

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE TECNOLOGIA
MEDICA



Conocimiento en Higiene postural y alteraciones posturales
del personal administrativo del Hospital La Caleta de
Chimbote 2020

Tesis para Obtener el Título de Licenciado en Tecnología Médica en la
Especialidad de Terapia Física y Rehabilitación

Autor:

Jara Rodríguez Diego Mauricio

Asesor:

Mg. Pantoja Fernández Julio – (ORCID: 0000-0002-3574-3088)

Chimbote – Perú

2021

ACTA DE SUSTENTACIÓN



ACTA DE DICTAMEN DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS N.º 070-2021

Siendo las 8:00pm horas, del 04 de noviembre de 2021, y estando dispuesto al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, aprobado con Resolución de Consejo Universitario 3539-2019-USP/CU, en su artículo 22º, se reúne mediante videoconferencia el Jurado Evaluador de Tesis designado mediante **Resolución de Decanato N.º 0529-2021-USP-FCS/D**, de la **Escuela Profesional de Tecnología Médica en la Especialidad de Terapia Física y Rehabilitación**, integrado por:

Mg. Milagros Chacón Bulnes	Presidente
Dr. Manuel Quispe Villanueva	Secretario
Dr. Agapito Enriquez Valera	Vocal
Mg. Ivan Bazán Linares	Accesitario

Con el objetivo de evaluar la sustentación de la tesis titulada "**Conocimiento de higiene postural y alteraciones posturales en personal administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote, año 2020**", presentado por la/el bachiller:

Diego Mauricio Jara Rodríguez

Terminada la sustentación y defensa de la tesis, el Jurado Evaluador luego de deliberar, acuerda **APROBAR** por **UNANIMIDAD** la tesis, quedando expedita(o) la/el bachiller para optar el Título Profesional de Licenciado(a) en Tecnología Médica con **Especialidad en Terapia Física y Rehabilitación**.

Siendo las 8:50 horas pm se dio por terminada la sustentación.

Los miembros del Jurado Evaluador de Informe de Tesis firman a continuación, dando fe de las conclusiones del acta:

Mg. Milagros Chacón Bulnes
PRESIDENTA/E

Dr. Manuel Quispe Villanueva
SECRETARIA/O

Dr. Agapito Enriquez Valera
VOCAL

c.c.: Interesada
Expediente
Archivo.

DEDICATORIA

Esta presente tesis va dedicada para mis padres Gregorio jara y María rodríguez por su apoyo constante, comprensión y enseñarme que con perseverancia y disciplina puedo alcanzar todos mis sueños.

A mis hermanos por la exigencia de salir adelante y que todo tiene un sacrificio y hoy vemos los resultados de ello.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, agradecer a Dios por permitirme haber llegado hasta esta etapa de mi vida ser un profesional, agradecer a mis docentes y mi universidad "San Pedro" por haberme hecho un hombre de bien y ser mejor persona.

Agradecer a mis padres, hermanos y sobrinos por ese apoyo incondicional en todo momento de mi vida.

A mi asesor de tesis quien me brindó sus amplios conocimientos y experiencia para poder realizar esta investigación.

Derechos de autoría y declaración de autenticidad

Quien suscribe, Jara Rodríguez Diego Mauricio, con Documento Nacional de Identidad N.º 71041674, autor de la tesis titulada “Conocimiento en Higiene Postural y alteraciones posturales del personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2021” y a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, declaro bajo juramento que:

1. La presente tesis es de mi autoría. Por lo cual otorgo a la Universidad San Pedro la facultad de comunicar, divulgar, publicar y reproducir parcial o totalmente la tesis en soportes analógicos o digitales, debiendo indicar que la autoría o creación de la tesis corresponde a mi persona.
2. He respetado las normas internacionales de cita y referencias para las fuentes consultadas, establecidas por la Universidad San Pedro, respetando de esa manera los derechos de autor.
3. La presente tesis no ha sido publicada ni presentada con anterioridad para obtener grado académico título profesional alguno.
4. Los datos presentados en los resultados son reales; no fueron falseados, duplicados ni copiados; por tanto, los resultados que se exponen en la presente tesis se constituirán en aportes teóricos y prácticos a la realidad investigada.
5. En tal sentido de identificarse fraude plagio, auto plagio, piratería o falsificación asumo la responsabilidad y las consecuencias que de mi accionar deviene, sometiéndome a las disposiciones contenidas en las normas académicas de la Universidad San Pedro.



Firma

Chimbote octubre 2021.

INDICE DE CONTENIDO

	Pág.
Acta de sustentación.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimientos.....	iii
Derechos de autoría y declaración de autenticidad.....	iv
Índice de contenidos	v
Índice de tablas	vi
Palabras Claves.....	vii
Resumen.....	viii
Abstrac.....	ix
INTRODUCCION	
1. Antecedentes y fundamentación científica.....	1
2. Justificación de la investigación.....	8
3. Problema.....	8
4. Conceptualización y Operacionalización de Variables.....	9
5. Hipótesis.....	9
6. Objetivos.....	10
METODOLOGIA	
1.1 Tipo y Diseño de investigación.....	11
2.2 Población – Muestra.....	11
3.3 Técnicas e instrumentos de investigación.....	12
4.4 Procesamiento y análisis de la información.....	12
RESULTADOS	13
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN	19
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	21
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	23
ANEXOS	27

Tabla N° 01 Distribución según Etapas de vida en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.....	16
Tabla N° 02 Distribución según género en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.....	16
Tabla N° 03 Clasificación de trabajadores según IMC en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.....	17
Tabla N° 04 Porcentaje de trabajadores que identificaron la postura correcta de la Cabeza, columna vertebral y miembros superiores e inferiores en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.....	17
Tabla N° 05 Porcentaje de trabajadores que respondieron correctamente sobre mobiliario, Área, tiempo adecuado, y molestias frecuentes en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.....	18
Tabla N° 06 Porcentaje de trabajadores que respondieron correctamente sobre alteraciones posturales en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.....	19

Palabras Claves

Tema	Ergonomía Institucional
Especialidad	Terapia Física y Rehabilitación

Keywords

Subject	Institutional Ergonomics
Speciality	Physical therapy and rehabilitation

Línea de investigación

Línea de investigación	Salud pública
Área	Ciencias Médicas y de la Salud
Subárea	Ciencias de la Salud
Disciplina	Discapacidad por daño de la función motora y dolor.

RESUMEN

El presente informe de tesis denominado “Conocimiento en Higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”, realizado con un diseño básico descriptivo, y cuantitativo, con el objetivo de determinar en los trabajadores administrativos los conocimientos sobre Higiene Postural. La población estuvo constituida por 46 trabajadores administrativos de ambos sexos, el instrumento aplicado fue una encuesta con opciones múltiples y una sola respuesta correcta con el propósito de conocer el porcentaje de trabajadores que marquen correctamente. Los datos fueron procesados con el programa Excel 19 y SPSS V21 y sus resultados expresados en tablas, cuadros y graficas estadísticas. Resultados: En relación al tema de Higiene postural y adecuada posición anatómica, el número y porcentaje de trabajadores que respondieron de manera correcta fueron: 23 (50%) postura correcta de la cabeza; 28 (61%) de la espalda; 24 (52%) de la cadera; 22 (48%) de miembros superiores; 25 (54%) miembros inferiores, 20 (43%) mobiliario adecuado; 9 (20%) tiempo adecuado; 11 (24%) Área adecuada; 17 (37%) dolor de espalda; 18 (39%) dolor de cuello. En relación al tema sobre Alteraciones Posturales, el número y porcentaje de respuestas correctas fueron 17 (37%) sabe cómo se inicia; 21(46%) sobre el tratamiento; y 19 (41%) sobre el mobiliario y espacio. Conclusión: en promedio el 50% de trabajadores conoce sobre higiene postural y 43% sobre alteraciones posturales.

ABSTRACT

The present thesis report called "Knowledge in postural hygiene and postural alterations of the administrative staff of Hospital La Caleta de Chimbote 2020", made with a design basic descriptive and quantitative design, with the aim of determining knowledge about Hygiene in administrative workers Postural. The population consisted of 46 administrative workers of both sexes, the instrument applied was a survey with multiple options and a single correct answer in order to know the percentage of workers who marked correctly. The data were processed with the Excel 19 and SPSS V21 programs and their results expressed in tables, tables and statistical graphs. Results: In relation to the topic of postural hygiene and adequate anatomical position, the number and percentage of workers who answered correctly were: 23 (50%) correct posture of the head; 28 (61%) of the back; 24 (52%) of the hip; 22 (48%) of upper limbs; 25 (54%) lower limbs, 20 (43%) adequate furniture; 9 (20%) adequate time; 11 (24%) Adequate area; 17 (37%) back pain; 18 (39%) neck pain. In relation to the topic on Postural Alterations, the number and percentage of correct answers were 17 (37%) know how it starts; 21 (46%) on treatment; and 19 (41%) on furniture and space. Conclusion: on average 50% of workers know about postural hygiene and 43% about postural alterations.

INTRODUCCION

1. Antecedentes y Fundamentación Científica.

Sebastián (2020) realizó una investigación tipo diseño cualitativa donde incluyó a 45 adultos y aplicó una encuesta sobre normas y conocimientos en higiene postural. Resultados: se evidencia que en promedio el 80% desconoce la importancia de las posturas correctas en la prevención de padecer alteraciones posturales, el principal mobiliario señalado lo atribuyen a la silla y altura de los trabajadores.

Viñas (2020) investigó la relación sobre nivel del conocimiento entre los síntomas musculoesquelético asociados a la higiene postural inadecuada en 144 pacientes jóvenes. Los resultados reflejaron que el 81% de los pacientes desconocen la importancia de la higiene postural a pesar de referir dolor muscular, articular, y no mantener adecuada postura en sus actividades laborales y académicas.

Álvarez (2019) investigó el nivel de conocimiento y alteraciones posturales en 25 pacientes jóvenes 76% mujeres y 24% varones, donde se aplicó un cuestionario sobre nivel de conocimiento sobre higiene alteraciones posturales. Resultados: el 60% sí tiene conocimiento, 36% conoce poco y 4% no conoce

Beitia (2019), Su estudio propuso aplicar un diseño no experimental, transversal, descriptivo a 40 trabajadores y aplicó encuestas y entrevistas para evaluar nivel de conocimiento en temas relacionados a higiene postural. Resultados 50% adultos, según la escala aplicada, 52% no sabe sobre higiene postural, 23% nada, y 25% muy poco, otro resultado refleja que el 33% relaciona la higiene postural a problemas musculoesquelético.

Mishell (2019) Aplicó un plan de Higiene Postural a 30 personas del área administrativa, con la aplicación del test conocimiento por ExamView compuesta por 10 ítems. Resultados: el 76.4% respondieron correctamente al test de conocimiento y presentaron según la escala Visual Analógica con una puntuación máxima de dolor (9).

Encalada (2019) realizó una investigación aplicada en 50 padres de familia sobre higiene postural en el traslado en mochilas de espalda a sus hijos. Resultados: entre el 14.58% y 39.2% de los niños resultaron positivos en la evaluación de su ergonomía, y el 70% de los padres a quienes se les aplicó una encuesta sobre higiene postural, no conocían la importancia de un traslado adecuado, conocimiento que se incrementó hasta un 95% después de una capacitación.

Chalco (2018) planteó como propósito de investigación evaluar nivel de conocimiento en higiene y su relación en su calidad de vida de 228 estudiantes, se aplicó los cuestionarios Kuorinka y Whoqol ideales para medir el conocimiento de la buena higiene postural. Resultados: 59 % varones y 4.1% mujeres en total se halló que el 44.74% posee escasa información sobre higiene postural, asumen posturas incorrectas y presentan molestias en sus actividades diarias.

Saavedra (2018) realizó una investigación de diseño descriptivo en una población de 25 docentes, aplicó una encuesta y entrevista estructurada a fin de explorar cuánto conocen sobre higiene postural. Resultados: 20 docentes (80%) no tienen sobre higiene postural y solo 5 (20%) tienen conocimiento adecuado, en relación a padecer alteraciones posturales 95% de los docentes relacionan el nivel de conocimiento con alguna dolencia osteomuscular.

Huamani (2020) realizó un estudio donde aplicó un pre test para conocer el nivel de conocimiento en higiene postural y posterior a una actividad educativa aplicó un post test a 99 estudiantes de nivel secundaria los resultados fueron: 52.9% presentaron bajo conocimiento y 47.1% nivel medio, posterior a las charlas el 88.2% elevó su conocimiento y 11.8% mantenían un nivel.

Vera (2019) realizó una investigación correlacional sobre Higiene postural y síntomas músculo esqueléticos en 32 trabajadores administrativos, se diseñó y aplicó cuestionario para evaluar conocimiento en higiene postural y el cuestionario nórdico. Resultado: el 53.15% desconoce sobre higiene postural y no se relacionaron con la aparición de síntomas músculo esqueléticos.

Álvarez (2019) diseñó una investigación cuasi experimental donde evaluó mediante un pre y post la prevención de trastornos posturales mediante los buenos hábitos de posturales en 166 operarios de maquinarias, los resultados del pre test evidencio que el 41% de los trabajadores tiene un conocimiento medio, y en post test se alcanzó un 72.3% de trabajadores en nivel alto de conocimiento.

Mamani (2018) evaluó a 165 adolescentes cuanto conocen sobre las posturas adecuadas y la prevención de alteraciones posturales, los resultados revelaron que 41,2% de adolescentes carecen de información alcanzo un nivel medio y el 50,9% desconoce sobre ergonomía correcta o adecuada.

Chávez (2018) aplico una encuesta estructurada para evaluar cuanto conocen sobre higiene postural en un grupo de profesores, los resultados reflejaron que el 60 % posee un nivel medio sobre posturas adecuadas, 24 % bajo conocimiento, y solo 8% tiene un alto conocimiento, se evidencio que los docentes con escasa información sobre higiene postural presentan una sintomatología musculoesquelética.

Vásquez (2018) aplicó para su investigación un diseño observacional, un cuestionario sobre conocimiento en higiene postural síntomas en 100 pacientes jóvenes. Resultados: nivel de conocimiento medio 44%; bajo 23.9% con síntomas dorsales agudo y crónico; 37.5% conocimiento alto tienen molestias posturales leves. Se concluye que existe relación entre el dolor postural y nivel conocimiento en higiene postural y alteración postural.

Castro (2015) evaluó mediante entrevista a 60 adultos sobre problemas posturales y la importancia de una adecuada higiene postural: el nivel de conocimiento hallado fue: medio 60%, bajo 33%; alto 7%, se aplicó un programa de aprendizaje sobre higiene postural y el resultado reportó el nivel de conocimiento alto lo obtuvieron el 93% de los participantes, concluyendo que cuando más conocen sobre posturas adecuadas menor es el riesgo de alteración postural en la vida adulta.

Huapaya (2018) refiere que los trabajadores no son muy conscientes de la postura que se debe asumir para realizar una función o actividad laboral, actitud que en ocasiones puede estar relacionada a la falta de información, y en el caso de presentar molestias no son manejadas adecuadamente y no acuden al especialista y en ocasiones se automedican generando cronicidad de las molestias y con el tiempo desarrollan una alteración de la postura en región cervical, dorsal, lumbar, miembros superiores e inferiores, síntomas que pueden ser influenciados por el tipo de actividad, posición de trabajo y mobiliario, además de la condición física del trabajador. Por su parte Casado (2008) menciona que el 85% de problemas posturales no tienen una causa directa o se considera inespecífica, pero destaca que las estructuras musculoesqueléticas más afectadas son, las vértebras, ligamentos, tendones y músculos y que los principales signos y síntomas son el dolor agudo, limitación funcional corporal y que en la mayoría de los casos no requiere tratamiento quirúrgico, por lo que la higiene Postural permite adoptar posturas y realizar movimientos y corrige posturas viciadas y erróneas, para problemas posturales.

Ceem (2018) menciona que la postura humana debe ser natural, y se debe adecuar, corregir, y/o modificar según normas de ergonomía e higiene postural con el propósito de evitar la repetición de un hábito postural incorrecto que después se manifieste en alteración postural debido a inadecuada higiene postural. Por su parte Guardado (2019) sostiene que la higiene postural son acciones espontáneas del cuerpo que permite corregir una mala postura sin tener en cuenta la posición asumida, ya sea dinámica o estática.

Sánchez (1995) hace referencia que existen recomendaciones, normas y manuales que indican al trabajador son como realizar sus funciones teniendo en cuenta su ámbito espacial, mobiliario y tipo de actividad, todo con el objetivo de prevenir daños y/o lesiones musculares, esqueléticos que impidan su normal desempeño laboral.

Para poder entender la definición de Postura, debemos tener en que es la relación del cuerpo humano en un determinado espacio y lo practica la persona toda la vida, además debemos tener cuenta ciertas característica que dependen del sujeto y su entorno y según los autores se define como:

Kendall (1985) citado por López (2010, pág. 2) la coordinación articulada de los músculos, huesos, tendones en la actitud o posición que asume el cuerpo humano, Bobadilla (2018) lo define como la posición asumida que no produce dolor ni fatiga y no modifica el equilibrio, y desempeño del cuerpo humano.

Andújar y Santonja (1996) citado por López (2010, pág. 2) menciona que la Postura no produce sobrecarga a la columna, mientras que la Postura viciosa somete a estrés a las estructuras óseas, músculos, tendones, asimismo, menciona que la Postura armónica es la que asume cada individuo como adaptación y momento que asume una postura.

Santonja (1996) citado por López (2010, pág. 2), sostiene que son posiciones adaptables que no producen estrés al aparato locomotor, por su parte Dujardin (2009) lo define como una posición de equilibrada y con esfuerzo mínimo de aparato locomotor orientada en una línea vertical, el plano frontal, y sagital.

Zapata (2014) explica que la bipedestación es la capacidad del humano de mantener su cuerpo alineado con distribución de su peso sobre miembros inferiores, es una respuesta equilibrada a estímulos y percepciones sensoriales auditivas, sensoriales, musculares que reorienta la posición del cuerpo humano, y se caracteriza por mantener la cabeza correctamente orientada, pelvis, cadera y rodillas equilibrados, curvas de la columna sin alteraciones en su orientación, abdomen plano y el peso distribuido en ambos pies. Mandujano (2009) explica que en la mujer y durante el embarazo existe el riesgo de alteración postural, pero que el mismo cuerpo lo corrige asumiendo una postura “viciosa” y adecuada debido al incremento de peso abdominal, disminución de la capacidad ventilatoria y cambio de las posturas, que son transitorios y se corrigen después del parto.

Dujardin (2009) menciona que la bipedestación y el caminar es la característica anatómica del género humano y de otros bípedos manifiesta en la capacidad de mantenerse de pie de y realizar movimiento de locomoción, las estructuras anatómicas involucradas en la bipedestación humana: el cráneo que debido al soporte muscular se mantiene por encima del cuello, y tiene la capacidad de orientar y reorientar la posición y perpendicular al suelo; la columna vertebral que debe mantenerse derecha y alineada desde la primera vertebra (Atlas) que permite asumir una postura estática y/o dinámica; centro de gravedad asumida por las curvaturas de la columna vertebral (lordosis, cifosis); cadera y pelvis que constituyen el soporte del peso del cuerpo y deben mantener la capacidad de locomoción bípeda y la marcha; miembros inferiores donde destaca su constitución y longitud permite el establecer la distancia del paso, gasto energético, y cinética corporal; el pie presenta adaptaciones como la bóveda plantar, músculos y tendones que sirven como amortiguador y sistema de propulsión.

Elorza (2017) define que la posición de sedestación significa “estar sentado” y la sustentación corporal la asume la pelvis con distribución de peso sobre la superficie en la que reposa la pelvis. De otro lado, Mata (2018) agrega que la sedestación forma un ángulo pélvico en su plano sagital paralelo al asiento, formando una actitud de retroversión pélvica.

Becerra (2007). Refiere que la biomecánica de la postura de sedestación, puede tener influencia en la nuestra postura corporal, postura de la mano y muñeca; y del ángulo visual. Su principal ventaja es que facilita el retorno venoso en los miembros inferiores y mayor irrigación a la parte alta de cuerpo humano, y la principal desventaja es que debido al contacto directo prolongado con la superficie podría generarse una situación de estrés muscular, y fatiga visual, asimismo menciona que en la posición de sedestación – Sentada, involucra las siguientes estructuras: La columna vertebral cuyas curvaturas se adaptan y disminuye el cansancio muscular pero si se mantiene un ángulo $\geq 45^\circ$ genera fatiga muscular con disminución del campo visual generada por la fatiga muscular del cuello y hombros; los discos intervertebrales son sometidos al aumento de la presión Inter discal pudiendo variar dependiendo del tiempo de la posición sedante y del tipo de actividad a realizar; los músculos cumplen una función importante de llevar hacia atrás o adelante el tronco con la finalidad de mantenerlo erguido. Según el autor citado, existen tres tipos específicos de postura de Sedestación como: a) Postura Avanzada (hacia adelante) donde es evidente incremento de la presión interior abdominal y búsqueda de apoyo mediante los brazos; b) postura media, debido a sus curvaturas no se ejerce fatiga en la columna vertebral, pero dependerá del tipo de actividad laboral para desarrollar fatiga de la musculatura de la columna, y c) la postura retrasada, se evidencia un ángulo $>$ de 90° y se requiere de un respaldo para la columna, cabeza y nuca, por lo general en las actividades de oficina se asume las posturas tipo avanzada y la retrasada. De otro lado Bobadilla (2018) no recomienda descansar boca abajo o uso de almohada bajo las rodillas, colchones suaves, y no más de 8 horas de descanso.

2. Justificación.

La OMS (2019) sugiere que las posturas inadecuadas en el trabajo, ocasionan problemas de desempeño y/o discapacidad laboral por lo que se debe implementar directivas para evitar la medicación y recurrir las mejoras para el desempeño de las personas en el ámbito laboral, personal y familiar. Por su parte la Organización Panamericana de Salud (OPS 2013) recomienda que debemos mantener una buena postura corporal en todo momento para evitar fatiga muscular y tendinosa, el Ministerio de Salud (MINSA 2019) mediante norma técnica promueve y recomienda posturas correctas en el desempeño laboral y actividades cotidianas. La ejecución de la presente tiene las siguientes justificaciones: a) científica: identifiqué las deficiencias cognitivas de un tema que puede mejorar la calidad de vida de un trabajador administrativo como la higiene postural y alteraciones posturales; b) Práctico: por cuanto los instrumentos utilizados fueron suficientes en la recolección de la información, además de haber sido validados por expertos; c) Social: permitió con los resultados, un cambio positivo de los participantes y el deseo de conocer sobre la higiene postural y alteraciones posturales.

3. Problema

¿Cuál es el nivel de conocimiento de higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020?

4. Conceptualización y Operacionalización de Variables

DEFINICION CONCEPTUAL DE VARIABLE	DIMENSIONES (FACTORES)	INDICADORES	TIPO DE ESCALA DE MEDICION
VARIABLE: Nivel de Conocimiento: información adquirida mediante proceso de aprendizaje activa o pasiva nivel de conocimiento de higiene postural y alteraciones posturales	Posición de la cabeza	Erguida	Nominal
		Protección	
		Retracción	
	Posición de la espalda	Normal	
		Cifótica	
	Posición de la cadera	Neutra	
		Anteversión	
		Retroversión	
	Posición de miembros superiores	90°	
		110°	
		140°	
	Posición de miembros inferiores	90°	
		70°	
		120°	
	Duración de la posición	30 minutos	
		2 horas	
		4 horas	
		5 horas	
	Alteraciones posturales	cómo se inicia	
		sobre el tratamiento	
		Mobiliario y espacio	

5. Hipótesis

Jacqueline (2015) refiere que la propuesta descriptiva de la investigación no corresponde el planteamiento de hipótesis.

6. Objetivos

6.1. Objetivo General

Determinar el nivel de conocimientos sobre Higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo que labora en Hospital La Caleta de Chimbote, año 2021.

6.2. Objetivos Específicos.

- 1) Identificar el nivel de conocimientos sobre Higiene postural del personal administrativo que labora en Hospital La Caleta de Chimbote 2021
- 2) Evaluar el nivel de conocimientos sobre Alteraciones Posturales a trabajadores del área administrativa del Hospital La Caleta de Chimbote 2021.
- 3) Analizar los resultados de las encuestas aplicadas a la población de estudio.

METODOLOGÍA

1. Tipo y Diseño de la Investigación.

Básica: según el diseño se desarrolló información nueva y útil, información que puede servir para mejorar la salud ocupacional de los trabajadores administrativos del Hospital La Caleta. (Tamayo 2004).

Descriptiva: según la definición del diseño, se realizó un análisis de las características del problema de investigación que, mediante una encuesta estructurada nos permitió identificar la deficiencia cognitiva sobre higiene postural y alteraciones posturales en los trabajadores del Hospital La Caleta 2020. (Bernal 2010).

No Experimental: en este diseño solo se observó la ocurrencia de los hechos o eventos de manera espontánea por lo que los sujetos de estudio y los resultados no fueron expuestos a manipulación alguna. (Álvarez 2020).

Cuantitativa: según el autor citado los datos recogidos fueron susceptibles de ordenamiento, tabulación y medición en números enteros o fracción por consiguiente los resultados serán expresados en datos numéricos. (Fernández 2014)

Transversal: la recolección de los datos se realizó en un solo momento, en un solo tiempo único. (Monterola s2014)

2. Población y Muestra

Población – Muestra:

Población: se incluyó a los trabajadores administrativos que asistieron al área administrativa del Hospital La Caleta 2020.

Muestra: la muestra estuvo solo por los trabajadores que realizaron actividad administrativa presencial en el Hospital La Caleta 2020.

3. Técnica e Instrumentos de Investigación

Técnica de la investigación:

Según Hernández (2018), según el autor como técnica de investigación, se realizó una sensibilización previa a los participantes, para su participación libre, espontánea, y consentida, se les brindó las instrucciones sobre la forma adecuada de responder y se les entregó una encuesta para su lectura, interpretación y llenado correcto en un periodo de tiempo determinado.

Instrumento de Recolección de Datos: para el presente se diseñó un cuestionario con 13 preguntas con opciones múltiples y respuesta única, instrumento previamente validado mediante juicio de expertos,

4. Procesamiento y Análisis de la información.

Hernández (2018) recomienda el uso de instrumentos digitales tecnológicos para el procesamiento de datos, por lo que se utilizó el programa Excel 19 para generar resultados y representarlos mediante tablas estadísticas.

RESULTADOS

Culminado la tabulación, ordenamiento y procesamiento de la información del estudio de investigación “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”, se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 01.

Distribución según Etapas de vida en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.

Distribución según etapas de vida			
Etapa de Vida	N°	%	Total
18 - 29 años = Joven	7	15%	46
30 - 59 años = adulto	33	72%	
> 60 años = Adulto mayor	6	13%	

Interpretación: de acuerdo al número de participantes que fueron 46 trabajadores, encontramos según etapas de vida 7 (15%) jóvenes; 33 (72%) adultos; y 6 (13%) adultos mayores, lo que evidencia mayor porcentaje de trabajadores adultos.

Tabla 02.

Distribución según género en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”.

Genero	Distribución según genero		Total
	N°	%	
Hombre	22	48%	46
Mujer	24	52%	

Interpretación: según genero los participantes se distribuyeron en: 22 (48%) hombres y 24 (52%) mujeres.

Tabla 03.

Clasificación de trabajadores según IMC en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”

Distribución según IMC			
IMC	N°	%	Total
< 18.5 = bajo peso	0	0%	
18.5 - 24.9 = Normal	26	57%	46
25.0 - 29.9 = Sobrepeso	15	33%	
> 30 Obesidad	5	11%	

Interpretación: según la evaluación del Índice de Masa Corporal (IMC) los trabajadores se clasificaron como: Normal 26 (57%), Sobre peso 15 (33%), y Obesidad 5 (11%).

Tabla 04.

Porcentaje de trabajadores que identificaron la posición correcta de la Cabeza, columna vertebral y miembros superiores e inferiores en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”

Nivel de conocimiento sobre adecuada posición			
estructura anatómica	N°	%	Total
Cabeza	23	50%	
Espalda	28	61%	
Cadera	24	52%	46
Miembros superiores	22	48%	
Miembros Inferiores	25	54%	

Interpretación: evaluado las respuestas del 100% de participantes encontramos los porcentajes de trabajadores que identificaron la imagen de la posición correcta: 23 (50%) postura correcta de la cabeza; 28 (61%) de la espalda; 24 (52%) de la cadera; 22 (48%) de miembros superiores; 25 (54%) miembros inferiores.

Tabla 05.

Porcentaje de trabajadores que respondieron correctamente sobre mobiliario, Área, tiempo adecuado, y molestias frecuentes en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”

Mobiliario, Área, Tiempo adecuado y molestias principales			
Ambiente Laboral	N°	%	Total
Mobiliario Adecuado	20	43%	
Tiempo Adecuado	9	20%	
Área adecuada	11	24%	46
Dolor de Espalda	17	37%	
Dolor de Cuello	18	39%	

Interpretación: evaluado las respuestas del 100% de participantes encontramos los porcentajes de trabajadores que respondieron correctamente como sigue: 20 (43%) mobiliario adecuado; 9 (20%) tiempo adecuado; 11 (24%) Área adecuada; 17 (37%) dolor de espalda; 18 (39%) dolor de cuello.

Tabla 06.

Porcentaje de trabajadores que respondieron correctamente sobre alteraciones posturales en el estudio “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”

Porcentaje de Trabajadores que conocen sobre Alteración Postural			
Sobre Alteración Postural	N°	%	Total
Como se Inicia	17	37%	
Sobre el Tratamiento	21	46%	46
Mobiliario y espacio	19	41%	

Interpretación: evaluado las respuestas del 100% de participantes encontramos los porcentajes de trabajadores que respondieron correctamente sobre alteración postural 17 (37%) sabe cómo se inicia; 21(46%) sabe sobre el tratamiento; y 19 (41%) sabe sobre el mobiliario y espacio adecuado.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN.

Culminada la etapa de presentación de los resultados se procedió a establecer el análisis y discusión de la investigación denominada “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2021”.

De acuerdo al número de participantes que fueron 46 trabajadores, encontramos según etapas de vida 7 (15%) jóvenes; 33 (72%) adultos; y 6 (13%) adultos mayores, lo que evidencia mayor porcentaje de trabajadores adultos, y según género 22 (48%) hombres y 24 (52%) mujeres; como resultados de la evaluación IMC se clasificaron como: Normal 26 (57%), Sobre peso 15 (33%), y Obesidad 5 (11%). Martínez (2018) reporto 65,4% de sexo femenino. En cuanto a higiene postural se evaluó la posición anatómica correcta encontrando que: 23 (50%) identificaron la posición correcta de la cabeza; 28 (61%) de la espalda; 24 (52%) de la cadera; 22 (48%) de miembros superiores; 25 (54%) de los miembros inferiores; 20 (43%) el mobiliario adecuado; 9 (20%) el tiempo adecuado; 11 (24%) el área adecuada; y en relación a los síntomas identificaron: 17 (37%) dolor de espalda; 18 (39%) dolor de cuello. En relación a alteraciones posturales encontramos que el porcentaje de trabajadores que respondieron correctamente fue: 17 (37%) sabe cómo se inicia; 21(46%) sabe sobre el tratamiento; y 19 (41%) sabe sobre el mobiliario y espacio adecuado. Comparado con otros estudios: Sebastián (2020) reporto de 45 trabajadores el 90% desconocen de recomendaciones en higiene postural en el trabajo; Viñas (2020) señaló que el 81% han padecido dolor asociado a una inadecuada postura; Beitia (2019) halló en 40 trabajadores que el 52%, conoce muy poco sobre higiene postural, practica posturas inadecuadas, usan mobiliario incorrecto y padecen de dolor de espalda; Mishell (2019) 30 personas (100%) del área administrativa asocian dolor postural al mobiliario; Encalada (2019)reporto que de 50 trabajadores, el 70% tenía algún conocimiento sobre higiene postural; Chalco (2018) señaló que de 228 participantes el 44.74%. no conocen sobre la higiene postural y asumen posturas incorrectas; Vera (2019) menciona que de 32 trabajadores administrativos el 53.15% no tiene conocimiento sobre higiene postural;

Álvarez (2019) 166 administrativos el 41% conocen poco sobre higiene postural; Chávez (2018) el 24 % tiene bajo conocimiento ; Vásquez (2018) reporto que el 23,9% no conoce de higiene postural y padecen de dolor postural; Huamani (2020) 52.9% presentaron un bajo nivel de conocimiento y 47.1% nivel medio; Mamani (2018) 41,2% un nivel medio y el 50,9% no respeta las recomendaciones sobre ergonomía; Álvarez (2019) el 60% si tiene conocimiento, 36% conoce poco y 4% no conoce; Saavedra (2018) 80% no tienen sobre higiene postural y solo y 5 (20%) conoce sobre higiene postural; Castro (2015) 60% un nivel de conocimiento medio y 33% nivel bajo y solo el 7% alcanzo un nivel alto; En resumen, los resultados hallados en la investigación están acorde con los antecedentes presentados.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Al finalizar la fase de procesamiento de datos para los resultados en la investigación de pregrado “Conocimiento de Higiene Postural en el personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2021” se planteó las siguientes conclusiones:

Conclusiones:

- 1) En relación al tema de Higiene postural y adecuada posición anatómica, el número y porcentaje de trabajadores que respondieron de manera correcta fueron: 23 (50%) postura correcta de la cabeza; 28 (61%) de la espalda; 24 (52%) de la cadera; 22 (48%) de miembros superiores; 25 (54%) miembros inferiores, 20 (43%) mobiliario adecuado; 9 (20%) tiempo adecuado; 11 (24%) Área adecuada; 17 (37%) dolor de espalda; 18 (39%) dolor de cuello.
- 2) En relación al tema sobre Alteraciones Posturales, el número y porcentaje de respuestas correctas fueron 17 (37%) sabe cómo se inicia; 21(46%) sobre el tratamiento; y 19 (41%) sobre el mobiliario y espacio.
- 3) Analizando los resultados encontramos que los trabajadores administrativos en promedio el 50% de trabajadores conoce sobre higiene postural y 43% sobre alteraciones posturales

Recomendaciones

1. Continuar con la investigación una vez incorporados el total de trabajadores administrativos que se encuentran considerados como vulnerables por la epidemia covid 19.
2. Proponer un programa de capacitación y educación en higiene postural y actividades de prevención en trastornos posturales.
3. Socializar los resultados con el personal administrativos y autoridades de la institución auspiciadora de la investigación.

Referencias bibliográficas.

- Álvarez A., (2020). Clasificación de las investigaciones. Universidad de Lima, Facultad de Ciencias Empresariales y Económicas, Carrera de Negocios Internacionales. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12724/10818>
- Álvarez, C., (2019). Efectividad de una intervención educativa de enfermería en el conocimiento sobre higiene postural y prevención de trastornos musculoesqueléticos de espalda en operarios de la Empresa Interforest SAC (Tesis de grado). Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12866/6564>
- Álvarez, J., (2019). Nivel de conocimiento de higiene postural y su relación con el dolor de espalda, en los alumnos de la Institución Educativa “Bruno Terreros Baldeon”, Muquiyauyo 2019. Recuperado de: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8783/1/IV_FCS_507_TI_Alvarez_Palomino_2019.pdf
- Becerra, A. (2007). BIOMECÁNICA. Universidad Tecnológica de la Habana. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/312503494_BIOMECANICA
- Beitia, J. (2019). Factores predisponentes asociados a la higiene postural de la espalda. Personal administrativo de UDELAS, Chiriquí. Recuperado de: <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/286>
- Bernal, C. (2010) Metodología de la Investigación 3ra Edición. Recuperado de: <https://es.pdfdrive.com/metodolog%C3%ADa-de-la-investigaci%C3%B3n-3era-edici%C3%B3n-bernal-e39289351.html>
- Bobadilla, A. (2018). Medidas ergonómicas sobre la higiene postural desde una perspectiva enfermera. Recuperado de: <https://repositorio.upct.es/bitstream/handle/10317/7436/tfm-bob-med.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Casado, M. (2008). Etiología, cronificación y tratamiento del dolor lumbar. Clínica y Salud, 19(3), 379-392. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742008000300007&lng=es&tlng=es.
- Castro, Y., (2015). Efectividad del programa educativo “Vejez activa, vida feliz” en el nivel de conocimiento sobre prevención de la cifosis postural en adultos mayores del Pueblo Joven 2 de Mayo, Chimbote 2014. Recuperado de: <http://repositorio.uns.edu.pe/handle/UNS/2741>
- CEEM (2018) Higiene Postural Concejo Estatal de Estudiantes de Medicina. España. Recuperado de: <http://agora.ceem.org.es/wp-content/uploads/documentos/saludpublica/higienepostural.pdf>

- Chalco, Y. (2019). Elaboración de un programa de higiene postural para mejorar la calidad de vida de los estudiantes que acuden al servicio de fisioterapia de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí. Recuperado de:
<http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/13455>
- Chávez, G. (2019). Nivel de conocimiento de higiene postural y su relación con el dolor de espalda, en docentes de centros de educación básica especial de los distritos de Magdalena del Mar y Jesús María, Lima 2018. Recuperado de:
<https://hdl.handle.net/20.500.12672/10436>
- Dujardin, F. (2009). Anatomía y fisiología de la marcha, de la posición sentada y de la bipedestación. EMC-Aparato locomotor, 42(3), 1-20. Recuperado de:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1286935X09708925?via%3Dihub>
- Elorza, Á., (2017). Sedestación o permanecer sentado mucho tiempo: riesgo ergonómico para los trabajadores expuestos. Revista CES Salud Pública, 8(1), 134-147. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6176889>
- Encalada, E. (2019). Prevención de alteraciones posturales a los usuarios de 30 a 50 años de edad, que asisten a la Fundación María Otilia de la Ciudad de Guayaquil. Julio 2016-julio 2017. Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación, 31(1-2), 17-20. Recuperado de:
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=90470>
- Fernández C., (2014). Metodología de la Investigación. Editorial McGraw Hill. Recuperado de:
<https://dspace.scz.ucb.edu.bo/dspace/bitstream/123456789/166/1/1646.pdf>
- Guardado, J. (2019) Higiene Postural y Ergonomía. Hospital Nacional San Pedro Usulután. El Salvador. Recuperado de:
https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/webconferencias_2019/telesalud_2019_presentaciones/presentacion18092019/HIGIENE-POSTURAL-Y-ERGONOMIA.pdf
- Hernández-Sampieri, R., (2018). Metodología de la investigación (Vol. 4). México[^] eD. F DF: McGraw-Hill Interamericana. Recuperado de:
<http://187.191.86.244/rceis/registro/Metodolog%C3%ADa%20de%20la%20Investigaci%C3%B3n%20SAMPIERI.pdf>
- Huamani, A., (2020). Programa educativo "PEPA" para el conocimiento de higiene postural en estudiantes del colegio 20827 Huacho. Recuperado de:
<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/14723>
- Huapaya, C. (2018). Postural evaluation and presence of osteo-muscular pain in workers of a mother-child clinic in the city of Lima. Revista Médica Herediana, 29(1), 17-21. <https://dx.doi.org/https://doi.org/10.20453/rmh.v29i1.3256>

- Jacqueline, H. (2015). El proyecto de investigación. Comprensión holística de la metodología y la investigación. Ediciones Quirón. Octava edición. Venezuela. Recuperado de:
<https://core.ac.uk/download/pdf/336840812.pdf>
- López, P. (2010). Postura corporal y cargas raquídeas. Recuperado de:
<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/9583/1/Postura%20corporal%20y%20cargas%20raqu%C3%ADdeas.pdf>
- Mandujano, M. (2009) el Bipedalismo del humano las aportaciones de ferenc kanota. Recuperado de:
<https://biblat.unam.mx/es/revista/casa-del-tiempo/articulo/el-bipedalismo-del-humano-las-aportaciones-de-ferenc-katona>
- Mamani Ticona, K. K. (2018). Nivel de conocimiento y aplicación de normas de la ergonomía en los estudiantes del nivel primario IE Gerardo Arias Copaja Tacna–2018. Recuperado de:
<http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/3322>
- Mata O. (2018) La Sedestación, Inductora de la Marcha – Madrid. Recuperado de:
<https://blogceapat.imserso.es/wp-content/uploads/2018/08/La-sedestaci%C3%B3n-inductora-de-la-marcha.pdf>
- MINSA (2015) Gestión para la promoción de la actividad física para la salud. Documento técnico, Ministerio de Salud Perú, recuperado de:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/320833-gestion-para-la-promocion-de-la-actividad-fisica-para-la-salud-documento-tecnico>
- Mishell, K., (2019). Higiene postural en la prevención de trastornos de la columna vertebral. Universidad Nacional de Chimborazo, 2019 (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Chimborazo). Recuperado de:
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6127>
- OMS (2019) Atención del dolor lumbar: ¿los sistemas de salud son eficaces? Organización Mundial de la Salud. Recuperado de:
<https://www.who.int/bulletin/volumes/97/6/18-226050-ab/es/>
- OPS (2013) Caminar erguido cuida la salud de la columna Organización Panamericana de la Salud – Ecuador. Recuperado de:
https://www.paho.org/ecu/index.php?option=com_content&view=article&id=944:junio-7-2013&Itemid=972
- Saavedra, E., (2018). Programa para el desarrollo adecuado de la higiene postural en docentes del CEPIES de la Ciudad de La Paz (Doctoral dissertation). Recuperado de:
<http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/17308>

- Sánchez, P. (1995). Higiene postural. Educación de la postura y prevención de las anomalías en el contexto escolar. *Habilidad motriz: Revista de ciencias de la actividad física y del deporte*, (6), 44-49. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4163285>
- Sebastián, N., (2020). Higiene postural en la prevención de trastornos de columna vertebral. Municipio San Miguel de Bolívar. 2019 (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Chimborazo, 2020). Recuperado de:
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6455>
- Vásquez, C. (2018). Relación entre dolor postural, conocimiento y aplicación de ergonomía postural en estudiantes de estomatología de la Universidad Señor de Sipán, 2018. Recuperado de:
<http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/4736>
- Vera, V. (2019). Higiene postural y aparición temprana de síntomas músculo esqueléticos en el personal administrativo y docente del colegio San Andres-Lima, 2019. Recuperado de:
<http://repositorio.unac.edu.pe/handle/UNAC/4280>
- Viñas, J. (2020). Evaluación de la higiene postural a través de la Aplicación del Cuestionario Nórdico Musculo-esquelético en la Universidad de Oriente Veracruz. *UNIVERSCIENCIA*. Recuperado de:
<http://revista.soyuo.mx/index.php/uc/article/view/103>
- Zapata, G., (2014). Corrección postural, prevención de la inmovilidad y fomento de la actividad física. Madrid, España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad. Instituto de Mayores y Servicios Sociales. Saltijera, María (México, 2015), en su trabajo Identificación de estresores. Recuperado de:
http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/imserso_postural_demencia-01-2015.pdf

ANEXOS

a) Consentimiento informado

Universidad Privada San Pedro
“ Facultad de Ciencias de la Salud ”

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo....., de años de edad y con
DNI afirmo que he leído la Hoja de información que se me ha entregado, he
podido hacer preguntas sobre el estudio titulado “ **CONOCIMIENTO EN HIGIENE POSTURAL
EN EL PERSONAL ADMINISTRATIVO DEL HOSPITAL LA CALETA DE CHIMBOTE 2021** ”
que está realizando el egresado de bachiller Diego Jara Rodríguez, se me ha informado de
forma comprensible sobre el tema expuesto, he tenido oportunidad de aclarar cuantas dudas
tenía sobre el tema a realizar.

Que he sido también informado/a de que mis datos personales serán protegidos de acuerdo con lo
que dispone la Ley de esta materia y no serán usados sin mi consentimiento previo.

Firma. _____

Fecha: ____/____/____

b) Instrumento de recolección de datos

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE TECNOLOGIA MEDICA
ESPECIALIDAD TERAPIA FISICA Y REHABILITACION
INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS
Conocimiento en Higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020

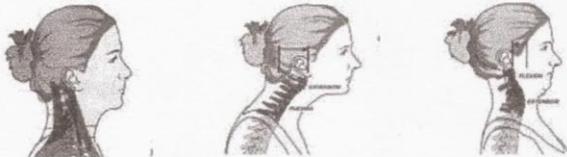
FICHA DE EVALUACION

Nombres: _____

Fecha: _____ Área: _____

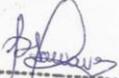
I. Sobre Higiene Postural.

1. Marque o señale la posición correcta de la cabeza



2. Posición de la espalda





Rojás Samanez Lesly Vanessa
Tecnólogo Médico
C.T.M.P. 8867

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE TECNOLOGIA MEDICA
ESPECIALIDAD TERAPIA FISICA Y REHABILITACION
INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

*Conocimiento en Higiene postural y alteraciones posturales del personal
administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020*

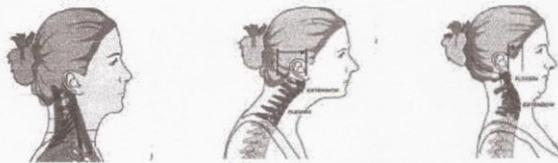
FICHA DE EVALUACION

Nombres: _____

Fecha: _____ Área: _____

I. Sobre Higiene Postural.

1. Marque o señale la posición correcta de la cabeza



2. Posición de la espalda




Lic. Rosalinda López Pereda
Fisioterapeuta
C.T.M.P. 8635

3. Posición de la cadera



4. Posición de Miembros Superiores.



5. Posición de Miembros Inferiores



6. Duración de una posición

- a) 30 minutos
- b) 2 horas
- c) 5 horas
- d) 4 horas

7. Área de Trabajo

- a) Adecuado
- b) Inadecuado
- c) Compartido
- d) Pequeño

8. Tipo de Mobiliario



9. IMC

- a) Peso.....grs
- b) talla.....cms

10. Sintomatología

- a) Dolor de espalda
- b) Dolor de cuello
- c) Dolor de caderas
- d) Fatiga visual

II. Sobre alteraciones Posturales

11. Como se Inicia:

- a) Se desarrolla desde el nacimiento
- b) A cualquier edad
- c) Solo ocurre en adultos mayores
- d) No tiene que ver el peso de la persona

12. Sobre el tratamiento:

- a) Solo se requiere reposo
- b) Se debe acudir a un profesional
- c) Se pueden tomar calmantes
- d) Actividad física supervisada.

13. Sobre mobiliario y espacio:

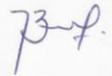
- a) No tiene ninguna relación.
- b) El mobiliario no es importante
- c) Se debe respetar el diseño y dimensiones
- d) Debe existir relación sobre tipo de mobiliario y tipo de usuario.

Calificación:

- 1) No sabe : 0 respuestas afirmativas
- 2) Sabe Poco : 2 respuestas afirmativas
- 3) Si sabe : > 2 respuestas afirmativas.



Rojón Samánez Lesly Yanes
Tecnólogo Médico
C.T.M.P. 8867



Budinichi Neira Luis Miguel
Tecnólogo Médico
C.T.M.P. 9247



Lic. Lesly Janeth López Pereda
Tecnólogo Médico
C.T.M.P. 8635

c) Informe de conformidad del asesor.



INFORME DE ASESORÍA DE TESIS

A : **Dr. Agapito Enríquez Valera**
Director del Programa de Estudios de Tecnología Médica

De : **Mg. Pantoja Fernández Julio Cesar.**
Asesor de Tesis

Asunto : **Culminación de Informe de Tesis**

Fecha : Chimbote, 17 de junio del 2021

Ref. RESOLUCIÓN DE DIRECCION DE ESCUELA N°0187-2020-USP-EAPTM/D
(Designación de Asesor)

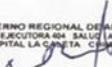
Tengo a bien dirigirme a usted, para saludarla cordialmente y al mismo tiempo informarle que el Informe de Tesis titulado **"CONOCIMIENTO EN HIGIENE POSTURAL Y ALTERACIONES POSTURALES DEL PERSONAL ADMINISTRATIVO DEL HOSPITAL LA CALETA DE CHIMBOTE 2020"** del egresado **JARA RODRÍGUEZ DIEGO MAURICIO**, del Programa de Estudios de Tecnología Médica en la especialidad de Terapia Física y Rehabilitación, se encuentra en condición de ser evaluada por los miembros del Jurado Dictaminador.

Contando con su amable atención al presente, es ocasión propicia para renovarle las muestras de mi especial deferencia personal.

Atentamente,

Mg. Pantoja Fernández Julio Cesar
Asesora de Tesis

d) Tramite documentario para ejecución de investigación HALC

 MINISTERIO DE SALUD GOBIERNO REGIONAL DE ANCASH DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD ANCASH HOSPITAL LA CALETA	Unidad de Apoyo a la Docencia e Investigación
“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de independencia”	
Chimbote, 07 de abril del 2021	
OFICIO N° 0718 -2021-HLC-CH/UADI.	
Señor Diego Mauricio JARA RODRIGUEZ Bach. Tecnología Médica Universidad San Pedro <u>PRESENTE.-</u>	
ASUNTO : <u>ACEPTACION A DESARROLLO DE TESIS.</u>	
REF. : HETG. N°12054 -SOLICITUD DE PROYECTO DE TESIS	
<p>Presentándole mi cordial saludo me dirijo a Ud., para hacer de su conocimiento nuestra aceptación a vuestra Solicitud de obtención de datos (Encuestas) en nuestra Institución para la elaboración de su Tesis: "Conocimiento en Higiene Postural y Alteraciones Posturales del Personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote".</p> <p>Habiéndose al respecto coordinado con el Médico Responsable de Salud Ocupacional HLC. por lo cual deberá iniciar su aplicación de Encuestas a partir del 19 de Abril 2021 asistiendo con sus correspondientes Elementos de Protección Personal (EPP).</p> <p>Recordándole considerar el conocimiento del consentimiento informado de los participantes de las Encuestas a aplicar.</p> <p>Sin otro particular, me suscribo de Ud.,</p>	
Atentamente;	
 12-04-2021	
 N/nezv Ch-07-2021 ch.	 GOBIERNO REGIONAL DE ANCASH UNIDAD EJECUTORA DE SALUD LA CALETA HOSPITAL LA CALETA CHIMBOTE Dr. Marco Antonio Montoya Cieza CMP 039057 DIRECTOR EJECUTIVO

e) Constancia similitud USP

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Vicerrector de Investigación de la Universidad San Pedro:

HACE CONSTAR

Que, de la revisión del trabajo titulado **“Conocimiento en higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020”** del (a) estudiante: **Diego Mauricio Jara Rodriguez** identificado(a) con **Código N° 1114100095**, se ha verificado un porcentaje de similitud del **12%**, el cual se encuentra dentro del parámetro establecido por la Universidad San Pedro mediante resolución de Consejo Universitario N° 5037-2019-USP/CU para la obtención de grados y títulos académicos de pre y posgrado, así como proyectos de investigación anual Docente.

Se expide la presente constancia para los fines pertinentes.

Chimbote, 5 de Octubre de 2021



UNIVERSIDAD SAN PEDRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN
Dr. CARLOS URBINA SANJINES
VICERRECTOR



NOTA:
Este documento carece de valor si no tiene adjunta el reporte del Software TURNITIN.

www.usanpedro.edu.peUrbanización Ladera del Norte H-11
Teléfono: 043 - 483000
vicerrectoria.de.investigacion@usanpedro.edu.pe
<http://investigacion.usanpedro.edu.pe>

f) Formato de publicación en el repositorio de la USP



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

1. Información del Autor		
Jara Rodríguez Diego Mauricio	71041674	jararoddiego@gmail.com
<small>Apellidos y Nombres</small>	<small>DNI</small>	<small>Correo Electrónico</small>
2. Tipo de Documento de Investigación		
<input checked="" type="checkbox"/> Tesis	<input type="checkbox"/> Trabajo de Sufrancia Profesional	<input type="checkbox"/> Trabajo Académico
<input type="checkbox"/> Trabajo de Investigación		
3. Grado Académico o Título Profesional		
<input type="checkbox"/> Bachiller	<input checked="" type="checkbox"/> Título Profesional	<input type="checkbox"/> Título Segunda Especialidad
<input type="checkbox"/> Maestría	<input type="checkbox"/> Doctorado	
4. Título del Documento de Investigación		
<p>Conocimiento en Higiene Postural y alteraciones posturales del personal Administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2021</p>		
5. Programa Académico		
<p>TECNOLOGIA MECICA</p>		
6. Tipo de Acceso al Documento		
<input checked="" type="checkbox"/> Abierto a P.M.A. * (Inicio=InicioBibliotecaOpenAccess)	<input type="checkbox"/> Acceso restringido * (Inicio=RepositorioInstitucionalUSP)	
<small>* En caso de restringido sustentar motivo.</small>		

A. Originalidad del Archivo Digital

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador y forma parte del proceso que conduce a obtener el grado académico o título profesional.

B. Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS¹

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra e todo el documento.²



Huella Digital

Lugar: Chimbote

Fecha: 03 10 21



Firma

Referencias

1. Según Resolución de Consejo Directivo N° 001-2019-01-001-2019, del 15 de febrero de 2019, del Director de Investigación Científica y Tecnológica de la Universidad San Pedro.
2. Ley N° 26502, Ley que aprueba el Reglamento Nacional de la Ley de Acceso Abierto a la Información Pública, promulgada el 15 de febrero de 2019.
3. Ley N° 26502, Ley que aprueba el Reglamento Nacional de la Ley de Acceso Abierto a la Información Pública, promulgada el 15 de febrero de 2019.
4. Ley N° 26502, Ley que aprueba el Reglamento Nacional de la Ley de Acceso Abierto a la Información Pública, promulgada el 15 de febrero de 2019.
5. Ley N° 26502, Ley que aprueba el Reglamento Nacional de la Ley de Acceso Abierto a la Información Pública, promulgada el 15 de febrero de 2019.
6. Ley N° 26502, Ley que aprueba el Reglamento Nacional de la Ley de Acceso Abierto a la Información Pública, promulgada el 15 de febrero de 2019.
7. Ley N° 26502, Ley que aprueba el Reglamento Nacional de la Ley de Acceso Abierto a la Información Pública, promulgada el 15 de febrero de 2019.

Nota: En caso de haberse otorgado la licencia Creative Commons, se debe indicar el tipo de licencia en el campo de comentarios del formulario de autorización.

g) Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA						
<i>Conocimiento en Higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020</i>						
Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Dimensiones	Escala	Metodología
¿Cuál es el nivel de conocimiento de higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo del Hospital La Caleta de Chimbote 2020?	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar el nivel de conocimientos sobre Higiene postural y alteraciones posturales del personal administrativo que labora en Hospital La Caleta de Chimbote, año 2021.</p>	<p>Jacqueline (2015) refiere que la propuesta descriptiva de la investigación no corresponde el planteamiento de hipótesis.</p>	<p>VARIABLE:</p> <p>Nivel de Conocimiento: información adquirida mediante proceso de aprendizaje activa o pasiva</p> <p>nivel de conocimiento de higiene postural y alteraciones posturales</p>	Posición de la cabeza	Nominal	<p>Básica: según el diseño se desarrolló información nueva y útil, información que puede servir para mejorar la salud ocupacional de los trabajadores administrativos del Hospital La Caleta. (Tamayo 2004).</p>
				Posición de la espalda		<p>Descriptiva: según la definición del diseño, se realizó un análisis de las características del problema de investigación que, mediante una encuesta estructurada nos permitió identificar la deficiencia cognitiva sobre higiene postural y alteraciones posturales en los trabajadores del Hospital La Caleta 2020. (Bernal 2010).</p>
	Posición de la Cadera			<p>No Experimental: en este diseño solo se observó la ocurrencia de los hechos o eventos de manera espontánea por lo que los sujetos de estudio y los resultados no fueron expuestos a manipulación alguna. (Álvarez 2020).</p>		
	Posición de miembros superiores			<p>Cuantitativa: según el autor citado los datos recogidos fueron susceptibles de ordenamiento, tabulación y medición en números enteros o fracción por consiguiente los resultados serán expresados en datos numéricos. (Fernández 2014)</p>		
	Posición de miembros inferiores			<p>Transversal: la recolección de los datos se realizó en un solo momento, en un solo tiempo único. (Monterola s2014)</p>		
	Duración de la Posición					
	Alteraciones Posturales					

h) Base de datos:

DATOS DEL PACIENTE							cabeza			espalda			cadera			M. Superiores			M. Inferiores			Mobiliario			tiempo posicion				Area de Trabajo				Sintomatologia			
N°	Edad	hombre	mujer	Peso	Talla	IMC	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d			
1	68		1	68	1.62	20.99		1		1			1			1		1			1			1			1				1					
2	65		1	49	1.5	16.33	1					1				1		1			1				1				1			1				
3	58		1	75	1.7	22.06	1					1	1				1		1			1				1				1						
4	38	1		84	1.88	22.34	1					1		1			1		1			1				1				1						
5	66		1	44	1.48	14.86	1					1		1			1		1			1				1				1						
6	41	1		86	1.73	24.86	1					1		1			1		1			1			1		1			1				1		
7	39	1		77	1.7	22.65	1					1	1				1		1			1			1				1							
8	43		1	93	1.7	27.35	1					1	1				1		1			1				1				1						
9	46	1		74	1.68	22.02	1					1		1			1		1			1						1	1							
10	23		1	58	1.53	18.95	1					1		1			1		1					1			1			1						
11	55		1	65	1.61	20.19			1			1		1			1		1						1	1								1		
12	49	1		70	1.65	21.21	1					1		1			1		1			1					1							1		
13	66	1		54	1.69	15.98			1			1		1			1		1			1					1							1		
14	65	1		47	1.54	15.26	1					1		1			1		1			1					1							1		
15	53		1	58	1.55	18.71	1					1		1					1			1				1								1		
16	40	1		89	1.71	26.02	1					1			1				1			1				1								1		
17	37		1	62	1.8	17.22			1			1					1				1				1			1						1		
18	36	1		92	1.8	25.56		1				1					1				1				1			1						1		
19	39		1	61	1.55	19.68		1				1					1				1			1	1			1						1		
20	40	1		65	1.66	19.58			1			1					1				1				1			1						1		
21	28		1	56	1.52	18.42		1				1		1					1			1			1			1						1		
22	27		1	62	1.55	20	1					1		1					1			1			1			1						1		
23	27		1	55	1.5	18.33	1					1		1					1			1				1								1		

i) Evidencias Graficas









