

# Archivos Formación

Actividad en proceso de acreditación por la Comisión de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud y por el Consell Català de la Formació Continuada de les Professions Sanitàries.

*El desarrollo profesional continuo, además de ser exigible legalmente en nuestro país desde la publicación de la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias (Ley 44/2003), es una autoexigencia de todo profesional de la salud laboral que aspira a desarrollar un trabajo de calidad. Actividades como la formación continuada basada en la lectura de textos científicos contribuyen al desarrollo y mantenimiento de las competencias necesarias para el ejercicio profesional.*

*Archivos Formación es una iniciativa de la Societat Catalana de Salut Laboral que permitirá a los lectores de Archivos de Prevención de Riesgos Laborales avanzar en su formación personal continuada en el campo de la salud laboral, obteniendo además créditos oficiales de formación médica continuada. Esta sección está coordinada por Águeda Giráldez Fernández.*

Las siguientes preguntas se basan en los artículos publicados en este número.  
**Para cada pregunta hay una única respuesta correcta.**

**1. La gama de problemas de salud que pueden sufrir los músicos es amplia e incluye:**

- a) Trastornos musculoesqueléticos.
- b) Problemas auditivos.
- c) Disonías focales.
- d) Todos los anteriores.
- e) Ninguno de los anteriores.

**2. Señale la respuesta FALSA en relación a las alteraciones motoras en los músicos:**

- a) Son poco frecuentes e incluyen formas leves como la motora temporal con reducción a corto plazo de las habilidades motoras.
- b) La distonía del músico está caracterizada por la pérdida permanente de control de movimientos altamente precisos al tocar un instrumento musical.
- c) La prevalencia de los trastornos músculo-esqueléticos (TME) en los músicos se estima entre el 32% al 87%.
- d) Casi un 12% de los músicos se ven obligados a retirarse de forma permanente por sufrir TME.
- e) La gran variabilidad en la prevalencia de TME depende del tipo de instrumento tocado.

**3. Señale la afirmación VERDADERA en relación a los resultados del estudio de enfermedades profesionales en los músicos:**

- a) Se identificaron 20 posibles entradas para las enfermedades profesionales de los músicos descritas en la literatura médica.
- b) Las más representadas fueron las enfermedades profesionales causadas por agentes físicos.
- c) Los trastornos mentales y la distonía focal ya están incluidos en el cuadro de enfermedades profesionales.
- d) Se identificaron 213 enfermedades profesionales reconocidas en los años 2007 a 2014, 120 en mujeres y 93 en hombres.
- e) Las más frecuentes fueron las tendinitis y tenosinovitis de muñeca y mano.

**4. Se han localizado 213 enfermedades profesionales reconocidas a Compositores, músicos y cantantes en los años 2007 a 2014:**

- a) Síndrome del túnel carpiano - 48,8% de los casos.
- b) Tendinitis y tenosinovitis de muñeca y mano - 42,2%.
- c) Patología tendinosa crónica del manguito de los rotadores - 38,3%.
- d) Epicondilitis y epitrocleítis de codo y antebrazo - 26,1%.
- e) Sorderas o hipoacusias - 21,2%.

**5. Señale la afirmación FALSA:**

- a) La enfermedad profesional viene definida en el art. 157 de la Ley General de Seguridad Social.
- b) El cuadro de enfermedades profesionales vigente, aprobado por el Real Decreto 1299/200617, consta de dos anexos.
- c) Las estadísticas oficiales de enfermedades profesionales permiten el desglose de los casos según la especialidad del músico.
- d) La prevalencia de los trastornos músculo-esqueléticos descrita en la literatura en los músicos oscila entre el 32% al 87%.
- e) Aproximadamente el 50% de los músicos sufre en algún momento de su vida profesional TME.

**6. Señale la afirmación que NO aparece en las conclusiones del artículo sobre el Tecnoestrés en la Sociedad de la Tecnología y la Comunicación:**

- a) El establecimiento de estrategias por parte de las Organizaciones que ayuden a potenciar los inhibidores y reducir los creadores de tecnoestrés se hace imprescindible.
- b) Evaluar no sólo los creadores de tecnoestrés, si no también los inhibidores, es algo que resulta fundamental a la hora de proponer estrategias que permitan gestionar un problema cada vez más presente en las Organizaciones.
- c) En los últimos diez años se ha concentrado la mayoría de la producción científica en materia de tecnoestrés.
- d) Se ha observado una falta de estudios empíricos que permitan no sólo profundizar en su conceptualización, sino buscar las es-

trategias para gestionar de manera adecuada un fenómeno cada vez más frecuente en nuestra sociedad.

e) La mayor parte de los trabajos académicos de relevancia sobre tecnoestrés proceden de dos países con un alto grado de tecnificación como son EE.UU. y Corea del Sur.

**7. Se considera inhibidor del Tecnoestrés:**

- a) Sobrecarga de información.
- b) Cantidad y contenido de las interrupciones asociadas a las Tecnologías de la información y comunicación (TIC).
- c) Presión para estar constantemente disponible.
- d) Alfabetización digital.
- e) Autoeficiencia informática y dependencia tecnológica.

**8. Se consideran estresores o factores asociados al Tecnoestrés en población trabajadora:**

- a) Desequilibrio entre las demandas externas y las capacidades internas.
- b) Sobrecarga de trabajo y ambigüedad de rol.
- c) Falta de capacitación.
- d) Todas las anteriores.
- e) Ninguna de las anteriores.

**9. Entre los factores inhibidores del Tecnoestrés NO esta:**

- a) Soporte y apoyo.
- b) Participación.
- c) Autoeficacia informática y dependencia tecnológica.
- d) Segmentación cultural (entendida como el grado de madurez de la cultura organizacional en cuanto a la separación trabajo-vida personal).
- e) Equidad de recompensas.

**10. Señale la afirmación VERDADERA:**

- a) Uno de los aspectos asociados a las TIC que está teniendo más atención es la presión que siente el trabajador para estar constantemente disponible.
- b) En trabajador expuesto a elevados niveles de tecnoestrés estará menos satisfecho, lo que afectará negativamente a su desempeño, incrementando la productividad.
- c) En el año 2007 se desarrolló y validó una herramienta diagnóstica para evaluar hasta qué punto el tecnoestrés está presente en una Organización.
- d) Son ciertas a y b.
- e) Son ciertas a y c.

# Archivos Formación

Volumen 21, Número 1, 2018

Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

**RESPUESTAS**

- |              |                            |                            |                            |                            |                            |
|--------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Pregunta 1:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 2:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 3:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 4:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 5:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 6:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 7:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 8:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 9:  | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |
| Pregunta 10: | a <input type="checkbox"/> | b <input type="checkbox"/> | c <input type="checkbox"/> | d <input type="checkbox"/> | e <input type="checkbox"/> |

Las respuestas pueden enviarse, antes de la publicación del próximo número de Archivos, mediante:

**CORREO ELECTRÓNICO:**

archivos@academia.cat

**CORREO POSTAL:**

Societat Catalana de Salut Laboral  
Carrer Major de Can Caralleu, 1-7  
08017 Barcelona