



ISI MEDICAL

# ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE CUIDAR LA SALUD DE TUS COLABORADORES?



# INDICE

<b>Introducción</b>	<b>03</b>
<b>Antecedentes Historicos</b>	<b>04</b>
<b>Epidemiologia</b>	<b>05</b>
<b>Causas de los accidentes de trabajo y factres de riesgo laboral.</b>	<b>07</b>
<b>Enfermedades profesionales</b>	<b>11</b>
<b>La importancia de cuidar la salud de tus trabajadores.</b>	<b>16</b>
<b>¿Cómo cuidar la salud de los trabajadores?</b>	<b>17</b>
<b>Conclusión</b>	<b>24</b>
<b>Glosario</b>	<b>25</b>

# INTRODUCCIÓN

Los hechos que ponen en riesgo la vida o la salud del hombre han existido desde siempre.

En consecuencia, también desde siempre, el hombre ha tenido la necesidad de protegerse. Pero cuando estos hechos o condiciones de riesgo se limitan al trabajo, históricamente, el tema de la producción ha recibido mayor importancia que el de la salud y seguridad.

El día de hoy, ISI Medical se ha hecho la pregunta, **¿Por qué es importante cuidar la salud de tus colaboradores? Y la respuesta a la que hemos llegado es muy simple: Porque la salud, el bienestar y la felicidad de las personas es muy importante en el ámbito laboral, un empleado sano y feliz rinde más, sufre menos bajas laborales y, en último término, es más productivo, por lo tanto, es más rentable.** Procurar la salud de los empleados es también una gran oportunidad; permite diseñar estrategias para que un grupo de personas pueda desarrollar unos hábitos de vida saludables incluso cuando está en el trabajo.

Sabemos que la puesta en marcha de este tipo de iniciativas no siempre es sencilla, habitualmente nos enfrentamos con dos problemas fundamentales: la falta de cultura corporativa, que hay que crear, y la escasez de medios.

Es por ese motivo, que ponemos este material en tus manos, para brindarte las herramientas necesarias e iniciar a cuidar la salud de tus trabajadores.

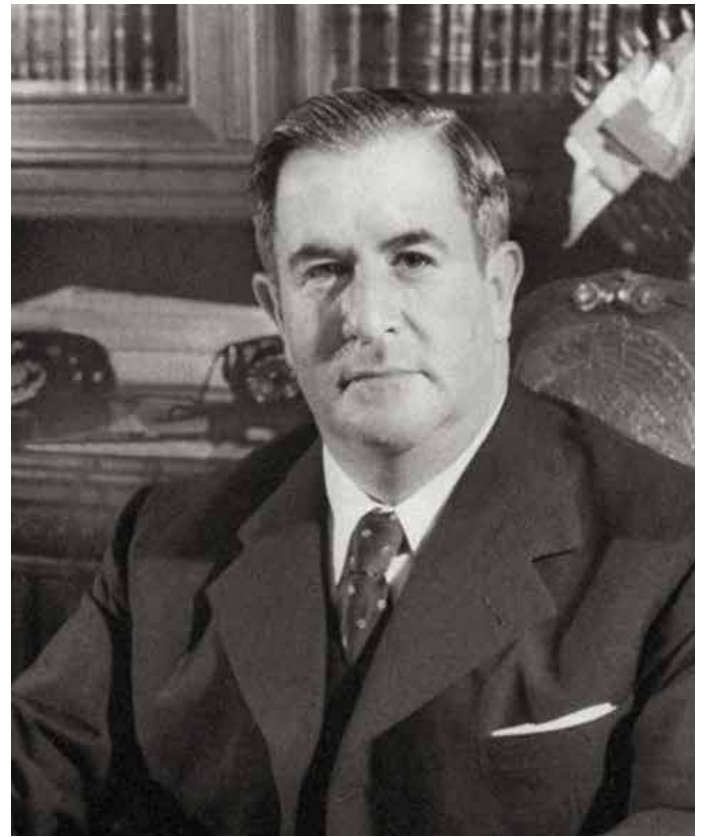


# ANTECEDENTES HISTORICOS

Las enfermedades laborales han sido reconocidas desde tiempos muy antiguos; en 1593 el **Rey Carlos II crea la Ley de Indias; la que ordena que los trabajadores trabajen únicamente 8 horas**, Galeno describió las intoxicaciones de los mineros de Chipre; durante el renacimiento, **Georg Agrícola realizó una primera división entre enfermedades laborales crónicas y agudas**; Paracelso, a mediados del siglo XVI, escribió el primer tratado de enfermedades de los mineros; y en 1733 Bernardino Ramazzini, escribió el *De morbis artificum diatriba* (discurso sobre las enfermedades de los trabajadores) con el cual se incorpora la salud ocupacional como una rama de la medicina.

La revolución industrial incorporó desde el campo a enormes masas de trabajadores hacia las fábricas, en condiciones muchas veces infrahumanas, lo que dio lugar a una amplia crítica social pero también al desarrollo de estudios e investigaciones que establecieron la relación directa entre diversas ocupaciones y la enfermedad.

**En 1940, el presidente Manuel Ávila Camacho transformo el**



**Departamento de Trabajo en la Secretaría el Trabajo y Previsión Social (STPS) y el 1 de enero de 1944 se iniciaron formalmente las actividades del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)**, desde entonces, la salud ocupacional ha tenido un enorme desarrollo en nuestro país.

A partir del 2003, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) instauró el 28 de abril como el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, con el objetivo de promover la prevención de accidentes laborales y enfermedades relacionadas con el trabajo.

# EPIDEMIOLOGIA

**A nivel mundial, anualmente ocurren aproximadamente 374 millones de lesiones relacionadas con el trabajo, que resultan en más de 4 días de absentismo laboral.** El costo diario es enorme y la carga económica de las malas prácticas de seguridad y salud se estima en un 3.94 % del Producto Interior Bruto global de cada año.

En México, actualmente, la población económicamente activa supera los 54 millones, de acuerdo con datos del INEGI.

**Según memorias estadísticas del IMSS, en 2019 ocurrieron un total de 399, 809 accidentes de trabajo, de los cuales 8,372 ocurrieron en el estado de Querétaro, 5 249 sucedieron en hombres y 3 123 en mujeres.**





Las lesiones más frecuentes fueron:

- Luxaciones, esguinces y desgarros
- Traumatismos superficiales
- Heridas.

**Las estimaciones indican que los trabajadores pasan alrededor de dos tercios de su tiempo en sus lugares de trabajo, de ahí que las condiciones en las que se labora tengan considerables efectos sobre la salud, tanto física como emocional.**

De acuerdo a la ocupación de los trabajadores más afectados son:



Demostradores y promotores



Choferes



Barrenderos y trabajadores de limpieza

# CAUSAS DE LOS ACCIDENTES DE TRABAJO Y FACTORES DE RIESGO LABORAL

En la mayoría de los casos, **los accidentes de trabajo suceden debido a las condiciones peligrosas** que existen en los equipos, maquinarias, herramientas de trabajo e instalaciones, así como por la actitud o actos inseguros de los trabajadores al realizar sus actividades.

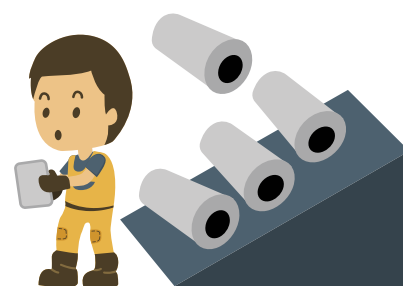
## Condiciones Peligrosas



Método de trabajo y procedimientos de trabajo incorrectos.



Defectos en los equipos, maquinarias, herramientas de trabajo e instalaciones.



Incorrecta colocación de los materiales y en mal estado.



Maquinaria y herramientas en mal estado



Instalaciones con deficiente mantenimiento



Falta de orden y limpieza en las áreas de trabajo

## Actos Inseguros



Provocar situaciones de riesgo que ponen en peligro a otras personas.



Limpiar, engrasar o reparar maquinaria cuando se encuentra en movimiento.



Llevar a cabo actividades u operaciones sin previo adiestramiento.



Operar equipos sin autorización.



Limpiar, engrasar o reparar maquinaria cuando se encuentra en movimiento.



No usar el equipo de protección personal.

## A su vez, los accidentes laborales pueden clasificarse en:

- **Daños materiales:** Objetos, útiles de trabajo, pérdidas de producción.
- **Daños de salud:** Lesiones personales, daños físicos o psíquicos a las personas.
- **Accidente de trabajo sin baja:** Aquellos en los que existe lesión, pero permite al trabajador continuar realizando su trabajo tras recibir asistencia.
- **Accidente de trabajo con baja:** Se consideran como tales aquellos accidentes de trabajo o recaídas que conlleven la ausencia del lugar de trabajo de al menos un día.



## FACTORES DE RIESGO LABORAL

Es el elemento o conjunto de elementos que, estando presentes en las condiciones de trabajo pueden desencadenar una disminución en la salud del trabajador, generalmente los efectos de estos contaminantes en el puesto de trabajo no se perciben de manera inmediata, el daño a la salud se manifiesta después de meses o años, se puede decir que se va acumulando.

**Los principales agentes de riesgo laboral son los siguientes:**



**Agentes físicos:** Manifestaciones energéticas, su presencia en el ambiente de trabajo puede generar un riesgo higiénico. Ejemplos: Ruido, vibraciones, variaciones de presión, radiaciones ionizantes, radiaciones no ionizantes, iluminación y temperaturas extremas.



**Agentes biológicos:** Se considera a toda la porción de materia viva. Ejemplos: Bacterias, virus, hongos, protozoos.



**Agentes químicos:** Derivan de la manipulación de sustancias, que pueden incorporarse al ambiente y penetrar en el organismo humano. Generan efectos nocivos y alteran la salud de las personas que entran en contacto con ellos. La presencia de estos contaminantes puede ser en polvos, fibras, humos, nieblas, vapores, neblinas y aerosoles.



**Agentes ergonómicos:** Aquellas condiciones de trabajo que al adaptar el trabajo al hombre pueden favorecer posturas forzadas y movimientos repetitivos, que dañan el sistema musculoesquelético.



**Agentes psicosociales:** Características de las condiciones de trabajo que afectan a la salud de las personas a través de mecanismos psicológicos y fisiológicos, a los que se llama "Estrés".

Los riesgos ocupacionales pueden incluir: traumatismos, exposición a agentes cancerígenos, partículas en el aire y riesgos ergonómicos, los cuales pueden derivar en enfermedades crónicas como lumbalgia, pérdida de la audición, enfermedades pulmonares, traumatismos, cáncer, entre otros problemas de salud.



# ENFERMEDADES PROFESIONALES



Según el artículo 475 de la Ley Federal del Trabajo, la enfermedad de trabajo es definida como: **“Todo estado patológico derivado de la acción continuada de una causa que tenga su origen o motivo en el trabajo o en el medio en que el trabajador se vea obligado a prestar sus servicios”**.

De acuerdo a las memorias estadísticas del IMSS 2019 las principales enfermedades laborales en México son:

## 1. Transtornos músculo-esqueléticos.

**Dorsopatias:** Patología del sistema músculo esquelético con dolor pronunciado que surge debido a cambios degenerativos en la columna.

**Entesopatía:** Alteración estructural de la entesis por causas mecánicas, traumáticas, metabólicas o, incluso, inflamatorias. Se manifiesta por dolor e impotencia funcional.

El tratamiento depende del padecimiento subyacente. Se usan antiinflamatorios no esteroides para manejar el padecimiento. Además, los programas de ejercicios para mantener el rango de movimiento, la fuerza y la movilidad. El reposo de la articulación afectada durante períodos agudos ayudará a mitigar el padecimiento inflamatorio subyacente.







## Síndrome del túnel carpiano

Hace referencia al atrapamiento del nervio mediano en el túnel del carpo. Este síndrome está asociado con los traumatismos ocupacionales repetitivos, lesiones de muñeca, diabetes, hipotiroidismo, artritis reumatoide, embarazo, así como otras condiciones. El uso repetido de la muñeca, y la flexión dedos, es un factor de riesgo ocupacional para el síndrome del túnel del carpo.

Representa el 90% de todas las neuropatías, con una mayor prevalencia entre las mujeres.

Los síntomas incluyen: Dolor urente, parestesias en los dedos pulgar, índice y medio o inclusive verse involucrada toda la mano. Los síntomas aparecen especialmente después del trabajo o por la noche. También puede presentar deterioro sensitivo en la distribución del nervio mediano, y atrofia en la musculatura de la eminencia tenar. Frecuentemente, los síntomas aparecen en ambas manos.



## Tenosinovitis de Quervain

Se trata de un atrapamiento de tipo inflamatorio de los tendones del 1º compartimento extensor de la muñeca (Abductor largo y Extensor corto del Pulgar). La causa principal de este proceso son los movimientos frecuentes y repetitivos con la muñeca y el pulgar, aunque también puede ocurrir de forma secundaria a un traumatismo sobre la zona, por enfermedades inflamatorias





como la Artritis Reumatoide o presencia de tendones aberrantes o supernumerarios. Afecta con mayor frecuencia a las mujeres, de los 20 a 55 años, entre otros motivos porque siguen haciendo de forma mayoritaria las labores de la casa, costura, tejer, mecanografía, etc.

El proceso es también frecuente en embarazadas y en el postparto, debido a los esfuerzos para cargar a los niños pequeños. Puede afectar a ambas manos por igual.

### **Epicondilitis**

La epicondilitis o codo de tenista es un trastorno que afecta a las personas que realizan de forma frecuente y continuada movimientos de hiperextensión del codo. En la mayor parte de las ocasiones se trata de una enfermedad provocada por microtraumatismos de tracción repetidos en el punto de inserción de los músculos extensores de la mano y la muñeca.

La epicondilitis es la afección más común del codo y produce un dolor localizado que puede irradiarse hacia la parte externa el brazo o antebrazo. Es común en las personas que practican deportes como el tenis, el squash o realizan actividades como manejo de destornilladores, taladros, martillos neumáticos, o incluso por el uso reiterado del ratón del ordenador.





## 2. Hipoacusia

Se denomina hipoacusia a la disminución de la capacidad auditiva, puede afectar a uno o ambos oídos y se puede presentar en diferentes tipos y grados.

### SE CLASIFICA SEGÚN EL DAÑO ANATÓMICO EN:

**Hipoacusia conductiva o de transmisión:** La lesión se encuentra en el oído externo o en el oído medio, lo que impide detectar sonidos que provienen del exterior.

**Hipoacusia neurosensorial o de percepción:** El problema reside en los órganos del oído interno, vinculados directamente al sistema nervioso.

**Hipoacusia mixta:** El problema se encuentra tanto en los órganos conductivos como en el sistema neurosensorial.

### SEGUN LA INTENSIDAD

**Hipoacusia leve (21-40 dB):** El sonido más débil que se puede percibir con el oído esta entre 21 a 40 dB, al paciente le cuesta entender el habla en espacios ruidosos.

**Hipoacusia moderada (41-70 dB):** Es difícil entender el habla sin una prótesis auditiva.

**Hipoacusia severa (71-90 dB):** El paciente requiere prótesis auditiva y utiliza lectura labial.

**Hipoacusia profunda (>90 dB):** La pérdida auditiva es superior a 90 dB. Más que oír se "sienten" las vibraciones sonoras. El paciente necesitará prótesis auditivas o un implante coclear, algunos usan lengua de signos.

Dentro de las causas de hipoacusia se encuentran:

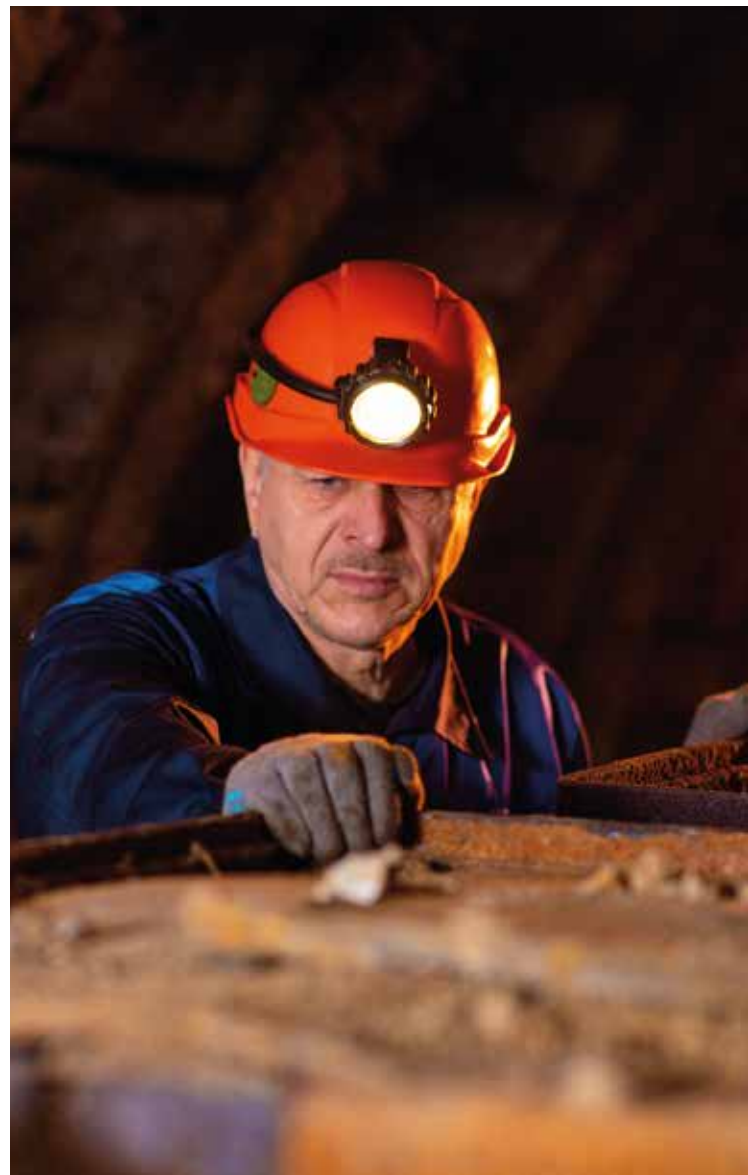
- **Edad.** Las personas mayores de 65 años pueden sufrir pérdidas auditivas.
- **Ruido.** La exposición prolongada puede generar pérdida de audición.
- **Otosclerosis.** Afecta a la movilidad de los huesos del oído medio, reduciendo la eficiencia en la transmisión de las vibraciones.
- **Agentes "ototóxicos".** Ciertos fármacos, alcohol y tabaco pueden perjudicar al oído.
- **Factores hereditarios.**
- **Infecciones**

### 3. Neumoconiosis

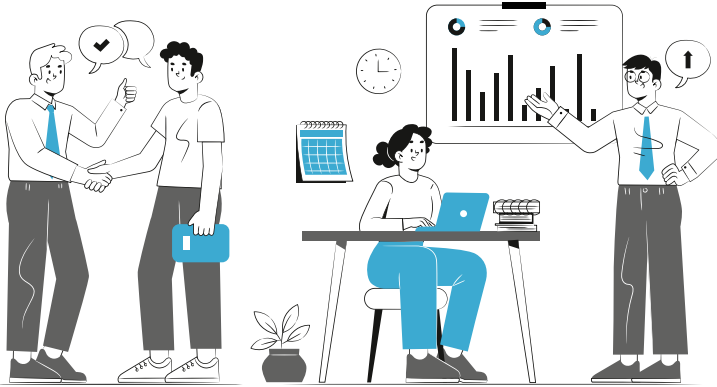
Enfermedad pulmonar, producida por acúmulo de polvo inhalado en los pulmones. El riesgo de presentar esta enfermedad depende del tiempo al que se estuvo expuesto a dicho polvo y generalmente afecta a las personas mayores de 50 años que trabajan en el sector minero.

Es posible que cuando se presente este padecimiento no exista ningún síntoma y cuando se manifiestan pueden incluir tos, sibilancias y disnea, sobre todo cuando se realiza actividad física.

La prevención de este padecimiento consiste en limitar la exposición a polvos minerales en el lugar de trabajo por lo que es necesario utilizar equipo y vestimenta protectores.



# LA IMPORTANCIA DE CUIDAR LA SALUD DE TUS TRABAJADORES



**El trabajo no es solo una fuente de ingresos, sino también un elemento fundamental de salud, estatus, relaciones sociales y oportunidades de vida.**

Un empleado que no se siente cuidado y protegido ante los accidentes, es muy difícil que se sienta satisfecho en su trabajo y con la suficiente sensación de bienestar. En estas circunstancias, la motivación se resiente, baja la productividad y rentabilidad general de la empresa.

Es por ese motivo, que la salud en el trabajo beneficia a empresarios y trabajadores a partes iguales. **Las empresas saludables obtienen muchas ventajas:**

**1. La mejora de la salud de los trabajadores reduce las bajas por enfermedad o accidentes.**

**2. Disminuye el absentismo laboral y aumenta la productividad.**

**3. El buen clima laboral favorece la motivación y la participación de los trabajadores.**

**4. Se reduce la rotación de personal.**

**5. Es más fácil retener el talento.**

**6. Mejora la imagen corporativa de la empresa,** tanto a nivel interno (entre los propios trabajadores) como externo (entre los clientes y la sociedad en general).

**7. Obtención y conservación de clientes.**

**8. Disminuyen los costes** sanitarios y de seguros.

**9. Mejora de la calidad de vida** de los ciudadanos en general.

Por lo tanto, **la salud laboral es un elemento imprescindible para que los empleados** se encuentren satisfechos y motivados y, por consiguiente, sean productivos y rentables para las organizaciones.



# ¿CÓMO CUIDAR LA SALUD DE LOS TRABAJADORES?



Se recomienda establecer dentro de la organización:

## Plan de prevención

El Plan de prevención de riesgos laborales es una herramienta a través de la cual se **incorpora la actividad preventiva de la empresa** en su sistema general de gestión y se establece su política de prevención de riesgos laborales.

Este plan debe ser establecido a través de un documento que contenga las características de la organización:

- **Detallar el nombre de la empresa, la actividad que desarrolla y el número de trabajadores**, teniendo también en consideración, las características que puedan influir en prevención de riesgos laborales.
- Es muy importante reflejar la estructura organizativa con la que cuenta la empresa, considerando todos los niveles jerárquicos. En el documento, **también quedarán descritas las responsabilidades, las funciones, las prácticas, los procesos y los procedimientos de la empresa.**

- De igual modo, **se establecerán los recursos esenciales** (humanos, técnicos, materiales y económicos).

Los instrumentos necesarios para desarrollar la gestión y aplicación del plan de prevención de riesgos, son:

- **Evaluación de riesgos laborales.**
- **Planificación de la actividad preventiva.**

**Estas acciones preventivas** serán planificadas por el empresario, se establecerá la fecha en la que se ejecutará la acción, quien será el responsable de realizarla y los medios humanos y materiales requeridos para lograr el objetivo.



## Evaluación de riesgos laborales.

Busca identificar y eliminar riesgos presentes en el entorno de trabajo, así como la valoración de la urgencia de actuar. Es una herramienta fundamental para la prevención de daños a la salud y la seguridad de los trabajadores. Su objetivo es identificar los peligros derivados de las condiciones de trabajo para:

1. Eliminar de inmediato los factores de riesgo que puedan suprimirse fácilmente,
2. Evaluar los riesgos que no van a eliminarse inmediatamente, y
3. Planificar la adopción de medidas correctoras.

El empresario será el responsable de llevar a cabo una evaluación inicial de los riesgos derivados de la seguridad y salud de los trabajadores, considerando en todo momento:

- El tipo de actividad de la organización
- Las particularidades de los puestos de trabajo y los trabajadores que van a llevar a cabo esa función.

- Los equipos de trabajo
- Las condiciones del puesto de trabajo
- Las sustancias o elementos que se empleen.

En el momento en el que los resultados de la evaluación proporcionen información de la posibilidad de situaciones de riesgo, **será el empresario el que adopte las acciones adecuadas para suprimir o minimizar e incluso controlar los riesgos detectados.**

## Comite de Seguridad y Salud

La participación de los trabajadores en todas las cuestiones relativas a la protección de su salud en el trabajo es un derecho de ellos y a la vez una obligación del empresario.

El Comité de Seguridad y Salud es el órgano de participación interno de la empresa para una consulta regular y periódica de las actuaciones de la organización en materia de prevención de riesgos.

Su función es facilitar el intercambio de puntos de vista entre las partes, creando un foro estable de diálogo ordenado.

Debe constituirse en todas las empresas o centros de trabajo que cuenten con 50 o más trabajadores.



## Al Comité de Seguridad y Salud se le atribuyen las siguientes funciones y facultades:

1. Participar en la **elaboración, desarrollo y evaluación** del Plan de Prevención.
2. Discutir, antes de su puesta en práctica, los proyectos en materia de organización del trabajo e introducción de nuevas tecnologías, **en lo referente a su incidencia en la prevención de riesgos.**
3. **Promover iniciativas de prevención** y mejora de las condiciones de trabajo.
4. Visitar el centro de trabajo para conocer directamente **la situación relativa a la prevención de riesgos.**
5. Acceder a toda la información y documentación necesaria para **el desarrollo de sus funciones.**
6. **Analizar los daños a la salud** con el fin de valorar sus causas y proponer medidas preventivas.





## Vigilancia de la salud

Significa estar atentos para evitar que ésta se vea dañada por las condiciones de trabajo. Puede llevarse a cabo mediante exámenes médicos, sin embargo, también existen encuestas de salud, estudios de absentismo y estadísticas de accidentes.

### La vigilancia de la salud sirve básicamente para tres cosas:

1. Para darse cuenta a tiempo de que un trabajador está enfermando y poder actuar cuanto antes.
2. Para estudiar si las enfermedades de un colectivo de trabajadores tienen relación con el trabajo.
3. Para comprobar si las medidas preventivas evitan realmente el daño a la salud de los trabajadores.

La vigilancia de la salud de los trabajadores debe ser “periódica” y ha de realizarse de forma sucesiva.



**Inicial:** Después de la incorporación al trabajo o después de la asignación de tareas específicas con nuevos riesgos para la salud.



**Tras ausencias prolongadas por motivos de salud:** Con la finalidad de descubrir sus orígenes profesionales y recomendar una acción apropiada para proteger a los trabajadores.



**A intervalos periódicos:** En los que la frecuencia vendrá determinada bien por;

- La naturaleza de los riesgos a los que el trabajador se halle expuesto.
- Reglamento de la organización o con base en las normas sanitarias.

## Equipo de Protección Personal

**Un EPP es un equipo que protege al usuario del riesgo de accidentes o de efectos adversos para la salud.** Puede incluir elementos como cascos de seguridad, guantes, protección de los ojos, prendas de alta visibilidad, calzado de seguridad, arneses de seguridad y equipos de protección respiratoria.

Su importancia radica en **la seguridad que proporciona al trabajador en el desarrollo de sus actividades**, pues incluso aunque se hayan aplicado controles mecánicos y sistemas de seguridad, pueden prevalecer algunos peligros.

Las Normas Oficiales donde establece criterios para el uso del EPP son **NOM 017, 113, 023 y 026 reguladas por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social.** Para el empleo del EPP se recomienda lo siguiente:

**1. Uso exclusivo personal**, evitando prestar el equipo entre los usuarios.

**2. Escoger productos para proteger contra los riesgos** que fueron elaborados y sean conformes a las normas establecidas.

**3. Las tallas deben ser apropiadas con el tamaño del usuario**, es decir, escoger equipos que se adapten bien al trabajador, tomar en cuenta la talla, forma y peso del EPP. **Si los usuarios participan en la elección, es mucho más probable que los utilicen.**

**4. Proporcionar formación para que las personas sepan cómo utilizarlos** (por ejemplo, cómo sacarse los guantes sin contaminar la piel). Explicar por qué son necesarios, cuándo utilizarlos y qué limitaciones tienen.

**5. Mantener los elementos en buenas condiciones**, y notificar su pérdida, destrucción o si están defectuosos.

**6. Siempre usar el EPP** en caso de riesgo, nunca deberán permitirse excepciones a la regla de llevar los EPP, aunque sea para trabajos que 'sólo suponen unos minutos'.

## Tipos de EPP que pueden utilizarse

Protección de la cabeza

Protección Auditiva

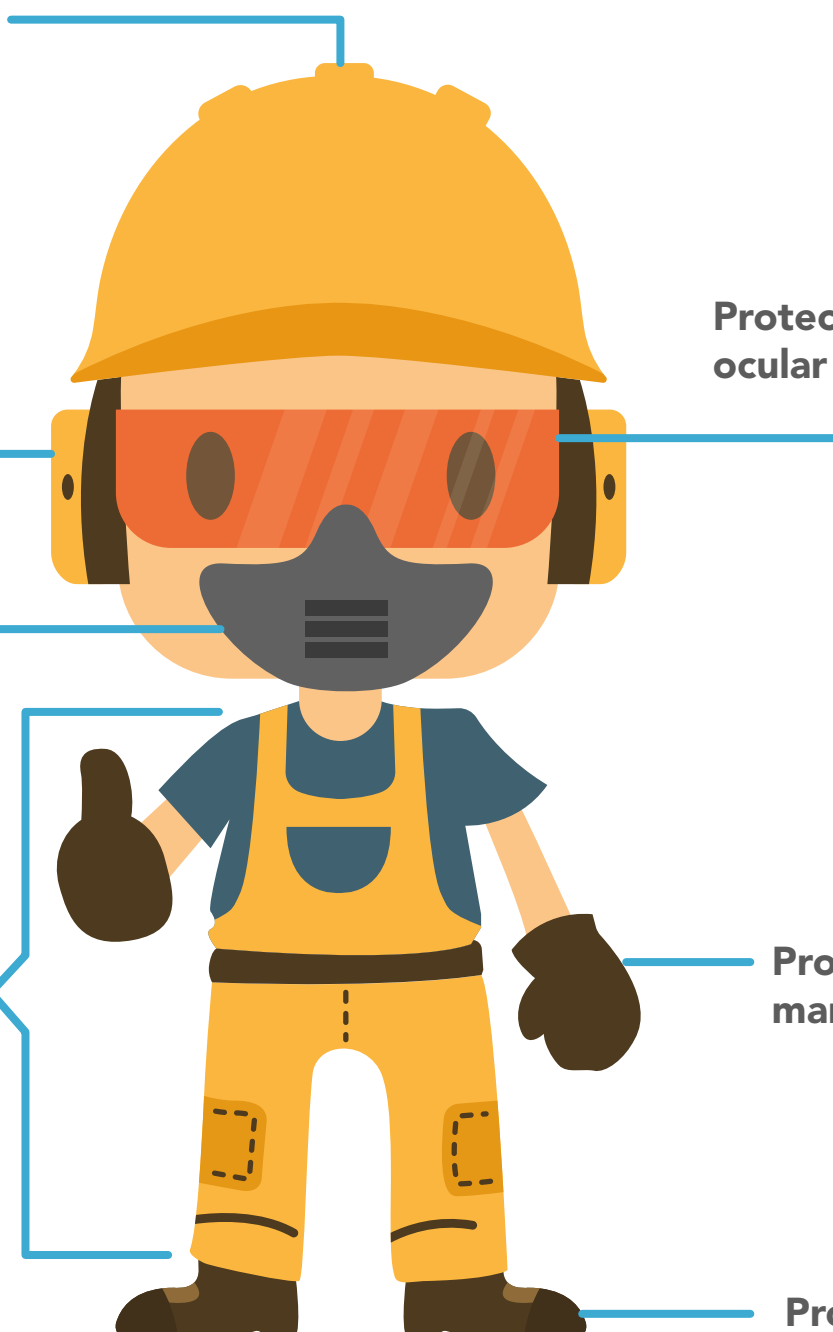
Protección respiratoria

Protección de cuerpo

Protección ocular

Protección de manos

Protección de pies



# CONCLUSIÓN

Invertir en salud puede parecer innecesario e incluso costoso, pero como aprendimos a lo largo de este eBook, [el procurar a los colaboradores tanto en seguridad como salud](#), proporciona grandes beneficios a ambas partes, es decir, empresario y colaborador, pues reduce costos, aumenta productividad y rentabilidad, además mejora la imagen corporativa de la empresa, entre muchas más ventajas.

Actualmente, el mundo lucha en estos momentos con una crisis sanitaria, en donde empresarios, colaboradores y la sociedad en general deben contribuir a la mejora de la salud dentro de su empresa, establecer medidas estrictas de salud y seguridad en nuestros sitios de trabajo se ha convertido en algo casi obligatorio.

Por ello las empresas deben de buscar herramientas o proveedores, que brinden a sus colaboradores mejores prestaciones de salud, los cuales reducen los altos costos para ambas partes. [En ISI Solutions hemos desarrollado dos servicios que permiten brindar a los colaboradores todos estos cuidados de salud, como lo son: ISI Card e ISI Medical.](#)

Con ISI Card podrán brindar a los colaboradores descuentos médicos, asistencias médicas, psicológicas y nutricionales gratuitas, exámenes de la vista y limpiezas dentales gratis al año, descuentos en médicos especialistas, medicamentos y mucho más.

[Con nuestro consultorio ISI Medical, tendrán acceso a un médico especialista para la atención de los colaboradores y sus familias a precio preferencial, campañas de salud dentro de su empresa y mucho más.](#)

Ahora que conoces todos los beneficios de contar con servicios de salud para tus colaboradores, acércate a ISI Solutions y pregunta por nuestros servicios salud incluidos al contratar nuestros servicios de Administración de Nómina.



# GLOSARIO

**Entesis:** Sitio de unión de un tendón o ligamento a la superficie del hueso.

**Tendón:** Tejido conectivo que une los músculos a los huesos.

**Ligamento:** Tejido conectivo que une los huesos entre sí y generalmente su función es la de unir estructuras y mantenerlas estables.

**Luxación:** Es la separación completa de los huesos que forman una articulación.

**Esguince:** Ocurre cuando un ligamento es estirado excesivamente, o se desgarrar.

**Desgarro:** Rotura de un músculo o ligamento, debido a un estiramiento excesivo del tejido.

**Radiación ionizante:** Tipo de energía liberada por los átomos en forma de ondas electromagnéticas o partículas.

**Radiación no ionizante:** Aquella que no posee suficiente energía para arrancar un electrón del átomo, es decir, no es capaz de producir ionización.

**Lumbalgia:** Presencia de dolor en la región lumbar, es decir, en la espalda y cintura, que con frecuencia se recorre a los glúteos y muslos.

**Nervio mediano:** Es uno de los nervios del brazo que se extiende hacia la mano, controla la función y la sensibilidad en la mayoría de los dedos de la mano, así como parte de la palma de la mano. Los únicos dedos que el mediano no controla son el meñique y parte del anular.

**Túnel del carpo:** Es un canal que se ubica en la cara anterior de la muñeca, por el cual pasan los tendones flexores de los dedos y el nervio mediano.

**Diabetes mellitus:** Enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no secreta suficiente insulina o cuando el organismo no utiliza eficazmente la

# GLOSARIO

insulina que produce. El efecto de la diabetes no controlada es la hiperglucemia (es decir, la glucemia elevada), que, con el tiempo, daña gravemente muchos órganos y sistemas, sobre todo los nervios y los vasos sanguíneos.

**Hipotiroidismo:** Afección en la que la glándula tiroides no produce suficiente hormona tiroidea. La deficiencia de hormona tiroidea puede afectar la frecuencia cardíaca, la temperatura corporal y todos los aspectos del metabolismo.

**Artritis reumatoide:** Es una enfermedad en la que se inflaman las articulaciones produciéndose dolor, deformidad y dificultad para el movimiento, aunque también puede afectar otras partes del organismo.

**Neuropatía:** Se refiere al daño de los nervios periféricos.

**Dolor urente:** Sensación de quemazón.

**Parestesia:** Trastorno de la sensibilidad que se manifiesta con sensaciones anormales sin estímulo previo, como el hormigueo.

**Atrofia:** Falta de desarrollo de cualquier parte del cuerpo.

**Eminencia tenar:** Masa muscular de la parte palmar de la mano.

**Agentes ototóxicos:** Aquéllas que ejercen un efecto nocivo, de carácter permanente o temporal, sobre el oído interno.

**Sibilancias:** Sonido silbante durante la respiración, que ocurre cuando el aire se desplaza a través de los conductos respiratorios estrechos en los pulmones.

**Disnea:** Sensación de falta de aire, dificultad para respirar



**ISI MEDICAL**

# NUESTROS SERVICIOS



CONSULTA  
MÉDICA



CERTIFICADO  
MÉDICO



LAVADO  
ÓTICO



APLICACIÓN  
DE INYECCIONES



TOMA DE  
PRESIÓN

**AGENDA TU CITA CON NOSOTROS**



@isimedicalqro



442 479 3149