

CASOS DE LUMBALGIA Y MANEJO DE DOLOR EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL LOMA PLATA EN EL AÑO 2023

CARLOS MANUEL SAWATZKY KEHLER¹

RESUMEN

La lumbalgia es un problema de gran importancia dentro del personal de enfermería. Este estudio tiene como objetivo investigar los casos de lumbalgia existentes en el personal de enfermería del Hospital Loma Plata en el año 2023. La lumbalgia es un dolor en la zona lumbar. Este tiene diferentes causas. Puede ser tratada con reposo, medicamentos y lumbalgias más complicadas con cirugías. El personal de enfermería siempre lidia con estos dolores por su labor que realizan. La investigación es de enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo y tipo empírico- social. La investigación fue realizada a modo de encuesta. Los resultados de esta investigación muestran que casi el cien por ciento de las enfermeras encuestadas presentaron episodios de lumbalgia. Las causas de estas son bañar pacientes y la sobrecarga laboral. En cuanto al manejo del dolor, adaptaron los tratamientos conservadores, medicamentoso y quirúrgico. Sugerencias para evitar episodios de lumbalgia fueron, trabajar en equipo, usar la ergonomía correcta, bajar la carga horaria y la carga laboral. Concluyendo, se puede decir que es un problema serio entre el personal de enfermería que puede interferir en la calidad de vida y de su servicio. Este problema necesita ser tratado con seriedad.

Palabras claves: Lumbalgia, enfermería, manejo del dolor

ABSTRACT

Low back pain is a problem of great importance within the nursing staff. This study aims to investigate the cases of low back pain in the nursing staff of the Loma Plata Hospital in 2023. Low back pain is pain in the lower back. This has different causes. It can be treated with rest, medications and lower back pain more complicated with surgery. Nurses always deal with these pains because of their work. The research is quantitative, descriptive, and empirical-social. The research was carried out in the form of a survey. The results of this research show that almost one hundred percent of the nurses surveyed had episodes of low back pain. The causes of these are bathing patients and work overload. As for pain management, they adapted conservative, medication, and surgical treatments. Suggestions to avoid episodes of low back pain were, working as a team, using the correct ergonomics, lowering the workload and workload. In conclusion, it can be said that it is a serious problem among nursing staff that can interfere with the quality of life and their service. This problem needs to be treated seriously.

Keywords: Low back pain, nursing, pain management

¹ Carlos Sawatzky es egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UEP:

INTRODUCCIÓN

Según estudios, se observa una incidencia de lumbalgia de entre 80 a 90 % en la población general. En investigaciones actuales – que se realizaron durante la pandemia del COVID-19, entre el personal de enfermería – Mejía (2022) obtuvo el resultado de que, el 62%, de las 265 enfermeras encuestadas, manifestó tener un dolor lumbar. Al igual el autor observó que entre el personal de enfermería del Hospital Loma Plata se habla mucho de dolores corporales, en especial los dolores lumbares que obtuvieron durante su labor. No es sorprendente que la incidencia de lumbalgia es mayor en trabajadores que levantan cosas pesadas, comparándoles con los que realizan trabajos sedentarios. Estudios epidemiológicos han demostrado, que la lumbalgia es uno de los problemas de salud más frecuente en la labor de enfermería, ya que de ellos dependen los cuidados del paciente. Estos cuidados en muchos casos demandan un sobreesfuerzo de parte del personal de salud y esto lleva a que ellos optan por malas posturas corporales ya que no cualquier situación permite una preparación y utilización de dispositivos adecuados. (Bordignon & Monteiro, 2018; Petersen & Marziale, 2014)

Partiendo desde una perspectiva ergonómica, la repetición de posturas inadecuadas en la manipulación de pacientes y sus respectivas tareas rutinarias, acompañado muchas veces por instalaciones inadecuadas en el centro de salud equivale a un mayor riesgo de problemas de salud y una peor calidad de vida para el personal de enfermería.

A esto se le suma que la mayoría del personal de enfermería está conformado por mujeres, un grupo que es todavía más propenso a desarrollar trastornos musculoesqueléticos ya que según Petersen y Marziale (2014) hay diferencias notables en la resistencia de la musculatura de la columna vertebral entre hombres y mujeres.

Por lo tanto, la lumbalgia es un problema real y frecuente en el ámbito de enfermería. No solo por ser un problema de salud significativo en la población general, sino por los factores de riesgo laboral característicos de esta profesión.

Es de gran importancia conocer la cantidad de casos de lumbalgia en el personal de enfermería porque el problema de lumbalgia es un tema frecuente en las conversaciones del personal mismo y constituye un desafío importante en su práctica laboral.

Casi cada uno del personal de salud, en especial el personal de enfermería podrá contar, como el trabajo pesado le ha causado dolor lumbar, lo que en la mayoría termina causándole fármacos o dificultades dentro y fuera del ámbito en que labora. Esto no solo es un pequeño inconveniente, sino puede desarrollarse a ser un problema de salud lo suficientemente significativo para interferir en el empeño del profesional y consecuentemente en la atención al paciente.

Con este desgaste físico y emocional, el personal, con el tiempo buscará una opción laboral más ligera ya que está en riesgo la propia salud y bienestar, lo que seguirá siendo la prioridad de cada persona.

Por esta razón, es indispensable conocer la amplitud del problema de la lumbalgia en el personal de enfermería del Hospital Loma Plata y que respuestas se estén dando al mismo problema. A base de este estudio se puede ver la amplitud de este problema y se pueden hacer mejoras en la seguridad del ámbito laboral para evitar que el personal de enfermería este sufriendo física como emocionalmente, si se ve la necesidad. Esto al final mejorara la labor del personal y aumentara sumamente la calidad de servicio que estén dando a los clientes, aumentando su satisfacción y mejorando el proceso curativo de los clientes.

METODOLOGÍA

- **Enfoque:** cuantitativo.
- **Nivel:** descriptivo.
- **Tipo:** de investigación es empírico- social.
- **Método:** es ex post-facto no experimental.
- **Técnica:** encuesta. Cada uno de los enfermeros/as recibe una encuesta virtualmente y se les ofrece ayuda a los que no logran completar la encuesta a solas. La encuesta fue elaborada por el autor mismo. Se realizó la investigación en los meses mayo y junio en

el Hospital Loma Plata, de la Asociación Civil Chortitzer, en el distrito de Loma Plata, departamento de Boquerón, chaco paraguayo.

- **Universo:** todo el personal de enfermería que trabaja en el año 2023 tiempo completo, tiempo tres cuarto y tiempo medio en las salas de internación en la institución mencionada. Se aplicó la encuesta a través de un muestreo no probabilístico intencional, debido a que se dio a cada enfermero/a que cumplía con los requisitos la posibilidad de participar, al igual que se aseguró que su participación no era obligatoria.

- **Muestra:** fue de 33 enfermeros/as.

- **Recolección de datos:** se realizó mediante una encuesta preparada por el autor mismo, que fue elaborada de acuerdo a los objetivos de la investigación. Antes de realizar la encuesta, se dejó validar la encuesta por tres profesionales, luego fue realizado una prueba piloto, la cual nos ayuda a probar la encuesta preparada, se prueba la encuesta para prevenir dificultades durante la encuesta, también prueba si la encuesta tiene relevancia y eficacia. Esta prueba de piloto se realizó a tres enfermeros/as que trabajan dentro de la misma institución pero que no forman parte de la muestra. Ellos completaron la encuesta con facilidad y sin necesidad de dar explicaciones adicionales. Por motivos de facilidad, se realizó la encuesta de forma virtual por formularios de Google, el cual fue enviado a cada uno de los Enfermeros encuestados. Terminando la prueba piloto, se empezó con la encuesta. Se entrego la encuesta a cada uno de los enfermeros/as de la muestra y respondieron sin problemas mayores y dudas. Se recibió una buena colaboración

DISCUSIÓN Y RESULTADOS

Esta investigación tuvo como objetivo investigar los casos de lumbalgia existentes en el personal de enfermería del Hospital Loma Plata en el año 2023. Sobre todo, se procuró determinar la cantidad de personal de enfermería del Hospital Loma Plata que presenta síntomas de lumbalgia del año 2023. A continuación, se estará discutiendo los principales hallazgos de este estudio.

Dado a la exposición frecuente a levantamiento de materiales y equipo pesados y movilizaciones de pacientes en hospitales, hogares para ancianos o quirófanos, los profesionales de enfermería se encuentran en el grupo de personas más afectadas por lesiones de espalda, lumbalgias, de un origen laboral. Esto se puede observar en los resultados obtenidos de la investigación, se puede deducir que 97% del personal de enfermería tuvo síntomas y episodios de lumbalgia en el año 2023 y que el 40% y el 36% tuvo 1 a 2 y hasta 3 a 4 episodios de lumbalgia. La mayoría de estos presentaron síntomas como dolores musculares en la espalda.

Para los episodios de lumbalgia hay diferentes tipos de tratamientos, el tratamiento conservador, tratamiento farmacológico, tratamiento invasivo o quirúrgico y tratamientos varios. Según revela la investigación el personal de enfermería del Hospital Loma Plata adapta medidas para manejar el dolor causado por la lumbalgia del año 2023. De 33 personas encuestadas, 21 duermen en cierta posición, 21 también optan por tomar medicamentos analgésicos, también toman medicamentos miorrelajantes y antiinflamatorios, entre otros. Además, se pudo observar que 17 de los 33 realizan masajes para manejar el dolor lumbar, 14 evitan levantar cosas pesadas para manejar sus dolores lumbares. Una Enfermera de las 33 tuvo que optar por una cirugía lumbar para manejar su dolor lumbar. Se puede observar que la gran mayoría del personal de enfermería opta por tratamientos conservadores y tratamientos medicamentosos.

Según los resultados de la investigación las principales causas que han producido episodios de lumbalgia entre el personal de enfermería del Hospital Loma Plata 2023 son el levantamiento de pacientes, lo cual mencionaron 32 de 33 enfermeros/as. Siguiendo a esto, el bañar pacientes y la sobrecarga laboral fueron las siguientes causas más frecuentes. Algo interesante que se puede deducir de la investigación es que 14 personas mencionaron el uso de butacas incómodas como causa de episodios lumbares.

Por último, la investigación dio un amplio espectro de resultados relacionados con sugerencias del personal de enfermería para evitar dolores lumbares o episodios de lumbalgia.

CONCLUSIONES

En esta investigación, la cual tiene como objetivo investigar los casos de lumbalgia existentes en el personal de enfermería del Hospital de Loma Plata. Se puede concluir que la cantidad de episodios de lumbalgia entre el personal de enfermería existentes en el año alcanza casi el cien por ciento un porcentaje de noventa y siete por ciento. Esto quiere decir que casi la totalidad del personal que trabaja en las salas de internación en el año 2023 tuvo dolores lumbares.

Este personal de enfermería para calmar y manejar el dolor de espalda adaptó diferentes medidas. En conclusión, las medidas principales adaptadas por ellos son los tratamientos conservadores y el tratamiento medicamentoso. Se puede observar que el problema de la lumbalgia en el personal del Hospital de Loma Plata está alcanzando una gravedad extrema de que una enfermera tuvo que optar por una cirugía lumbar para manejar sus episodios de lumbalgia.

Siendo la lumbalgia un tema serio en este grupo de personas, el autor buscó identificar las condiciones y actividades de estas personas que pueden conllevar a lumbalgias. Se puede observar y concluir que el bañar pacientes y la sobrecarga laboral fueron las causas más frecuentes, hasta el uso de butacas incómodas fue mencionado por muchos.

Ya que el grupo de personas estudiado conoce a lo que es la lumbalgia y a sus causas, el autor buscó compilar sugerencias del personal de enfermería del Hospital Loma Plata, para prevenir las lumbalgias. En general las principales sugerencias fueron las de trabajar en equipo, usar la ergonomía correcta y una posición correcta al movilizar pacientes o cosas pesadas, bajar la carga horaria y la carga laboral, entre otros más.

Concluyendo se puede mencionar que la hipótesis es aceptada ya que más de dos tercios del personal de enfermería del Hospital de Loma Plata ha tenido episodios de lumbalgia en el año 2023 y estos a causa de su labor como enfermero/a.

BIBLIOGRAFÍA

- Bordignon, M., & Monteiro, M. I. (7 de 2018). Problemas de salud entre profesionales de enfermería y factores relacionados. Obtenido de Scielo: <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v17n51/1695-6141-eg-17-51-435.pdf>
- Petersen, R. d., & Marziale, M. H. (2014, mayo-junio). Lumbalgia caracterizada por la resistencia de la musculatura y factores ocupacionales asociados a la enfermería. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*, 387.