

FAJAS LUMBARES

Centers for Disease Control and Prevention (CDC),
National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH)

NO SE HALLÓ EVIDENCIA DE QUE LAS FAJAS LUMBARES REDUZCAN DAÑOS, SEGÚN ESTUDIO REALIZADO CON TRABAJADORES USUARIOS

Washington, DC— En el mayor estudio llevado a cabo por NIOSH, del Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC), no se encontró evidencia alguna de que el uso de fajas lumbares (back belts), reduzca los daños o los dolores en la espalda de los trabajadores que levantan o mueven mercaderías. Estos resultados fueron publicados en el boletín del 6 de diciembre de 2000, del Journal of the American Medical Association (JAMA).

El estudio, desarrollado por dos años entre más de 9.000 trabajadores, no encontró diferencias estadísticas significativas entre los índices de incidencia en los reclamos de compensaciones por daños en la espalda relacionados con el trabajo, entre los trabajadores que utilizaron las fajas lumbares habitualmente todos los días y aquellos que nunca las usaron, o que las usaron no más de una o dos veces al mes.

Los resultados obtenidos son consistentes con los hallazgos anteriores del NIOSH, informados en 1994, que indicaban que no existía evidencia científica suficiente de que el uso de estas fajas protegiera realmente a los trabajadores de los riesgos de daños laborales producidos en la espalda.

Los trabajadores estudiados realizaban tareas de manipulación de materiales (levantamiento y transporte de mercaderías). Se evaluaron los hábitos de uso de las fajas, historia laboral de los trabajadores, estilo de vida, características demográficas, grado de satisfacción con el trabajo, etc.

Los hallazgos del estudio incluyeron lo siguiente:

- No hay diferencias estadísticas significativas entre los índices de daños en la espalda entre los trabajadores que emplearon fajas lumbares a diario y los que nunca las usaron.
- Una historia de daños anteriores en la espalda es el factor de riesgo de mayor importancia para predecir nuevos reclamos por daños o dolores en la espalda entre los empleados, sin importar el uso de fajas lumbares. El índice entre aquellos que tenían un antecedente de daño en la espalda casi duplica al de los trabajadores sin antecedentes.
- Incluso para los trabajadores en las tareas más exigentes no se hallaron diferencias en las tasas de incidencia asociadas con el uso de fajas lumbares.

Otros estudios del NIOSH indican que, entre los efectos fisiológicos de las fajas lumbares, su uso por largos periodos puede disminuir la tonicidad muscular abdominal, incrementando la posibilidad de generación tanto de daños en la espalda como de hernias umbilicales.

La falsa sensación de seguridad que pueden dar las fajas lumbares altera la percepción de capacidad de carga, sometiendo a los trabajadores a sobreesfuerzos que pueden derivar también en daños a la espalda o hernias inguinales. (Ver: "Workplace Use of Back Belts" – NIOSH – Julio 1994).

Para detalles completos, dirigirse a: <http://www.cdc.gov/niosh/beltinj.html>