	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	09/05/2024
		<b>Página</b>	1 de 7

**CARACTERIZACIÓN DE CONDICIONES DE SALUD, DE TRABAJO Y CAPACIDAD DE CARGA EN UNA POBLACIÓN RECOLECTORA DE CAFÉ DEL MUNICIPIO DE CONSACÁ – NARIÑO 2023(Resumen Analítico)**

**CHARACTERIZATION OF HEALTH, WORKING CONDITIONS AND LOAD CAPACITY IN A COFFEE PICKER POPULATION IN THE MUNICIPALITY OF CONSACÁ – NARIÑO 2023 (*Analytical Summary*)**

**Autores (*Authors*):** LISSETH CAROLINA CASTILLO RIVERA, KAROL DAYANA GORDON ROSERO

**Facultad (*Faculty*):** CIENCIAS DE LA SALUD.

**Programa (*Program*):** FISIOTERAPIA

**Asesor (*Support*):** MG ADA PATRICIA QUINTANA NUÑEZ

**Fecha de terminación del estudio (*End of the research*):** MAYO-2024

**Modalidad de Investigación (*Kind of research*):** Trabajo de Grado

**PALABRAS CLAVE**

CONDICION DE TRABAJO

CONDICION DE SALUD

LEVANTAMIENTO DE CARGA

RECOLECTORES DE CAFÉ

**KEY WORDS**

WORKING CONDITION.


HEALTH CONDITION.

LOAD LIFT.

COFFEE PICKERS.

**RESUMEN:**

El objetivo de esta tesis es determinar las condiciones de salud y trabajo, así como la capacidad de carga, en la población recolectora de café del municipio de Consacá vereda Paltapamba, ubicado en el departamento de Nariño, Colombia. Se busca

	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	09/05/2024
		<b>Página</b>	1 de 7

identificar factores demográficos y de salud, analizar las condiciones laborales y establecer medidas para mejorar la seguridad y el bienestar de estos trabajadores. Para lograr los objetivos, se realizó un estudio descriptivo que incluyó encuestas, entrevistas y observaciones directas en el campo. Se recolectaron datos sociodemográficos y se analizó las condiciones de salud, trabajo y capacidad de carga.

Los resultados revelaron que los recolectores de café en Consacá tienen una alta carga de trabajo, con jornadas largas y exigencias físicas significativas. La mayoría de ellos provienen de entornos socioeconómicos modestos, y muchos enfrentan problemas de salud relacionados con lesiones musculo esqueléticas, fatiga y exposición a condiciones climáticas adversas.

En cuanto a las condiciones de trabajo, se identificaron riesgos como la carga excesiva y la exposición a rayos del sol directo. También se encontró que el acceso a servicios de salud es poco frecuentado, lo que agrava los problemas de salud de los trabajadores.

Para abordar estos problemas, se proponen varias medidas de intervención, como mejorar el acceso a servicios de salud, proporcionar recomendaciones para manejo de carga, establecer horarios de trabajo con descansos adecuados y promover prácticas seguras a través de programas de capacitación y medidas de seguridad en el lugar de trabajo.


En resumen, esta tesis aporta información valiosa sobre las condiciones de trabajo y salud de los recolectores de café en Consacá, y ofrece recomendaciones para mejorar su bienestar y seguridad. Con la implementación de estas medidas, se espera que se reduzcan los riesgos laborales y se mejoren las condiciones de vida de esta población trabajadora.

**ABSTRACT:**

The objective of this thesis is to determine the health and work conditions, as well as the carrying capacity, in the coffee-picking population of the municipality of Consacá, Paltapamba, located in the department of Nariño, Colombia. It seeks to identify demographic and health factors, analyze working conditions and establish measures to improve the safety and well-being of these workers.

To achieve the objectives, a descriptive study was carried out that included surveys, interviews and direct observations in the field. Sociodemographic data were collected and health, work and carrying capacity conditions were analyzed.

The results revealed that coffee pickers in Consacá have a high workload, with long days and significant physical demands. Most of them come from modest

	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	09/05/2024
		<b>Página</b>	1 de 7

socioeconomic backgrounds, and many face health problems related to musculoskeletal injuries, fatigue and exposure to adverse weather conditions.

Regarding working conditions, risks were identified such as excessive load and exposure to direct sunlight. It was also found that access to health services is not frequented, which aggravates the health problems of workers.

To address these problems, several intervention measures are proposed, such as improving access to health services, providing recommendations for load handling, establishing work schedules with adequate breaks, and promoting safe practices through training programs and safety measures in work place.

In summary, this thesis provides valuable information about the working and health conditions of coffee pickers in Consacá, and offers recommendations to improve their well-being and safety. With the implementation of these measures, it is expected that occupational risks will be reduced and the living conditions of this working population will be improved.

#### **CONCLUSIONES:**


La población recolectora de café en Consacá en la vereda Páltapamba está compuesta principalmente por adultos de diversas edades, de mujeres. La mayoría de los recolectores poseen niveles educativos bajos y provienen de contextos socioeconómicos modestos.

En términos de salud, se observó un aumento en los problemas musculoesqueléticos debido a la naturaleza física del trabajo de recolección de café. Las enfermedades crónicas, como hipertensión y diabetes, están presentes, pero en menor proporción.

El acceso a servicios de salud es muy bajo, y muchos trabajadores dependen de remedios caseros o curanderos para tratar lesiones o enfermedades comunes.

Los recolectores de café suelen trabajar largas horas, a menudo en condiciones climáticas adversas, lo que aumenta el riesgo de agotamiento y lesiones por esfuerzo repetitivo.

La capacidad de carga promedio se mantiene alta, con muchos recolectores cargando sacos pesadas de café a lo largo del día. Esta exigencia física puede provocar tensión muscular y problemas de salud relacionados con el desgaste físico.

	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	09/05/2024
		<b>Página</b>	1 de 7

La seguridad en el lugar de trabajo es variable; se observa falta de equipo de protección adecuado y prácticas seguras para la manipulación de cargas pesadas.

Se concluye incluir intervenciones para mejorar las condiciones de trabajo, como el uso de medidas preventivas para reducir el esfuerzo físico y la implementación de pausas regulares para minimizar la fatiga.

Se sugiere el acceso a servicios de salud y educación sanitaria para los recolectores, permitiendo un mayor conocimiento sobre cómo prevenir lesiones y mantener la salud en el lugar de trabajo.

Es esencial fomentar una cultura de seguridad, proporcionando formación en técnicas de carga adecuadas y promoviendo el uso de equipo de protección personal, como guantes y calzado adecuado.

En resumen, para mejorar la salud y el bienestar de los recolectores de café en Consacá, es fundamental abordar las condiciones de trabajo y ofrecer recursos para el cuidado de la salud, así como establecer protocolos que fomenten la seguridad y el bienestar general de los trabajadores.

### **CONCLUSIONS:**

The coffee-picking population in Consacá in the Páltapamba village is made up mainly of adults of various ages, including women. Most collectors have low educational levels and come from modest socioeconomic backgrounds.



In terms of health, an increase in musculoskeletal problems was observed due to the physical nature of coffee picking work. Chronic diseases, such as hypertension and diabetes, are present, but to a lesser extent.

Access to health services is very low, and many workers rely on home remedies or quacks to treat common injuries or illnesses.

Coffee pickers typically work long hours, often in adverse weather conditions, increasing the risk of exhaustion and repetitive strain injuries.

The average carrying capacity remains high, with many pickers carrying heavy bags of coffee throughout the day. This physical demand can cause muscle tension and health problems related to physical wear and tear.

Safety in the workplace is variable; There is a lack of adequate protective equipment and safe practices for handling heavy loads.

 	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	09/05/2024
		<b>Página</b>	1 de 7

It is concluded to include interventions to improve working conditions, such as the use of preventive measures to reduce physical effort and the implementation of regular breaks to minimize fatigue.

Access to health services and health education for collectors is suggested, allowing greater knowledge about how to prevent injuries and maintain health in the workplace.

It is essential to foster a culture of safety, providing training in proper loading techniques and promoting the use of personal protective equipment, such as gloves and appropriate footwear.

In summary, to improve the health and well-being of coffee pickers in Consacá, it is essential to address working conditions and offer health care resources, as well as establish protocols that promote the safety and general well-being of workers. .

#### **RECOMENDACIONES:**


Realizar programas de sensibilización sobre factores de riesgo laboral, que contribuyan al mejoramiento de las condiciones laborales en los recolectores de café

Desarrollar campañas educativas sobre temas de salud importantes para este grupo, como prevención de lesiones, nutrición adecuada y control de enfermedades crónicas.

Realizar evaluaciones regulares para identificar riesgos y peligros en el entorno de trabajo, como la carga excesiva o posturas inadecuadas.

Promover que se establezcan horarios de trabajo que incluyan pausas adecuadas para permitir la recuperación física y mental de los recolectores, evitando la sobrecarga.

Establecer las medidas de intervención en los peligros identificados en los recolectores de café del municipio de Consacá-Nariño

	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	09/05/2024
		<b>Página</b>	1 de 7

Organizar programas para enseñar a los trabajadores sobre prácticas seguras y el uso adecuado del equipo de protección personal (EPP).

Proveer equipo de protección personal adecuado y obligatorio, como guantes, calzado resistente y otros elementos de seguridad.

Designar supervisores de seguridad para monitorear el cumplimiento de las prácticas seguras y las medidas de intervención, y realizar seguimiento a las medidas implementadas.

Trabajar en conjunto con las autoridades locales, organizaciones comunitarias y empresas del sector para desarrollar programas de bienestar y seguridad para los recolectores de café.


Crear políticas de bienestar laboral a nivel municipal para garantizar que todos los recolectores tengan acceso a condiciones de trabajo seguras y a recursos de salud. Estas recomendaciones buscan mejorar la calidad de vida y la seguridad de los recolectores de café en Consacá, abordando las condiciones de trabajo y salud, así como proponiendo medidas para mitigar los riesgos identificados.

Por ultimo para futuras investigaciones se recomienda ampliar en la indagación de los hábitos de vida saludable para ampliar el conocimiento en esta área

***RECOMMENDATIONS:***

Carry out awareness programs on occupational risk factors, which contribute to the improvement of working conditions in coffee pickers.

Develop educational campaigns on health topics important to this group, such as injury prevention, proper nutrition, and chronic disease control.

	<b>Investigación e Innovación.</b>	<b>Código</b>	II-F-021
	<b>FORMATO PARA RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>Versión</b>	01
		<b>Vigencia</b>	09/05/2024
		<b>Página</b>	1 de 7

Conduct regular assessments to identify risks and hazards in the work environment, such as excessive loading or inappropriate postures.

Promote the establishment of work schedules that include adequate breaks to allow the physical and mental recovery of collectors, avoiding overload.

Establish intervention measures in the dangers identified in the coffee pickers of the municipality of Consacá-Nariño

Organize programs to teach workers about safe practices and proper use of personal protective equipment (PPE).

Provide adequate and mandatory personal protective equipment, such as gloves, sturdy footwear and other safety elements.

Designate safety supervisors to monitor compliance with safe practices and intervention measures, and monitor the measures implemented.

Work together with local authorities, community organizations and companies in the sector to develop welfare and safety programs for coffee pickers.

Create workplace welfare policies at the municipal level to ensure that all collectors have access to safe working conditions and health resources. These recommendations seek to improve the quality of life and safety of coffee pickers in Consacá, addressing work and health conditions, as well as proposing measures to mitigate the identified risks.

Finally, for future research, it is recommended to expand the investigation of healthy lifestyle habits to expand knowledge in this area.

<b>Control de Cambios</b>		
<b>Versión</b>	<b>Vigencia</b>	<b>Descripción</b>