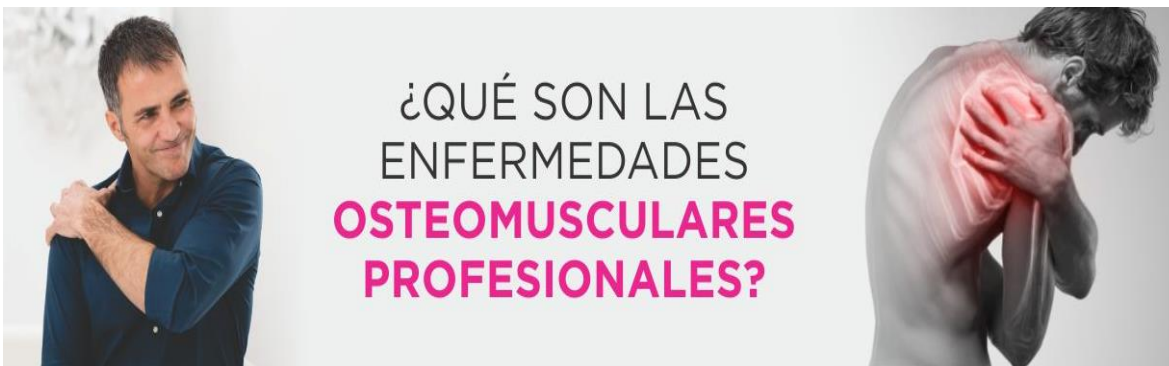


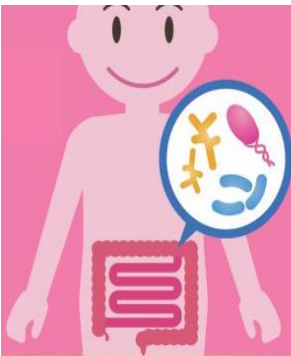
¿QUÉ SON LAS ENFERMEDADES OSTEOMUSCULARES PROFESIONALES?



Son un conjunto de **lesiones inflamatorias o degenerativas de los músculos, tendones, articulaciones, ligamentos y nervios**. Generalmente se localizan en la zona del **cuello, espalda, hombros, codos, muñecas y manos**. Los diagnósticos médicos más comunes son **tendinitis, tenosinovitis, síndrome del túnel carpiano, mialgias, cervicalgias, lumbalgias**, etc. El síntoma predominante es el dolor asociado a inflamación, pérdida de fuerza y disminución o incapacidad funcional de la zona anatómica afectada.

Causas de la aparición de trastornos musculoesqueléticos como enfermedad profesional:

- 1. MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.** Las cargas pesadas son un factor importante que contribuye al riesgo de contraer trastornos musculoesqueléticos.
- 2. MOVIMIENTOS REPETITIVOS.** Principalmente se realizan en varios sectores, como agricultura, industria, servicios y el financiero. Los movimientos repetitivos combinados con un ritmo de trabajo elevado están considerados como factores de riesgo importantes.
- 3. POSTURAS DE TRABAJO FORZADAS.** El riesgo derivado de las posturas de trabajo forzadas tiene una gran importancia, sobre todo cuando además se manipulan cargas y se realizan tareas repetitivas. Una mala postura de trabajo es un factor agravante bien conocido que causa trastornos de la parte baja de la columna vertebral.



LA DESPARASITACIÓN PUEDE EVITAR GRAVES ENFERMEDADES



Para mantener el organismo libre de parásitos que pueden generar serias enfermedades, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda **desparasitar a toda la familia por lo menos dos veces al año**, es decir, una vez cada seis meses.

Los bichos se pueden contraer en todas partes: están en el polvo, al jugar con mascotas, comer en la calle, al tocar objetos, en el baño, la cocina y demás lugar que no hayan sido desinfectados, también están en presentes en el contacto con otras personas.

Los parásitos se cuelan en el organismo a través de la boca, por eso es importante **lavarlos las manos con frecuencia utilizando abundante agua y jabón**. La limpieza se puede complementar con paños húmedos y líquidos desinfectantes.

Los parásitos más comunes son los helmintos (gusanos o lombrices) y las amebas (elementos microscópicos e imperceptibles).

Una persona con parásitos presenta los siguientes síntomas: **cansancio, falta de concentración, dolor e inflamación del estómago, diarrea, estreñimiento, gases estomacales y dolor de cabeza**. Estas señales suelen ser confundidas con problemas relacionados a la gastritis o colitis. **Si usted tiene esta sintomatología, no se automedique, ya que puede ser contraproducente.**

Consulte con el médico para desparasitarse. Él le indicará cuales los medicamentos apropiados para eliminar los bichos de su cuerpo. No ingiera fármacos por cuenta propia.