



XVI CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE INNOVACIONES EN  
DOCENCIA E INVESTIGACIÓN EN CIENCIAS ECONOMICAS ADMINISTRATIVAS  
“BREVE RESEÑA DE LAS ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR EL USO DE LAS TIC’S  
EN LOS CONTADORES PUBLICOS”

M.BCA.FIN. LINDA LAURA SILVA AMBRIZ<sup>1</sup>, M.A. ANA LILIA SILVA AMBRÍZ<sup>2</sup>,  
D.D. JACINTO GARCÍA FLORES

BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTONOMA DE PUEBLA  
FACULTAD DE CONTADURÍA PÚBLICA  
PUEBLA, MÉXICO

TEMÁTICA: “DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ALUMNOS”

---

1. MAESTRA EN BANCA Y FINANZAS, FACULTAD DE CONTADURIA PUBLICA, DOCENTE DE LA ESCUELA MILITAR DE SARGENTOS, 25 ZONA MILITAR; PUEBLA, PUEBLA, 2-19-09-11, lindura.diabla66@hotmail.co  
2. MAESTRA EN ADMINISTRACIÓN, FACULTAD DE CONTAURIA PUBLICA, 2-19-09-11, alsa07@hotmail.com  
3. DOCTOR EN DERECHO, FACULTAD DE CONTADURIA PUBLICA, garflor@yahoo.com.mx

## Resumen

Las Tecnología de información y comunicación, herramientas hechas para facilitar el trabajo del hombre, ¡pero no para que muera lentamente!; esta tecnología ha ido evolucionando constantemente, modificándose tanto en tamaño, velocidad y capacidad de almacenamiento.

Esta tecnología fue creada para salvaguardar las actividades laborales y académicas, pero tal parece que es un “virus letal”, cruel, despiadado y creador de vicios, ya que la persona que lo utiliza o empieza a conocerla se siente tan comfortable y tan satisfecha que resuelve sus conflictos de una forma rápida (pero no siempre correcta) y con un grado de seguridad, que es imposible; en muchos casos, cambiar su forma de pensar a cerca de la utilización de la tecnología de información y comunicación; esto, de cierta forma es bueno, pero ¡jamás! correcto, esta tecnología si no se llega a utilizar de forma correcta va destruyendo poco a poco la vida personal, social, laboral y por qué no hasta sexual de la persona que la utiliza, por lo que es importante conocer sus riesgos, si produce accidentes, enfermedades, manías, vicios, delincuencia, de tal forma que se puedan prevenir, solucionar o acabar con ellos antes de que produzcan conflictos irremediables o hasta la muerte; es por ello, que se realizó esta pequeña investigación entre los jóvenes, para conocer y saber cuánto conocen de los contras de la utilización de la tecnología de información y comunicación, por medio de una pequeña batería, así como de documentos y libros oficiales, sin dejar a un lado el contexto tecnológico; se encontró que muy poco saben de ello los jóvenes, es más ni siquiera tenían idea que existía esos, y más los de esas carreras que no son el perfil de la Licenciatura en Computación; creían que los dolores de cabeza, ojos, manos, dedos, espalda, caderas, perdida de sensibilidad digital, eran exclusivos de los de dicha facultad y no de las demás, por lo que se les sugirió que tomaran cursos de seguridad tecnológica, así como también que se dieran a la tarea de realizar una verdadera investigación, en cada una de sus facultades, de las enfermedades que pueden producir el exceso e incorrecto uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación, dando como resultados la prevención y el control de enfermedades y riesgos, así como también la forma correcta de utilización de la Tecnología; también es importante dar difusión real a de dichas patologías, para que el alumnado tome sus debidas precauciones y con ello evitar, que jóvenes lleguen hasta a perder la vida por un uso incorrecto de esta tecnología.

**Palabras Claves:** Enfermedad, riesgo, conocimiento, utilización, prevención

# “BREVE RESEÑA DE LAS ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR EL USO DE LAS TIC’S”

## Índice

Resumen.....	2
Introducción.....	3
I. Marco Teórico.....	5
1. Definiciones.....	5
2. Factores de riesgo de trabajo.....	9
3. Áreas corporales con exposiciones más frecuentes.....	11
4. Enfermedades, síndromes y algo más.....	11
II. Metodología.....	18
1. Objetivo.....	18
2. Prueba de Diagnostico.....	18
III. Resultados.....	18
IV. Conclusión y discusión.....	19
1. Conclusión.....	19
2. Discusión.....	20
3. Sugerencias.....	20
V. Bibliografía.....	20

## INTRODUCCIÓN

El trabajo constituye una actividad que puede ser peligrosa en la medida que el proceso de producción de los bienes y servicios exige una relación de la persona con los elementos objeto de transformación, con la tecnología y con los modelos de organización del trabajo que se utilizan. Existen situaciones de riesgo en los puestos de trabajo, como la tecnificación de la actividad laboral, que da lugar a la aparición de máquinas con más variadas e innovadoras funciones; sustancias químicas; fuentes de energía diversas; etc.

La posición desde la que el trabajador se relaciona con los factores de riesgo es peculiar, el trabajador está en una relación de dependencia con respecto al empresario, que es quién dará las pautas de la organización del proceso productivo y de la organización del trabajo. El contenido, de la obligación legal, incide especialmente en el empresario.

El tema que contiene este trabajo es de una gran amplitud pues abarca aspectos que van desde la mera consideración legal sobre lo que debe entenderse por riesgo profesional, según la ley laboral, hasta las consideraciones propias de la seguridad o de la medicina del trabajo. En el contexto científico, desde los reactivos, laboratorios, materiales y todos aquellos factores que pueden producir un riesgo, hasta el contexto de las artes, en donde se piensa, no existe riesgo alguno de enfermedad o accidente; pero ese pensamiento está muy alejado de la realidad, ya que en todas las áreas existen riesgos inminentes; pero nos avocaremos a los riesgos y enfermedades que puede producir la incorrecta y uso continuo de las TIC'S.

La medicina del trabajo, dentro de todo su mundo, aprecia y toma en cuenta para su estudio tanto cualitativo como cuantitativo, las condiciones higiénicas, la iluminación, ventilación, la contaminación del aérea (humos, vapores, etc.), contaminación sónica (ruidos, música, volúmenes altos de voz, etc.), horarios de trabajo, y en general, las circunstancias en que se realizan las labores con miras a la prevención de enfermedades y sobre todo de riesgos, los cuales, en algún momento no deseado, pueden llegar a producir accidentes o enfermedades drásticas para toda la vida; dando paso con ello a incrementar o disminuir la calificación y clasificación de su empresa en el índice de siniestralidad.

Estos riesgos, en cuanto a posibles eventos, cuya actuación genera un daño, son, siguiendo a Alonso Olea, individuales, en cuanto que afectan a las personas singularmente consideradas, personales, y que refieren a la propia esfera de aquellas.

Según Alarcón y González Ortega, cuando concurren en ellos dos diferentes elementos, de un lado, el riesgo será social si es de carácter general, es decir, puede incidir en todos los componentes de un determinado cuerpo social; y el otro, cuando de este exista un convencimiento generalizado respecto a que la protección frente a tales riesgos, debe organizarse

de manera colectiva, este último elemento puede variar en las diferentes etapas históricas y con ello puede cambiar también el elenco de riesgos sociales protegidos.

En la actualidad, suelen considerarse como tales, los relacionados con la alteración de la salud, la incapacidad para el trabajo, la vejez, la muerte y supervivencia, las cargas familiares y el desempleo.

Y es cuando aparecen en escena laboral las “Enfermedades producidas por la incorrecta utilización de las TIC’S.

Todas las enfermedades, han llegado a un momento en que son normales, hasta se puede decir que si alguien no tiene una enfermedad o nunca haya tenido un accidente se convierte en una persona fuera de lo común; pero que pasa con los accidentes enfermedades o riesgos producidos por la tecnología.

Esta Tecnología de la Informáticas y comunicación ya es algo común en todos los entornos, cual más posee un móvil (celular) el más barato del mercado, pero lo tiene. Esos aparatos inteligentes indiscutiblemente se han vuelto parte de todos y de todo, y eso ¿bueno o malo?, ¡gran pregunta!, a la cual se le debe de dar una respuesta igual de grande.

todos los aparatos inteligentes, que forman parte de las Tic’s, tienen su propio apelativo, como son: "smartphones", tabletas, portátiles, teléfonos, consolas y tantos otros nombres, pero eso no es parte de esta investigación, sino que es la discusión en torno a sus utilidades, ventajas, inconveniencias, desventajas, problemas o soluciones para facilitar las comunicaciones, las labores diarias, o son creadoras de vicios, enfermedades o patologías, ya sean físicas o mentales; indiscutiblemente son herramientas de estudio y de trabajo, sin embargo el efecto dominó que han causado entre los seres humanos es alarmante y devastador, a tal grado que se maneja ya una dependencia tecnológica dando lugar al auto aislamiento de la persona.

Los expertos en esta área han clasificado una serie de enfermedades asociadas a las nuevas tecnologías, a partir de los usos excesivos de estas, que van desde el simple cansancio muscular

de las extremidades inferiores (cadera y piernas), hasta el extremo de pérdida de los sentidos (visión, auditivo, olfativo, dactilar, gustativo)

## **I. MARCO TEÓRICO**

### **1. DEFINICIONES**

Existen en todo el lenguaje español (novohispano) infinidad de palabras, de las cuales no se sabe su origen, taxonomía, o simplemente su definición, es por ello, para poder entender mejor el desarrollo de esta temática, se dará a conocer definiciones desde el punto de vista tanto del derecho como de medicina.

**ACCIDENTE DE TRABAJO:** Es toda lesión orgánica o perturbación funcional inmediata o posterior, o la muerte, producida repentinamente en ejercicio o con motivo del trabajo, cualesquiera que sean el lugar y el tiempo en que se presente (San Roman 2009)

Accidente proviene del latín *accidens, accidentis*, participio activo de *accidere*, que significa caer encima, acontecer, sobrevenir: lesión corporal que el operario sufre con ocasión o por consecuencia del accidente de trabajo que ejecuta por cuenta ajena (Lastra 2001)

**ACCIDENTE EN TRÁNSITO (*IN ITINERE*):** Se considera como tal el accidente de trabajo que se produzca al trasladarse el trabajador, directamente de su domicilio al lugar de trabajo, o de éste a aquél (Fernández 2003)

**APTITUDES:** Capacidad para realizar satisfactoriamente una tarea o desempeñar un cargo; cualidad que hace que un objeto sea apropiado para un fin; idoneidad para el buen desempeño de alguna cosa

**DESTREZA:** capacidad para realizar una tarea o cumplir una función; talento cualidad de algo o alguien de ser hábil o adecuado a un fin (Diccionario Manual de la Lengua Española 2007).

**ENFERMEDADES CRÓNICAS:** Una enfermedad crónica no es el nombre de una sola enfermedad. Es una palabra utilizada para describir un grupo de condiciones de salud que duran mucho tiempo. De hecho, la palabra raíz de la crónica es “Cronos”, que se refiere al tiempo.

Hay muchos tipos de enfermedades crónicas pero tienen en común que la mayoría de las enfermedades crónicas no son contagiosas.

Pero las enfermedades crónicas pueden ser genéticas, lo que significa que los padres pueden pasarla a sus hijos.

En pocas palabras, se trata de un problema o condición que puede limitar lo que una persona puede hacer, y no desaparecen (<http://yasalud.com/enfermedades-cronicas>)

**ENFERMEDAD GENÉTICA:** Un trastorno genético es una enfermedad causada por una forma diferente de un gen, llamada "variación", o una alteración de un gen, llamada "mutación". Muchas enfermedades tienen un aspecto genético. Algunas, incluyendo muchos cánceres, están causadas por una mutación en un gen o grupo de genes en las células de una persona. Estas mutaciones pueden ocurrir aleatoriamente o por causa de una exposición ambiental, tal como el humo de los cigarrillos.

Otros trastornos genéticos son hereditarios. Un gen mutante se transmite a través de la familia y cada generación de hijos puede heredar el gen que causa la enfermedad. Sin embargo, otros trastornos genéticos se deben a problemas con el número de paquetes de genes, denominados cromosomas. Por ejemplo, en el síndrome de Down existe una copia adicional del cromosoma 21. (NIH)

**ENFERMEDAD DE TRABAJO:** Es todo estado patológico derivado de la acción continuada de una causa que tenga su origen o motivo en el trabajo o en el medio en que el trabajador se vea obligado a prestar sus servicios (San Roman 2009, Fernández 2003)

**FACULTAD:** Del latín *facultas-atis*: capacidad, facilidad, poder; de *facul* y *facile*: fácilmente; de *fáciles-e*: factible; de *facio-is-ere-factum*: hacer. Significa el poder o la habilidad para realizar una cosa (Instituto de Investigaciones Jurídicas 1988)

Capacidad o aptitud natural, física o moral, que tiene la persona para hacer cosas; autoridad o derecho que tiene una persona para hacer algo; aptitud natural, potencia física o moral de ejercer una función; aptitud de un ser para presentar determinados fenómenos psicológicos (Diccionario Manual de la Lengua Española 2007)

**LESIÓN:** Es toda alteración orgánica funcional o psíquica que afecta la salud de una persona (Fernández 2003)

**LESIÓN ORGÁNICA:** Una lesión es un daño que ocurre en el cuerpo. Es un término general que se refiere al daño causado por accidentes, caídas, golpes, quemaduras, armas y otras causas. Estas lesiones pueden variar de menores a riesgosas para la vida. Pueden ocurrir en el trabajo o en el juego, en espacios interiores o exteriores, al conducir un vehículo o al caminar por la calle.

Las lesiones más comunes incluyen: Quemaduras, dislocaciones, fracturas, torceduras y distensiones (NIH)

**INCIDENTE LABORAL:** Un incidente es aquello que sucede en el curso de un asunto y que tiene la fuerza, por las implicancias que conlleva, de cambiar por completo su curso ([www.definicionabc.com/social/incidente-laboral](http://www.definicionabc.com/social/incidente-laboral))

**PATOLÓGICA:** La Patología es una ciencia morfológica, básica y al mismo tiempo aplicada, que forma parte de las Ciencias de la Salud y que estudia los procesos de la enfermedad desde un punto de vista morfo funcional y molecular.

Es, por lo tanto, la rama de la medicina que nos permite entender las causas y los mecanismos íntimos de todos los procesos de enfermedad. Sin conocer y comprender bien esos mecanismos y procesos resulta imposible entender bien la clínica o la terapéutica de las diferentes enfermedades (<http://www.contrerasrobledo.com>)



**PERTURBACIÓN FUNCIONAL:** Alteración en el funcionamiento normal y adecuado del cuerpo humano, el cual limita el desarrollo de las actividades cotidianas. Como son el caminar, hablar, ver, etc. (saludocupacional1d1.wikispaces.com)

**RIESGO:** Es todo acontecimiento futuro y posible que una vez realizado produce una perturbación, daño o un siniestro (Fernández 2003)

**RIESGO DE TRABAJO:** Cuando un asegurado sufra un accidente o enfermedad en ejercicio o con motivo de su trabajo, o bien un accidente al trasladarse directamente de su domicilio al lugar de trabajo o viceversa, de considerarlo necesario el médico del IMSS le expedirá un certificado de incapacidad temporal para el trabajo. (IMSS)

Son los accidentes y enfermedades a que están expuestos los trabajadores en ejercicio o por motivo de trabajo (Fernández 2003)

**RIESGOS PROFESIONALES:** Locución que engloba a las lesiones orgánicas, perturbaciones funcionales o la muerte misma, así como todo estado patológico imputable al sistema de producción; es decir, que reciben el calificativo de profesiones, cuando se producen como consecuencia o en el ejercicio del trabajo (Instituto de Investigaciones Jurídicas 1988)

Cuando los riesgos se realizan pueden producir: incapacidad temporal, permanente total, permanente parcial y la muerte.

**INCAPACIDAD TEMPORAL:** Es la pérdida de facultades o aptitudes que imposibilita parcial o totalmente a una persona para desempeñar su trabajo por algún tiempo.

**INCAPACIDAD PERMANENTE TOTAL:** Es la pérdida de facultades o aptitudes de una persona que la imposibilita para desempeñar cualquier trabajo por el resto de su vida

**INCAPACIDAD PERMANENTE PARCIAL:** Es la disminución de las facultades o aptitudes de una persona para trabajar

**MUERTE:** Es la cesación de los signos vitales del individuo

La existencia de estados anteriores tales como “idiosincrasias”, taras, discrasias, intoxicaciones o enfermedades crónicas, esto no será causa para disminuir el grado de la incapacidad. (Roman 2009)

Estos son algunos conceptos más frecuentes que se utilizan al clasificar y calificar los accidentes, enfermedades o patologías causadas por las TIC'S

## **2.-FACTORES DE RIESGO DE TRABAJO**

Ciertas características del ambiente de trabajo se han asociado con lesiones, a estas características se les llama factores de riesgo de trabajo e incluyen:

**LA POSTURA:** Es la posición que el cuerpo adopta al desempeñar un trabajo. La postura agachada se asocia con un aumento de riesgo de lesiones. Generalmente se considera que es más de una articulación que se desvía de la posición neutral, produciendo con ello altos riesgos de lesiones.

**LA FUERZA:** Las tareas que requieren fuerza pueden verse como el efecto de una extensión sobre los tejidos internos del cuerpo, por ejemplo, la compresión sobre un disco espinal por la carga, tensión alrededor de un músculo y tendón por un agarre pequeño con los dedos, o las características físicas asociadas con un objeto externo al cuerpo como el peso de una caja, presión necesaria para activar una herramienta o las que se aplica para unir dos piezas. Generalmente a mayor fuerza, mayor grado de riesgo. Se han asociado grandes fuerzas con riesgo de lesiones en el hombro y cuello, la espalda baja y el antebrazo, muñeca y mano.

**VELOCIDAD/ACELERACIÓN:** La velocidad angular es la rapidez de las partes del cuerpo en movimiento, la aceleración de la flexión de la muñeca de 490 grados/segundo y en aceleración de 820 grados/segundo, son de alto riesgo. Asociados a la velocidad angular del tronco y la velocidad de giros con un riesgo ocupacional medio y alto, se relacionan con alteraciones de espalda baja.

**REPETICIONES:** La repetición es la cuantificación del tiempo de una fuerza similar desempeña durante una tarea. Los movimientos repetitivos se asocian por lo regular con lesiones y molestias en el trabajo. A mayor número de repeticiones, mayor grado de riesgo, por lo tanto, la relación entre las repeticiones y el grado de lesión se modifica por factores como la fuerza, postura, duración y el tiempo de recuperación.

**DURACIÓN:** Es la cuantificación del tiempo de exposición al factor riesgo. La duración puede verse como los minutos u horas por el día que el trabajador está expuesto al riesgo. La duración también se puede ver cómo los años de exposición de un trabajo de riesgo.

**TIEMPO DE RECUPERACIÓN:** Es la cuantificación del tiempo de descanso, desempeñando una actividad de bajo estrés o una actividad que haga otra parte del cuerpo descansada. Las pausas cortas de trabajo tienden a reducir la fatiga percibida y periodos de descanso entre fuerzas que tienden a reducir el desempeño. El tiempo de recuperación necesario para reducir el riesgo de lesión aumenta con la duración de los factores de riesgo. El tiempo de recuperación mínimo específico no se ha establecido.

**CARGA DINÁMICA:** el sistema cardiovascular provee de oxígeno y metabólicos al tejido muscular. La respuesta del cuerpo es aumentando la frecuencia respiratoria y cardíaca. Cuando las demandas musculares de metabólicos no se satisface o cuando la necesidad de energía excede al consumo se produce ácido láctico, produciendo con esto fatiga; si esto ocurre en un área del cuerpo, la fatiga se localiza y caracteriza por cansancio e inflamación; y si ocurre a nivel general del cuerpo, puede producir un accidente cardiovascular. También un argumento es la temperatura del ambiente, la cual puede causar un incremento de la frecuencia cardíaca, contrario a cuando disminuye la temperatura. Por lo tanto, para un trabajo dado, el estrés metabólico puede ser influido por el calor ambiental.

**VIBRACIÓN DE SEGMENTOS:** La vibración puede causar una insuficiencia vascular de la mano y dedos, también esto puede interferir en los receptores sensoriales de retroalimentación para aumentar la fuerza de agarre con los dedos de las herramientas (García 1992)

### **3.- ÁREAS CORPORALES CON EXPOSICIONES MÁS FRECUENTES**

**LA MUÑECA:** La posición de extensión y flexión se asocian con el síndrome del túnel del carpo. Desviación lunar mayor de 20 grados se asocia con un aumento del dolor y de datos patológicos.

**EL HOMBRO:** Abducción o flexión mayor de 60 grados que se mantiene por más de una hora por el día, se relaciona con dolor agudo de cuello. Las manos arriba o a la altura del hombro se relacionan con tendinitis y varias patologías del hombro.

**LA COLUMNA CERVICAL:** Una posición de flexión de 30 grados toma 300 minutos para producir síntomas de dolor agudo, con lesión de 60 grados toma 120 minutos para producir los mismos síntomas. La extensión con el brazo levantado se ha relacionado con color y adormecimiento del cuello-hombro, el dolor en los músculos de los hombros disminuye el movimiento del cuello.

**LA ESPALDA BAJA:** el ángulo sagital en el tronco se ha asociado con alteraciones ocupacionales en la espalda baja (García 1992)

### **4.- ENFERMEDADES, SÍNDROMES Y ALGO MÁS**

**ESTRÉS:** Cuando la ansiedad psicopatológica está ligada a un agente externo que la provoca o la desencadena, y esta es prolongada o intensa hablamos de estrés.

**ESTRÉS FÍSICA Y PSICOLÓGICO:** Los estresantes o agentes causantes de estrés pueden ser físicos o psicológicos, un ejemplo de estrés físico son, exceso de trabajo, el ruido intenso, las temperaturas externas, la sociedad en que vivimos, por las competencias que se presentan como patrones de éxito o fracaso de los seres humanos, muchas veces provocados por nosotros mismos. La ansiedad aparece muchas veces incluida en otros cuadros clínicos de psicopatología. Los trastornos fóbicos, así como las enfermedades, muchas veces dependen de la forma de soñar, ya que pueden causar estrés por no tener un tiempo para un descanso.

Los estresores psicológicos se denominan también sociales y son los que nos encontramos habitualmente en la vida diaria, estos estresores sociales son el atravesar situaciones comprometidas ante los demás.

**TRASTORNOS PSICOLÓGICOS PSICOSOMÁTICOS:** Las respuestas descritas anteriormente se prolongan si el individuo no se adapta al estrés o si este es continuo o muy intenso, con una consecuencia que cada vez más perjudicial para todo el cuerpo, por ejemplo: tensión muscular, dolores en el cuello, situaciones laborales extensas que pueden llegar a provocar enfermedades llamadas psicósomas, debido a que se piensa en procesos o rasgos de la personalidad que influyen o interactúan de forma que en las funciones corporales de algunas enfermedades pueden causar conflictos psicológicos, y es en donde las reacciones corporales se vuelven más dañinas.

**ALOPECIA:** La alopecia es la pérdida del cabello; puede ser parcial o total, e incluir el cabello, cejas, pestañas, vello púbico o corporal, en su caso. Algunos medicamentos que forman parte de quimioterapia pueden provocar adelgazamiento del cabello o su pérdida. Sin embargo esto es temporal; una vez finalizada la quimioterapia, el cabello volverá a crecer. La radioterapia también puede causar la pérdida del cabello, pero solo en el área tratada. La pérdida de cabello no siempre es inmediata y puede comenzar varias semanas luego de iniciado el tratamiento. Cuando el cabello vuelve a crecer, puede tener diferente color o textura.

Dicha alopecia suele presentarse de forma súbita y de manera difusa o por placas, creando en el paciente un impacto negativo por el cambio de su imagen corporal, pudiendo agravar su ansiedad.

La alopecia areata es un problema autoinmune. Esto significa que un grupo de las células de sangre blancas está atacando algunas células en la piel o el cabello causando la calvicie. La gente que ha padecido de alopecia areata tiene una predisposición para el problema. Sin embargo, para accionarla aún se requiere de más. El disparador podría ser una infección viral o bacteriana, una vacuna, tensión, trauma en la piel o exposición a una sustancia nueva.

Factores como la pérdida del puesto de trabajo o los problemas escolares pueden estar asociados a la calvicie de un paciente; lo inmenso es que el estrés pone en marcha una serie de procesos

inmunológicos irreversibles, que, pese a que luego pueda desaparecer el estrés, el cabello ya no vuelve a nacer por la zona dañada.

**DEPRESIÓN:** Todos podemos sentirnos hartos, abatidos o tristes en algún momento de la vida, especialmente tras acontecimientos muy estresantes; generalmente este tipo de tristeza suele ser pasajera aunque, en ocasiones, puede persistir o ser desproporcionada en relación con el suceso que le desencadena. Otras veces, la infelicidad surge sin causa aparente. La depresión que persiste en el tiempo, que es grave, o que empieza a dominar todos los aspectos de la vida diaria es una enfermedad, y aquellas personas afectadas por la misma pueden beneficiarse de la ayuda de profesionales capacitados.

La presencia de ciertos síntomas característicos, como: la presencia de tristeza que no cambia según las circunstancias, el llanto sin razón aparente, la presencia de ansiedad, preocupación, irritabilidad o tensión, pérdida del apetito con pérdida de peso, cansancio y pérdida de motivación, pérdida de interés en las actividades normales de la vida diaria, incapacidad para concentrarse y los olvidos frecuentes, presencia de pensamientos de auto depresión y desesperanza.

Aquellas personas que sufren una depresión se comportan de una forma no habitual en muchos aspectos de su vida, tanto en casa como en el trabajo. Algunos cambios pueden llegar a ser particularmente evidentes para los compañeros de trabajo o para sus jefes, como son: lentitud y los errores frecuentes en el trabajo, dificultades en la concentración con olvidos frecuentes, inadecuado cumplimiento del horario, mayor frecuencia de ausentismo injustificadas o de abandono del puesto de trabajo por enfermedad, frecuentes discusiones y enfrentamientos con los compañeros de trabajo.

La depresión puede por tanto tener importantes consecuencias sobre la capacidad para desempeñar su actividad laboral de forma efectiva. Algunas personas con depresión tienen incluso que dejar de trabajar por completo durante cierto tiempo a causa de la gravedad de sus síntomas. Muchos sin embargo, intentaran continuar luchando conscientes de que su rendimiento es peor del habitual. La identificación de una persona que sufre una depresión, posibilitará una

ayuda efectiva, acelerará su retorno a un nivel de funcionamiento mejor y reducirá mucho sufrimiento innecesario.

Para la mayoría de las personas el trabajo les aporta una estructura en su vida diaria y la oportunidad para hacer amigos, así como una forma de aumentar su autoestima y su sentido de competencia. Para la inmensa mayoría de la gente un trabajo fijo y bien pagado puede ser de gran beneficio reduciendo el riesgo de depresión y generándoles felicidad. No resulta por tanto sorprendente que aquellos que se han quedado parados recientemente o que llevan muchos meses sin trabajo presenten un mayor riesgo de desarrollar una depresión que los que continúan empleados.

Trabajar por tanto, tiene un gran impacto beneficioso sobre la salud mental, aunque existen algunas circunstancias en las que la situación no es exactamente así. Aunque no está claro que unas condiciones laborales adversas pueden directamente causar una enfermedad depresiva, lo que sí parece cierto, es que una presión y un estrés excesivos en el trabajo pueden combinarse con otros problemas.

**ANSIEDAD:** La ansiedad laboral es la consecuencia de situaciones que percibimos o interpretamos como amenazantes o peligrosas. Es en esos momentos en que aparece el estrés laboral, causando una cadena de síntomas que no pueden afectar en nuestro trabajo y a la vez hacen que disminuya nuestra calidad de vida, por lo que es necesario controlarlo desde el principio para que no pase a mayores.

**SÍNDROME DE LA FATIGA CRÓNICA:** Es una enfermedad grave, compleja y debilitante caracterizada por una fatiga intensa física y mental, que no remite, de forma significativa, tras el reposo y que empeora con la actividad metabólica. La aparición de la enfermedad obliga a reducir sustancialmente el movimiento y esta reducción de actividad se produce en todas las labores de su vida diaria.

Este síndrome es demoledor, tanto por la enfermedad en sí misma como por el aislamiento o incompreensión del entorno, algunas características para poderlo detectar son: debilidad en

piernas, dolores musculares y articulares, deterioro de la memoria o la concentración, intolerancia a los olores, insomnio y una lenta recuperación (Blasco 2009)

Pero más allá de esas reflexiones y discursos personales, el asunto se desencadena en lo que tales excesos son capaces de ocasionar en los comportamientos sociales e individuales del ser humano, y específicamente en el área de la salud. Los expertos en esta área han clasificado una serie de enfermedades asociadas a las nuevas tecnologías, a partir de los usos excesivos de estas.

**NOMOFÓBIA.** Considerado como el miedo y angustia que padece una persona al olvidar su teléfono celular o tableta en casa u oficina. De acuerdo a un estudio realizado el año pasado por el grupo de telecomunicaciones y medios Rogers en Canadá, algunos de los resultados arrojaron que más de una persona de cada dos duerme con su celular y un 65% afirman sentirse desnudos sin el aparato con conexión a Internet. Con base en una serie de investigaciones en torno a dicha temática se ha logrado establecer que aquellas personas que padecen esta fobia se sienten aisladas o desconectadas al olvidar el celular, ya que se perderán llamadas de familiares o amigos, no tienen información de lo que pasa con sus contactos en las chats personales, así como de los mensajes recibidos.

**LESIONES POR MOVIMIENTOS REPETITIVOS (RSI):** El uso contante de computadores, tabletas, smartphones y celulares ha provocado una serie de afecciones o lesiones en las extremidades superiores del cuerpo, debido a los movimientos repetitivos que producen los usos excesivos de estos aparatos. Algunas de las más conocidos son el Síndrome el túnel carpiano y la Tendinitis, pero a la lista también se suman Epicondilitis, Bursitis y Dedo del tenosynovitis. Estas lesiones en los casos más extremos si no se tratan a tiempo pueden producir la inmovilidad completa de alguno de los miembros. Los síntomas comunes se asocian a dolor, fatiga, debilidad, entumecimiento o pérdida de sensibilidad, torpeza, dificultad en los movimientos, manos frías, temblores, etc. De acuerdo a los especialistas de la salud, las áreas afectadas a causa de las RSI son el cuello, los hombros, la columna, los codos, los antebrazos, las muñecas y los dedos.



En ese sentido, se les recomienda a los pacientes que la mayor parte del tiempo usen computadores, realicen ejercicios, pausas activas, masajes para reducir la tensión de los músculos, acomodar la espalda correctamente mientras trabaja o estudia, etc.

**TENSIÓN OCULAR.** Esto se produce por permanecer más de ocho horas frente a un computador o pantalla, que además de cansar la vista, genera una deshidratación en la misma. Un estudio realizado por la University School of Medicine, a trabajadores (que debían usar computadores) de cuatro empresas japonesas, permitió establecer que aquellos empleados que utilizaban más los ordenadores, tenían más probabilidades de sufrir hipermetropía o miopía; por otro lado, el análisis estableció que la tensión ocular podría producir glaucoma.

Otra de las lesiones derivadas del uso inapropiado del ordenador son ojos rojos, dolores de cabeza, ojos secos, cansancio visual, fotofobia, visión doble y borrosa. Por eso, las recomendaciones para evitar estos trastornos es que se realicen descansos de la vista cada 15 minutos, levantar la mirada del computador y mirar objetos a una distancia mayor a este o detrás del mismo.

**SÍNDROME DE LA VIBRACIÓN FANTASMA:** Se le acuña este "mal", a aquellas personas que sienten una leve vibración de su celular o por el contrario que está sonando, cuando en realidad ni suena ni vibra. Este malestar se asocia al excesivo uso y dependencia del aparato, así como a estar en constante atención a las notificaciones de correos, mensajes y actualizaciones que le llegan al celular. A este síndrome se le considera uno de los padecimientos más populares del siglo XXI, ya que la mayoría de las personas alguna vez lo han vivido.

**INSOMNIO ADOLESCENTE:** El auge de los dispositivos móviles ha desencadenado un furor en sus usos por parte de esta población (adolescentes), quienes prácticamente no se despegan de sus aparatos celulares, hasta el punto de dormir con ellos, sin saber de los efectos negativos que produce la radiación del teléfono móvil. Contestan llamadas a medianoche, responden chats o mensajerías instantáneas a cualquier hora de la noche, y por ende, se genera una interrupción en el sueño.

Estas son solo algunas de las enfermedades derivadas de las nuevas tecnologías; sin embargo aunque en el caso más extremo algunos podrían decir "¡basta de las TIC!". Lo más sensato es que los individuos se moderen frente a los usos que les proporcionan a sus aparatos móviles, porque indiscutiblemente vivimos en una sociedad hiperconectada a través de la autopista de la información; que si bien ha transformado los paradigmas sociales frente a los comportamientos y acciones del ser humano, también ha producido innumerables alertas como: ¿nos dominan las tecnologías de la información?, o ¿dominamos a las tecnologías de la información? (Vásquez, 2008)

**EL TÚNEL CARPIANO:** El síndrome del túnel carpiano aparece por una fuerte presión reiterada sobre uno de los nervios (mediano) de la muñeca. Ese nervio es responsable de la sensibilidad del pulgar y los dedos largos (excepto el meñique) y de la función de pinza con el pulgar. Por eso, los primeros síntomas son el adormecimiento, el dolor y, finalmente, la pérdida de sensibilidad en la mano afectada.

En los casos más graves hay dificultad para distinguir el frío y el calor al tacto y debilitamiento o atrofia de los músculos de la palma de la mano. Un signo de alarma es también tener dificultades para hacer tareas delicadas, como coser, abrochar botones o cerrar la puerta con llave.

Con tratamiento, el dolor usualmente desaparece y no deja ningún daño permanente en la mano o muñeca.

**EL USO DEL CELULAR:** No se trata del dolor de cabeza que tendremos al ver la cuenta, sino de dolores en la nuca, los oídos e incluso en el dedo pulgar al usar mucho el teléfono celular.

Dentro de este mundo de enfermedades, síndromes, lesiones los accidentes causados por el uso incorrecto e las TICS, no se han determinado, pero aun así se realizará unas lista: Caídas de escaleras, rotura del tímpano, deformación del orificio auricular, fractura de muñeca, dislocación de hombro, lesiones de la columna vertebral, torceduras de pie, fracturas de las falanges, perdida de vista, electrocuciones por la utilización del móvil, quemaduras por descargas eléctricas en las

computadoras personales, accidentes vehiculares por la utilización del móvil estando manejando, pérdida de la huella digital; estos solo algunos relacionados con el uso de las tics

Las enfermedades como el estrés, depresión, ansiedad se pueden relacionar con el uso de las TIC'S, por la forma de utilizarlos, ya que si bien es cierto que se conoce su utilización, esta misma utilización produce estos síntomas, y más aparecen causando el tiempo es el enemigo a vencer, las instalaciones eléctricas estén defectuosas, o cuando nuestra investigación resulta fallida por la mala utilización de un programa.

## **II. METODOLOGÍA**

Para responder la pregunta planteada en la descripción del problema, se utilizará como metodología la investigación bibliográfica-documental, de práctica y de campo, realizando para ello una batería con diez reactivos que fue aplicada a 80 alumnos de la facultad de Contaduría Pública; en el mes de marzo de 2013, esto para llegar a conocer si los alumnos tienen conocimiento de alguna de estas enfermedades, lesiones, síndromes o han tenido algún accidente provocado por ellas.

### **1. OBJETIVO**

La presente ponencia busca poner en evidencia la gran ignorancia de la existencia de las enfermedades, lesiones, síndromes, así como de los accidentes provocados por las TIC'S, al mismo tiempo dar a conocer la mayoría de ellas; creando con ello conciencia para su correcta y adecuada utilización de las TIC'S.

### **2. PRUEBA DIAGNOSTICA**

Se levantó una encuesta a un grupo de alumnos universitarios de la facultad de Contaduría Pública, de la BUAP, siendo un nicho de 80 personas; en el mes de marzo de 2013; siendo diez los reactivos que la conforman: 1. ¿Conoces el concepto de TICS?, 2. ¿Conoces la clasificación de las TICS?, 3. ¿Conoces que es una enfermedad?, 4. ¿Conoces que es una lesión?, 5. ¿Conoces que es un accidente?, 6. ¿Conoces que es un riesgo de trabajo?, 7. ¿Los docentes te enseñan los contras de la utilización de las TIC'S?, 8. ¿Conoces enfermedades producidas por la

utilización de las TIC'S?, 9. ¿Conoces accidentes producidas por la utilización de las TIC'S?, 10. ¿Conoces lesiones producidas por la utilización de las TIC'S?

### **III. RESULTADOS**

Los resultados obtenidos por la aplicación de la batería fueron los siguientes:

En la 1ª. El 98% contesto que si saben un 2% no lo sabe.

En la 2ª. El 66% contesto de forma afirmativa, el 44% titubeó.

En la 3ª. El 78% contesto que si sabía, un 12% no tenía la seguridad, 10% la confundió con un accidente laboral

En la 4ª. El un 98% contesto de forma afirmativa, el 2% la confundió con un accidente

En la 5ª. El 88% contesto que si sabía, un 12% no tenía la seguridad

En la 6ª. El 100% contesto que si

En la 7ª. El 100% menciona que en clase nunca manejan los contras de las TIC'S.

En la 8ª. El 50% respondió que sí, un 30% solo menciona algunos mitos de su utilización y un 20% solo menciona que no tenían idea de que existían.

En la 9ª. El 100% contesto que sólo los automovilísticos.

En la 10ª. El 100% menciona que no conocen lesiones hechas por la utilización de las TIC'S.

### **IV. CONCLUSIÓN Y DISCUSIÓN**

- 1. CONCLUSIÓN:** En la investigación que se realizó por medio de esta batería, la cual cuestiono de forma directa el conocimiento de los universitarios con respecto a la materias que se imparten, en relación a las TIC'S (Derecho Laboral y NTIC'S), el tema que se abordó es por naturaleza muy controversial, ya que muchos de estas enfermedades se dan no solo en los contadores, sino en todos los perfiles, y otras si son en forma particular de la actividad profesional del contador; otras se piensa que no tienen nada que ver con las TIC'S; los alumnos, se mostraron participativos, pero más curiosos, y se generó una gran duda en todos ellos, ¡claro está!, que se le dio respuesta y solución a dicha duda, esta fue ¿ porque en la materia de TICS, no se imparte este tema?, la respuesta fue, No se encuentra

dentro del programa y eso lo deben de dar en otra materia, que se podría llamar “PREVENSIÓN LABORAL”, relacionada exclusivamente al conocimiento de las enfermedades, lesiones, síndromes y accidentes laborales más comunes del perfil del Contador Público, así como su prevención y tratamiento; siendo con esto la finalización de esta breve investigación.

2. **DISCUSIÓN:** Esta se centró en varias líneas a seguir, una de ella fue la cantidad de enfermedades a nombrar y explicar de forma breve, clara y simple, ya que la terminología medica muy pocos contadores la entienden; otra de la líneas fue, la cantidad de reactivos y el número de alumnos a entrevistar, ya que el tiempo, como siempre nos come; y la última fue evidenciar el poco conocimiento que se tiene de las enfermedades, lesiones, síndromes y accidentes que se originan por la utilización de las TIC’S; puesto que todos teníamos mitos a cerca de ellas, ya que como se mencionó antes, muchas son padecimientos que se adquieren por la actividad laboral que se ejerce del perfil; pero como siempre se llegó a una toma de decisiones, que satisfizo a todos los que participaron en esta breve investigación, quedando todos con un buen sabor de boca, con lo que se encontró y se puede seguir investigando, y proponiendo, no solo para la Facultad de Contaduría Pública, sino también para promover en toda la sociedad.

### **3. SUGERENCIAS**

1. Desarrollar conciencia entre la población universitaria del uso correcto de las TIC’S
2. Elaborar un programa de prevención a la salud por la utilización de las TICS
3. Formar un programa de Prevención Laboral para ser impartido como materia principal
4. Realizar cursos-taller a cerca de prevención a la salud por la utilización de las TICS, dirigida a los maestros, docentes, profesores y todo aquel personal académico.
5. Fomentar el uso correcto de las TIC’S en las investigaciones

## **V. BIBLIOGRAFÍA**

Breton Suel, La Depresión, ediciones Martínez Roca, México 1998

Diccionario Manual de la Lengua Española Vox. © 2007 Larousse Editorial, S.L.

Fernández Ruiz Silvestre, Prestaciones y servicios del IMSS, cálculo y procedimientos, Editorial Trillas, México 1998

García Ortega Jesús, Derecho del Trabajo, Ed. Tirant Lo Blanch, Valencia 1992

Instituto Nacional de Investigación del Genoma Humano (NIH)

Instituto de Investigaciones Jurídicas, Diccionario de Jurídico Mexicano, Editorial Porrúa, México 1987

Lastra Lastra José Manuel, Diccionario de derecho del trabajo, Editorial Porrúa, México 2001

Ramos Niembro Francisco, Enfermedades Reumáticas: criterios y diagnósticos, Editorial Mc. Graw Hill Interamericana, México 1999

San Roman Roberto, Derecho Laboral, Editorial Mc. Graw Hill, Venezuela 2009

Vásquez, A. Zygmunt Bauman: Modernidad Líquida Y Fragilidad Humana.

[www.contrerasrobledo.com/](http://www.contrerasrobledo.com/)

[www.definicionabc.com/social/incidente-laboral](http://www.definicionabc.com/social/incidente-laboral)

[saludocupacional1d1.wikispaces.com/](http://saludocupacional1d1.wikispaces.com/)

[yasalud.com/enfermedades-crónicas/](http://yasalud.com/enfermedades-crónicas/)