autoras lo clasifican en riesgo alto, medio y bajo, sin dejar de lado que estos procesos pueden llevar a peligros catastróficos por realizar investigación experimental o generar daño a la población y/o al medio ambiente, sumado al trabajo en zonas de alto riesgo donde el personal debe desplazarse afrontando el difícil acceso y la inseguridad ciudadana propia de cada zona.

Cuadro 10. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso de investigación

Proceso de investigación		
Áreas de alto riesgo	Áreas de riesgo intermedio	Áreas de bajo riesgo
Investigaciones a riesgo y en la que pueden entrar en contacto directo con fluidos corporales a los cuales se aplican las normas de precaución universal.	Actividades cuyo contacto directo con fluidos no es permanente pero exigen, al realizar el procedimiento, la aplicación de las normas de bioseguridad.	Actividades de información, comunicación y educación.
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de estudios experimentales • Trabajo zonas a riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de investigaciones donde se realicen valoraciones medicas • Desarrollo de estudios experimentales o no experimentales, de acuerdo al objetivo 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de estudios no experimentales

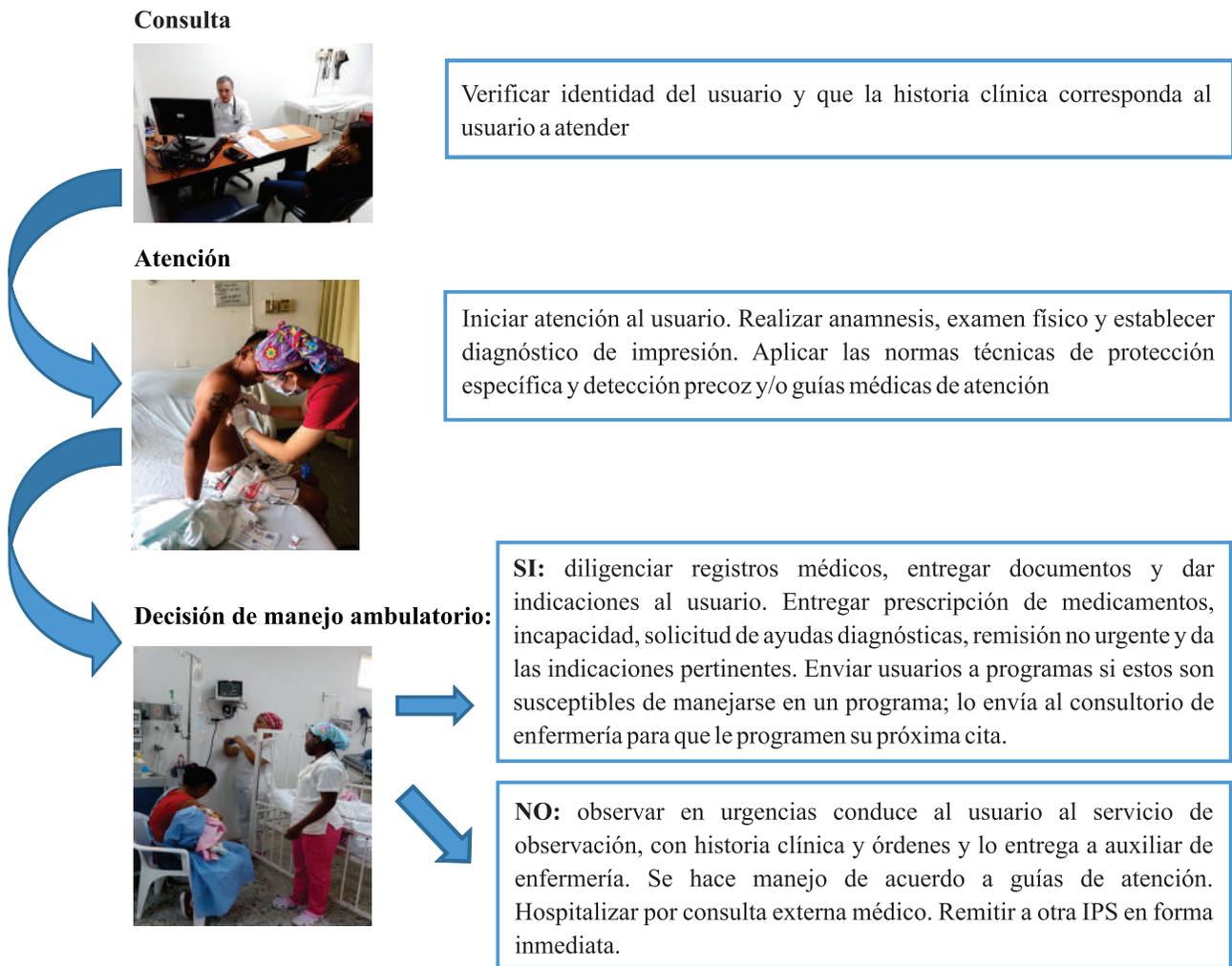
Fuente: autores. Revisión documental. Cali. 2016

A continuación en el Diagrama 2, se describe el mapa de riesgos de acuerdo a la clasificación de las áreas hospitalarias donde el medico se desempeña.

Mapa de riesgos según la clasificación de las áreas hospitalarias.

Los estudiantes de medicina en prácticas formativas se exponen a situaciones que generan peligros durante el desarrollo de las actividades que se describen en el Cuadro 11.

Diagrama 2. Mapa de riesgos según la clasificación de las áreas hospitalarias.



Fuente: Autores. Revisión documental. Cali. 2016

Cuadro 11. Situaciones de exposición a peligros en el desarrollo de actividades en la práctica formativa

Actividad	Situación de exposición
Primeros Auxilios	Contacto con sangre u otros fluidos corporales. Mordeduras y lesiones por uñas de los pacientes
Reanimación cardiopulmonar	Contacto con salida, vómito y otras secreciones corporales o laceraciones de la boca
Manipulación de ropa u objetos contaminados	Contacto con sangre o fluidos corporales, derrames accidentales, salpicaduras, aerosoles gotas
Manejo de equipos	Contacto con equipos que contengan líquidos o fluidos corporales
Atención de partos u otros procedimientos ginecobstétricos	Contacto accidental por expulsión de fluidos corporales provenientes de las pacientes
Manejo de pacientes. Trabajo con sangre o fluidos corporales contaminados	Contacto con sangre y otros fluidos corporales, salpicaduras, derrames y aerosoles

Continuación Cuadro 11.

Manejo de jeringas y agujas y material cortopunzante	Contacto e inoculación accidental con secreciones por pinchazos y cortaduras
Uso de bisturíes y otras piezas manuales.	Chuzones o cortaduras con equipos. Contacto con equipo contaminado
Manipulación de pacientes con heridas, lesiones, abrasiones de piel, heridas quirúrgicas	Contacto con sangre, fluidos y tejidos corporales
Manejo de frascos, ampollas y otros recipientes que contengan sangre o fluidos corporales	Recipientes quebrados pueden generar contacto con sangre u otros fluidos corporales
Trabajo con máquinas de diálisis y equipos que contengan sangre o fluidos corporales	Contacto accidental con material potencialmente infectado por salpicaduras, derrames y manejo de equipos manuales en procedimientos de rutina
Recolección de sangre y otros fluidos corporales	Accidentes con agujas, aerosoles, salpicaduras o derrames de sangre o fluidos contaminados

Fuente: Ministerio de Salud. Dirección General de Promoción y Prevención. Programa Nacional de Prevención y Control de las ETS/VIH/SIDA. Conductas Básicas en Bioseguridad: Manejo Integral. Protocolo Básico para el Equipo de Salud.

A continuación se describen los peligros, sus fuentes generadoras, los efectos y las medidas de prevención para atenuar y mitigar el riesgo, de acuerdo a la priorización dada desde un previo análisis de accidentalidad durante las prácticas, aclarando que estos son los peligros prioritarios pero no son los únicos; en las áreas de trabajo siempre existen diversos peligros que están controlados. En el Cuadro 12 se detalla lo correspondiente a riesgo biológico (14). Igualmente en el Cuadro 13 se presenta lo correspondiente a riesgo biomecánico; en el Cuadro 14 el riesgo psicolaboral, y en el Cuadro 15 el riesgo locativo.

Cuadro 12. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros biológicos a los que se exponen estudiantes de medicina en las prácticas formativas

Biológico			
Nombre del peligro	Fuente generadora	Efectos	Medidas de prevención
 Virus Bacterias Hongos	Exposición a fluidos corporales que pueden contener virus, bacterias, hongos, parásitos. También puede sufrir picaduras o mordeduras. Manejo inseguro de residuos sólidos hospitalarios; manipulación de material corto punzante contaminado	Depende del agente presente o potencial y del tipo de exposición: <ul style="list-style-type: none"> • Infecciones agudas • Infecciones de transmisión hematogena, aérea o por contacto de diversa severidad • Enfermedades infectocontagiosas por el tipo de labor y exposición • Inoculación directa o contacto: Hepatitis víricas. Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA). Tétanos. Herpes simple. 	<ul style="list-style-type: none"> • Garantizar esquema de vacunación • Utilizar y estandarizar el uso de barreras químicas como desinfectantes y soluciones sanitizantes. • Respetar señales de áreas de trabajo donde se encuentre el riesgo • Recibir inducción y entrenamiento en procedimientos seguros de trabajo • Utilizar los elementos de protección personal

Continuación Cuadro 11.

		<p>Por vía inhalatoria o saliva: IVTRS (infecciones víricas del tracto respiratorio superior). Mononucleosis infecciosa. Infección por Citomegalovirus. Tuberculosis. Infección por Helicobacter pylori. Conjuntivitis infecciosas: bacterianas, víricas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar las normas de bio seguridad. • Hacer uso de los guardianes de seguridad • Clasificar adecuadamente los residuos sólidos hospitalarios. <p>Cumplir los procedimientos, protocolos y guías.</p>
--	--	---	---

Fuente: autores. Revisión Documental. Cali. 2016

Cuadro 13. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros biomecánicos a los que se exponen estudiantes de medicina en las prácticas formativas

Biomecánico - Ergonómico			
Nombre del peligro	Fuente generadora	Consecuencias - efectos	Medidas de prevención
	<p>Carga Dinámica</p> <p>Posición prolongada de pie, manejo y traslado de paciente. Movimientos repetitivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Manejo de cargas y otras formas de sobre esfuerzo: fatiga, alteraciones osteo musculares como desgarros musculares, cambios degenerativos articulares, exacerbación de alteraciones previas (como hernias discales), en casos extremos fracturas o lesiones similares • Movimientos repetitivos: enfermedades por trauma acumulativo, como tendinitis, sinovitis, lesiones musculares, síndromes por atrapamiento nervioso (como síndrome del túnel del carpo), tendinitis de Quervain, en casos extremos fracturas por sobre uso o lesiones similares. Epicondilitis y tendinitis del manguito de los rotadores 	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar descansos - pausas activas • Recibir capacitación en la prevención del dolor de espalda; se basa en adquirir buenos hábitos de trabajo: la postura de trabajo, el manejo de cargas (manipulación de pacientes, traslado de equipos de ser necesario). En la prevención del dolor de espalda es fundamental adquirir un buen tono muscular mediante la realización de ejercicio aeróbico. Los estiramientos musculares, entre paciente y paciente, contribuyen a distender la musculatura afectada
	<p>CARGA ESTÁTICA</p> <p>Posición prolongada sedente, movimientos repetitivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fatiga visual, sensación de “arena en los ojos” por sequedad de la conjuntiva y córnea, definitivamente el trabajo con computador no afecta la capacidad visual, hace evidentes las alteraciones preexistentes. • Tensión y espasmos musculares 	<ul style="list-style-type: none"> • Es conveniente realizar descansos periódicos antes de que comience la fatiga o el dolor. • El puesto de trabajo debe ser diseñado para su mano dominante • Recibir capacitación en higiene postural

Continuación Cuadro 13.

		<ul style="list-style-type: none"> • Desbalance muscular por posturas prolongadas (Ej. Debilidad abdominal por postura sentada prolongada que puede desencadenar dolor lumbar secundario) • Dolores osteo musculares a diferentes niveles (cervical, lumbar, rodilla) • Problemas circulatorios, tipo várices en predispuestos • Cuadros de cefalea o dolor cervical, alteraciones osteomusculares por una suma de efectos por estrés, carga de trabajo y diseño del puesto de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Disponer de silla ergonómica • Sentarse con la espalda recta y los hombros relajados. • Ubicar herramientas de trabajo de modo tal que pueda alcanzarlas sin alargarse excesivamente los brazos, ni girar el tronco. • Realizar mantenimiento preventivo a la silla y a las áreas de trabajo
--	--	---	---

Fuente: autores. Revisión Documental. Cali. Año 2016

Cuadro 14. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros psicolaborales a los que se exponen estudiantes de medicina en las prácticas formativas

PSICOLABORAL			
Nombre del Peligro	Fuente Generadora	Consecuencias - Efectos	Medidas de Prevención
	<p>Gestión organizacional (tipo de contratación, falta de inducción y capacitación). Características de la organización del trabajo (comunicación deficiente, falta de tecnología) Características del grupo social del trabajo (relaciones interpersonales, atención del paciente y los familiares, trabajo en equipo débil). Condiciones de la tarea (carga mental alta, contenido de la tarea, sistemas de control deficientes, falta de definición de roles, trabajo con monotonía, etc)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Efectos generales: fatiga, alteraciones de la alimentación y el sueño, falta de interés, compromiso y motivación. • Se potencian efectos a nivel de diferentes sistemas: nervioso, cardiovascular, metabólico, digestivo, entre otros • De acuerdo con los rasgos de la personalidad se pueden presentar o exacerbar estados de ansiedad, depresión, somatización, adicciones, conductas agresivas, entre otros. • Afecta el clima organizacional, la productividad de la empresa, con efectos sobre ausentismo y accidentalidad. • Estrés laboral crónico. • Síndrome de desgaste laboral (Burnout). 	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar trabajo en equipo • Promocionar la autonomía en la realización de tareas • Establecer procedimientos de atención • Adecuar la cantidad de trabajo al tiempo que dura la jornada a través de una buena planeación. <p>Para disminuir el estrés</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mejorar la dieta y comer con regularidad • Practicar ejercicio tres veces al día durante veinte minutos • Mantener un buen hábito de sueño • Practicar ejercicios de relajación mental • Buscar tiempos para unas breves vacaciones

Fuente: autores. Revisión Documental. Cali. 2016

Cuadro 15. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros locativos a los que se exponen estudiantes de medicina en las prácticas formativas

De Seguridad - Locativos			
Nombre del Peligro	Fuente Generadora	Consecuencias - Efectos	Medidas de Prevención
	<p>Locativo (almacenamiento, superficies de trabajo, irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, caídas de objetos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Caídas a nivel del piso o de alturas • Lesiones de diversa gravedad (cortadas, abrasiones, esguinces, fracturas, etc.) • Contusiones de diversa gravedad • Se potencian otros riesgos (químicos, incendio o explosión, ergonómicos) • Se potencian riesgos colectivos (como incendio) • Efectos negativos sobre la motivación y productividad. • Muerte o lesiones mayores 	<ul style="list-style-type: none"> • Verifique el lugar de trabajo antes de iniciar labores (entrada de agua, energía, entre otros) • Compruebe la iluminación de las áreas • Verifique el orden y aseo del lugar de trabajo(almacenamiento) • Verifique que las vías de acceso y circulación estén despejadas • Si identifica un peligro infórmelo oportunamente • Asista a las capacitaciones sobre el tema • Cumpla con la señalización de las áreas

Fuente: autores. Revisión Documental. Cali. 2016