

Exoesqueletos pueden reducir hasta un 44% el esfuerzo de trabajadores

En Chile, los trastornos musculoesqueléticos representan un 16% de las enfermedades profesionales diagnosticadas.

Matías Gatica Lindsay

Según un informe emitido por la Superintendencia de Seguridad Social en 2025 y que considera cifras hasta el año anterior, los trastornos musculoesqueléticos (TME) representan un 16% de las enfermedades profesionales diagnosticadas en mutualidades, con un promedio de 40,8 días laborales perdidos.

Dolor de espalda, molestias en hombros y fatiga crónica son algunos de los trastornos musculoesqueléticos que más afectan a los trabajadores. Según la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo, tres de cada cinco trabajadores reportan quejas asociadas a este tipo de dolencias, y en ese continente, de acuerdo a cifras de la Agencia de Seguridad europea "OSHA", representan un impacto económico de cerca de 2% del PIB, considerando días perdidos, reemplazos, menor rendimiento, "presentismo" (asistir a trabajar sin estar 100% sano) y gastos médicos.

Según el gerente general de la startup Andes Le-



RECOMIENDAN HACER EJERCICIO, Y TRATAR LOS SÍNTOMAS APENAS APAREZCAN.

vers, Renato Sepúlveda, "en países como el nuestro, donde los niveles de automatización son menores y el trabajo físico sigue siendo intenso en sectores como minería, logística y manufactura, el impacto podría ser incluso superior (...) Si no se actúa de manera preventiva, es-

tas lesiones se acumulan a lo largo de la vida laboral y terminan sacando a las personas del mercado del trabajo antes de tiempo".

Ante ello, Sepúlveda aseguró que "hoy existen tecnologías que permiten reducir la carga física, cuidar la salud y sostener la productividad sin sacrifi-

car bienestar". En ese sentido, destacó a este medio que "si hacemos el esfuerzo como país y se lograra reducir en un 30% el impacto de los TME mediante el uso de exoesqueletos y tecnologías asociadas, el país y sus empresas podrían ahorrar (tomando los porcentajes menciona-

dos por OSHA) anualmente cerca de US\$ 2.100 millones en costos por lesiones, licencias médicas, pérdida de productividad y presentismo".

En ese sentido, destacó que con estos exoesqueletos y otras tecnologías como software para medir el impacto de estas estructuras pueden reducir hasta un 44% el esfuerzo de los trabajadores afectados por los trastornos musculoesqueléticos.

PREVENCIÓN DE LOS TME

Según detalló a este medio el jefe de kinesiología ambulatoria de la Clínica Las Condes, José Rubio, estos trastornos "son alteraciones que afectan principalmente al sistema muscular y articular. Pueden generarse tanto en los músculos y articulaciones de la columna, como de las extremidades y normalmente se caracterizan por la presencia de molestias o dolor (...) pueden ser desde muy poco limitantes, hasta extremadamente limitantes, son una causa muy frecuente de licencias médicas".

Para prevenir su ocurrencia, aseguró que se debe "tener un estilo de vida activo, realizar ejerci-

cio y deporte de manera frecuente" porque "está demostrado que disminuye su incidencia". También señaló que es importante educarse al respecto.

Además señaló que "el principal síntoma de alerta "es el dolor, algunos TME se presentan con la aparición de parestias que son sensaciones de hormigueo o de falta de sensibilidad, sobre todo en las extremidades" y que "mientras más precoz se inicie el tratamiento más fácil va a poder ser" tratarlo "porque una vez que el dolor se vuelve crónico se vuelve más difícil de tratar. Lo principal es iniciar un tratamiento integral de manera precoz y normalmente se enfocan en la terapia física, en la kinesiología, que busca resolver la causa del dolor".

En cuanto a los rubros más expuestos a estos trastornos, Rubio dijo que "probablemente tengan que ver con los que tienen movimientos repetitivos. Hay estímulos muy nocivos como las vibraciones, por ejemplo alguien que maneja un camión minero, o movimientos repetitivos en una línea de ensamblaje".