



**CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE RECURSOS HUMANOS-PERSONAL**

**Elaboración y Socialización de un taller informativo sobre el Síndrome del Túnel Carpiano y sus consecuencias en los estudiantes de primer nivel de la jornada nocturna de la Carrera de Gestión de Talento Humano del Instituto Tecnológico Superior Cordillera ubicada en el sector norte del distrito metropolitano de Quito, 2019.**

**Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de Tecnólogo en Administración Recursos Humanos - Personal.**

**Tipo de trabajo de Integración Curricular**

**I+D+I**

**Autor:** Carolina Acaro

**Tutora:** Doctora. Gladys Vanegas

**Quito, Enero 2020**

## ACTA DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Quito, 15 de noviembre de 2019

El equipo asesor del trabajo de Titulación de las Sr. (Srta.) **ACARO CALVA DIANA CAROLINA**, de la carrera de Administración de Recursos Humanos – Personal, cuyo tema de investigación fue: **ELABORACIÓN Y SOCIALIZACIÓN DE UN TALLER INFORMATIVO SOBRE EL SINDROME DEL TUNEL CARPIANO Y SUS CONSECUENCIAS EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMER NIVEL DE LA JORNADA NOCTURNA DE LA CARRERA DE GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA, UBICADO EN EL SECTOR NORTE, DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, 2019**, una vez considerados los objetivos del estudio, coherencia entre los temas y metodologías desarrolladas; adecuación de la redacción, sintaxis, ortografía y puntuación con las normas vigentes sobre la presentación del escrito, resuelve: **APROBAR** el proyecto de grado, certificando que cumple con todos los requisitos exigidos por la institución.



ING. VANEGAS DIGMA  
Tutor de Proyectos



CONSEJO DE CARRERA  
PSIC. FABIAN JARA

Delegado de Titulación de la  
Carrera



ING. HERRERA MÓNICA  
Lector de Proyectos



15 NOV 2019  
ING. FRIKTZIA MENDOZA

Directora de Carrera  
Administración de Recursos Humanos

### CAMPUS 1 - MATRIZ

Av. de la Prensa N45-268 y Logroño  
Teléfono: 2255460 / 2269900  
E-mail: instituto@cordillera.edu.ec  
Pag.Web: www.cordillera.edu.ec  
Quito - Ecuador

### CAMPUS 2 - LOGROÑO

Calle Logroño Oe 2-84 y  
Av. de la Prensa (esq.)  
Edif. Cordillera  
Telfs.: 2430443 / Fax: 2433649

### CAMPUS 3 - BRACAMOROS

Bracamoros N15-163 y  
Yacuambí (esq.)  
Telf.: 2262041

### CAMPUS 4 - BRASIL

Av. Brasil N46-45 y  
Zamora  
Telf.: 2246036

### CAMPUS 5 - YACUAMBÍ

Yacuambí Oe2-36 y  
Bracamoros  
Telf.: 2249994

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Diana Carolina Acaro Calva , declaro bajo juramento que la investigación es absolutamente original, auténtica, es de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.as ideas, doctrinas, resultados y conclusiones a los que he llegado son de mi absoluta responsabilidad.



---

Diana Carolina Acaro Calva

## LICENCIA DE USO NO COMERCIAL

Yo, Diana Carolina Acaro Calva portador de la cedula de ciudadanía asignada con el N° 175120974-1 de conformidad con lo establecido en el Artículo 110 del Código de Economía Social de los Conocimientos, la Creatividad y la Innovación (INGENIOS) que dice: “En el caso de las obras creadas en centros educativos, universidades, escuelas politécnicas, institutos superiores técnicos, tecnológicos, pedagógicos de artes y los conservatorios superiores e institutos públicos de investigación como resultado de su actividad académica o de investigación tales como trabajos de titulación, proyectos de investigación o innovación, artículos académicos, u otros análogos, sin perjuicio de que pueda existir relación de dependencia, la titularidad de los derechos patrimoniales corresponderá a los autores. Sin embargo, el establecimiento tendrá una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra previa autorización a los titulares y notificación a los autores en caso de que se traten de distintas personas. En cuyo caso corresponderá a los autores un porcentaje no inferior al cuarenta por ciento de los beneficios económicos resultantes de esta explotación. El mismo beneficio se aplicara a los autores que hayan transferido sus derechos a instituciones de educación superior o centros educativos.”, otorgo licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial del proyecto denominado Elaboración y Socialización de un taller informativo sobre el Síndrome del Túnel Carpiano y sus consecuencias en los estudiantes de primer nivel de la jornada nocturna de la Carrera de Gestión de Talento Humano del Instituto Tecnológico Superior Cordillera ubicada en el sector norte del distrito metropolitano de Quito, 2019. Con fines académicos al Instituto Tecnológico Superior Cordillera.



Carolina Acaro

C.C: 175120974-1

Quito, Diciembre de 2019

## DEDICATORIA

El proyecto está dedicado a mis adorados padres, en especial a mi madre que ha sido el pilar más importante en mi vida, un ser humano que me ha confortado en mis momentos malos, una voz de aliento que dice sigue, ella ha permanecido a mi lado, alentando a este ser humano que muchas de las veces a dicho no.

¿Cómo no agradecerte a ti Georgina de mi corazón?

Tengo tanto que retribuirte madre, espero que la vida me regale esa dicha de hacerlo, con la entrega que me ha sido dada.

## AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a Dios por estar delante de mí para guiar mis pasos de la mejor manera, detrás de mí para cuidarme y cuando las cosas no han salido como lo pensaba, es porque sus planes superaban cualquier expectativa.

A mi familia, cada uno de ellos ha aportado con una voz de aliento, que mucha de las veces es necesaria, vamos Carolina ya te falta poco.

Como no agradecer al ITSCO por permitirme realizar el proyecto en la institución educativa, a los docentes que han sido partícipes en la formación educativa lo cual se les agradece inmensamente.

A mí estimada tutora que me ha guiado en este proceso de aprendizaje, puesto que ha estado dispuesta a ayudar de la manera más gentil a la realización del proyecto. A su paciencia y amor a la enseñanza, por descubrir en mí ese algo que hace especial a las personas. Puedo decir que más, que una docente es una gran mujer.

No puedo dejar de lado el esfuerzo, dedicación por mi parte para la realización de este proyecto, que ha evidenciado mi talento y capacidad para alcanzar una de muchas de las metas que la vida espero me permita hacerlas realidad. Tal vez suene mezquino pero el mérito se agradece.

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTORÍA .....	i
LICENCIA DE USO NO COMERCIAL .....	ii
DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS .....	v
ÍNDICE DE TABLAS .....	viii
ÍNDICE DE FIGURAS .....	ix
RESUMEN EJECUTIVO .....	xii
ABSTRACT.....	xiii
CAPITULO I .....	1
ANTECEDENTES .....	1
1.01 Contexto.....	1
1.01.01 Macro .....	1
1.01.02 Meso.....	3
<b>1.01.03 Micro.....</b>	<b>5</b>
1.02 Justificación .....	6
1.03 Definición del Problema Central .....	8
1.04 Análisis de la Matriz T.....	9
CAPITULO II.....	11

---

2.02 MATRIZ DE ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS .....	12
2.02.01 Análisis de la Matriz de Involucrados .....	13
CAPITULO III.....	15
3.01 Árbol de Problemas .....	15
3.01.01 Análisis del Árbol del Problemas .....	16
3.02 Árbol de Objetivos.....	17
3.02.01 Análisis del Árbol de Objetivos.....	18
CAPITULO IV .....	19
4.01 Matriz de Análisis de Alternativas.....	19
4.01.01 Análisis de la Matriz Alternativas .....	20
4.02 Matriz de Análisis de Impacto de los Objetivo.....	22
4.2.01 Análisis de la Matriz de Impacto de los Objetivos .....	23
4.03.01 Análisis Diagrama de Estrategias .....	27
4.04.01 Análisis Marco Lógico.....	32
CAPITULO V .....	35
5.02 Justificación .....	36
5.03 Objetivo General.....	37
5.04 Orientación al estudio .....	37
<b>5.07 Portada de la Propuesta.....</b>	<b>57</b>
11.02.02 Cirugía endoscópica.....	69

---

<b>5.09</b>	<b>Proceso de Socialización de la Propuesta</b> .....	87
5.09.01	Bienvenida .....	87
5.09.02	Reglas de Oro.....	87
5.09.03	Video.....	88
<b>CAPITULO VI</b> .....		91
6.01	Recursos.....	91
6.01.01	Recursos Humanos .....	91
6.01.02	Recursos Audiovisuales.....	91
6.01.03	Recursos Materiales.....	91
6.02	Presupuesto.....	92
<b>CAPITULO VII</b> .....		94
<b>7.01</b>	<b>Conclusiones</b> .....	94
<b>7.02</b>	<b>Recomendaciones</b> .....	95
	Bibliografía .....	97

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°1. Matriz T.....	8
Tabla N°2. Matriz de análisis de involucrados.....	12
Tabla N°3. Análisis de Alternativas .....	19
Tabla N°4. Matriz de análisis de impacto de objetivos .....	22
Tabla N°5. Matriz de Marco Lógico.....	29
Tabla N°6. Pregunta N°1 .....	47
Tabla N°7. Pregunta N°2 .....	48
Tabla N°8. Pregunta N°3 .....	49
<b>Tabla N°9. Pregunta N°4.....</b>	<b>50</b>
Tabla N°10. Pregunta N°5 .....	51
Tabla N°11. Pregunta N°6 .....	52
Tabla N°12. Pregunta N°7 .....	53
Tabla N°13. Pregunta N°8 .....	54
Tabla N°14. Pregunta N°9 .....	55
Tabla N°15. Pregunta N°10 .....	56
Tabla N°16. Formato de Evaluación de Satisfacción .....	86
Tabla N°17. Presupuesto.....	92

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N°1. Mapeo de involucrados .....	11
Figura N°2. Árbol De Problemas.....	15
Figura N°3. Árbol de Objetivos .....	17
Figura N°4. Análisis de la Matriz de Impacto de los Objetivos .....	23
Figura N°5. Análisis de la Matriz de Impacto de los Objetivos .....	24
Figura N°6. Diagrama de Estrategias .....	26
Figura N°7. Síntomas del STC .....	40
Figura N°8. Factores de Riesgo .....	42
Figura N°9. Pregunta N°1 .....	47
Figura N°10. Pregunta N°2.....	48
Figura N°11. Pregunta N°3 .....	49
Figura N°12. Pregunta N°4.....	50
Figura N°13 Pregunta N°5 .....	51
Figura N°14. Pregunta N°6.....	52
Figura N°15 Pregunta N°7.....	53
Figura N°16. Pregunta N°8.....	54
Figura N°17. Pregunta N°9.....	55
Figura N°18. Pregunta N°10.....	56
Figura N°19. Bienvenida .....	58
Figura N°20. Descripción de la afectación .....	61

---

Figura N°21 Zona Afectada.....	62
Figura N°22. Sintomas.....	63
Figura N°23. Inflamación del musculo.....	63
Figura N°24 Dificultad para agarrar objetos.....	64
Figura N°25. Población vulnerable.....	65
Figura N°26. Tratamiento conservar .....	66
Figura N°27. Pausas activas.....	70
Figura N°28. Ejercicios de relajacion.....	71
Figura N°29. Estiramineto del flexor de la muñeca.....	72
Figura N°30. Estiramiento del extensor de la muñeca.....	72
Figura N°31. Encogimiento de hombros .....	73
Figura N°32. Posturas ergonómicas correctas .....	73
Figura N°33. Posturas ergonómicas correctas .....	74
Figura N°34. Estabilizadoras o inmovilizadoras .....	75
Figura N°35. Funcionales .....	75
Figura N°36. Correctoras.....	76
Figura N°37. Implementos ergonómicos .....	77
Figura N°38. Almohadilla de gel.....	78
Figura N°39. Teclado ergonomico.....	78
Figura N°40. Muñequeras.....	79
Figura N°41. Consejos de postura .....	80
Figura N°42. Consejos de postura .....	80
Figura N°43. Consejos de postura .....	81
Figura N°44. Implementos de prevención .....	81

---

Figura N°45. Consejos .....	82
Figura N°46. Ejercicios de relajación .....	82
Figura N°47. Uso de herramientas adecuadas .....	83
Figura N°48. Formacion y informacion.....	84
Figura N°49. Rotación de tareas .....	85
Figura N°50. Atencion médica .....	85
Figura N°51. Reglas de oro.....	87
Figura N°52. Evitar el uso del ceelular .....	88
Figura N°53. Mantener la atención el tema .....	88
Figura N°54. STC .....	89

## RESUMEN EJECUTIVO

El Síndrome del Túnel Carpiano también conocido como STC, es considerado una Enfermedad Profesional u Ocupacional que se desencadena por varios factores relacionados con la ergonomía, donde el diseño de los puestos de trabajo no responde a la estructura anatómica de las personas o también la adopción de hábitos inadecuados al utilizar equipos tecnológicos o la ejecución de actividades repetitivas sin la correspondiente protección.

Se consideró necesario la elaboración de un taller informativo dentro del Instituto Tecnológico Superior Cordillera, en la Carrera de Gestión de Talento Humano, para impartirlo a los estudiantes del primer semestre, jornada nocturna. El principal objetivo fue brindar conocimientos sobre las causas y consecuencias del STC; para de esta manera prevenir el apareamiento de sintomatología relacionada con este síndrome.

Una vez conocido sus síntomas y afectación, se recomienda la evaluación y seguimiento por parte de los involucrados dentro de la comunidad educativa, sobre todo el Departamento Médico y el área de Seguridad y Salud Ocupacional, para que incentive la participación y socialización de este tema por parte de los estudiantes.

## ABSTRACT

Carpal Tunnel Syndrome, also known as STC, is considered a Professional or Occupational Disease that is triggered by several factors related to ergonomics, where the design of the jobs do not respond to the anatomical structure of the adopting inadequate habits when using technological equipment or carrying out repetitive activities without the corresponding protection.

It was considered necessary to develop an information workshop within the Instituto Tecnológico Superior Cordillera, in the Career of Human Talent Management, to impart it to students of the first semester, nightday. The main objective was to provide knowledge on the causes and consequences of the STC; prevent the occurrence of symptomatology related to this syndrome.

Once your symptoms and affectation are known, it is recommended that evaluation and follow-up by those involved within the educational community, especially the Medical Department and the Occupational Safety and Health area, be recommended to encourage participation and socialization of this issue by students.

## **CAPITULO I**

### **ANTECEDENTES**

#### **1.01 Contexto.**

##### **1.01.01 Macro**

Las enfermedades ocupacionales han sido motivo de interés para justificar los estudios realizados que permiten entender su sintomatología y las consecuencias que se derivan del trabajo; con el paso de los años se ha podido determinar y considerar al STC. Como una enfermedad ocupacional dando lugar a múltiples investigaciones las cuales han determinado que es un síndrome que afecta de manera significativa a las personas que lo padecen.

Considerando así “Síndrome del Túnel Carpiano (STC) es una patología de alta incidencia y consta básicamente en una compresión neuropatía del nervio mediano a nivel de la muñeca “ (Alvayay, 2008)

Según un estudio realizado en Rochester por Mayo Clinic existen varios factores asociados con el STC desde el punto de vista médico. Si bien no causan directamente el síndrome son asociados como factores carpianos directamente, pueden aumentar las posibilidades de padecer o agravar la lesión al nervio mediano.

Los siguientes factores pueden ser causantes del STC y aumentar sus probabilidades.

Así lo menciona (MayoClinic.org, 2017) factores anatómicos una fractura o dislocación de muñeca, o artritis que deforma los huesos pequeños de la muñeca, puede alterar el espacio dentro del túnel carpiano y ejercer presión sobre el nervio mediano. Sexo: el síndrome del túnel carpiano suele ser más frecuente en las mujeres. Esto podría deberse a que la zona del túnel carpiano es relativamente más pequeña en las mujeres que en los hombres. Enfermedades inflamatorias: las enfermedades caracterizadas por la inflamación, como la artritis reumatoide, pueden afectar el revestimiento que rodea los tendones de la muñeca y ejercer presión sobre el nervio mediano. Obesidad: La obesidad constituye un factor de riesgo importante de padecer síndrome del túnel carpiano. Alteraciones en el equilibrio de los líquidos corporales: La retención de líquidos puede aumentar la presión dentro del túnel carpiano, lo que irrita el nervio mediano. Esto es frecuente durante el embarazo y la menopausia, el síndrome del túnel carpiano asociado al embarazo generalmente se resuelve solo después del embarazo.

Factores del lugar de trabajo. Es posible que el trabajo con herramientas que vibran o que requiere movimientos de flexión de la muñeca prolongados y repetitivos genere una presión dañina sobre el nervio mediano o empeore la lesión existente al nervio.

Como resultado de la investigación tenemos los posibles factores de riesgo, para la aparición del STC ya que son variables y múltiples.

Por consecuencia contamos con la siguiente investigación realizada en Colombia y la afectación del STC, y sus factores asociados con odontólogos.

Para ser considerada enfermedad profesional u ocupacional es necesario que se establezca una relación causa-efecto.

Según un estudio realizado en Colombia “El 9,4% de los desórdenes musculoesqueléticos de las extremidades superiores están localizados en el área de la muñeca y de las manos; de las cuales se considera que el Síndrome del Túnel del Carpo (STC) representa el 1,5%”. (Ergonom, 2007)

En su investigación (Biomed, 2012) Realizada en la ciudad de Bucaramanga cuyo objetivo era determinar la prevalencia del STC y sus factores asociados en odontólogos, tomó una muestra aleatoria de profesionales de diferentes especialidades encontrando que la prevalencia se encontraba en el 15,8% y en los endodoncias particularmente se registraba una prevalencia de hasta el 40%. En la Universidad de Cartagena se realizó un estudio de corte transversal en el año 2011 para determinar la prevalencia del STC dentro del personal administrativo encontrando que esta era del 4,5% (p49-57)

El estudio sustenta que desde el punto de vista médico existen múltiples factores de riesgo que puede desencadenar el STC. Acorde con las investigaciones realizadas, existen causales múltiples que desencadenan el STC ya que va , desde una mala postura ergonómica hasta una sintomatología clínica, dando como resultado el aparecimiento del síndrome.

### **1.01.02 Meso**

El Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos (INEC) asegura que en el país existen aproximadamente 4.000 enfermedades ocupacionales de las cuales menos el 3% son reportadas, entre ellas tenemos enfermedades que se relacionan al diseño del lugar de trabajo y malas posturas. Que ocupan un 69% de enfermedades reportadas. (INEC, 2010)

Como se puede evidenciar en estudios realizados en el año 2010 es una problemática que ha tenido su incidencia años atrás, lo que hace imprescindible la atención de manera oportuna por parte de las autoridades.

Según un boletín estadístico publicado por el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social en el año 2018, correspondientes a los meses de noviembre y diciembre del

mismo año, y con la aprobación de la Dirección del Seguro General de Riesgo del Trabajo determinan que el síndrome de túnel carpiano afecta de manera significativa a un cierto grupo de la población por lo tanto es necesario difundir información sobre el STC, estableciendo mecanismos de prevención que minimicen las consecuencias que se derivan de este síndrome.

De acuerdo a la resolución 513 del Instituto Ecuatoriano de Seguro Social (IESS) conjuntamente en el capítulo II donde muestra los siguientes artículos

Artículo 6.- Enfermedades Profesionales u Ocupacionales. - Son afecciones crónicas, causadas de una manera directa por el ejercicio de la profesión u ocupación que realiza el trabajador y como resultado de la exposición a factores de riesgo, que producen o no incapacidad laboral. Se considerarán enfermedades profesionales u ocupacionales las publicadas en la lista de la Organización Internacional del Trabajo OIT, así como las que determinare la CVIRP para lo cual se deberá comprobar la relación causa – efecto entre el trabajo desempeñado y la enfermedad crónica resultante en el asegurado, a base del informe técnico del SGRT.

Artículo 7.- Criterios de diagnóstico para calificar Enfermedades Profesionales u Ocupacionales. - Para efectos de la concesión de las prestaciones del Seguro General de Riesgos del Trabajo, se consideran enfermedades profesionales u ocupacionales las que cumplan con los siguientes criterios: a) Criterio clínico: Presencia de signos y síntomas que tiene el afiliado relacionados con la posible Enfermedad Profesional en estudio. b) Criterio ocupacional: Es el estudio de la exposición laboral para determinar la relación causa- efecto y el nivel de riesgo de las actividades realizadas por el Afiliado, la cual se incluirá en el análisis de puesto de trabajo realizado por el profesional técnico en Seguridad y Salud en el Trabajo del Seguro General Riesgos del Trabajo a requerimiento del médico ocupacional de este Seguro a partir de un diagnóstico.

Dejando en claro que para proceder a una valoración médica y determinar como una enfermedad ocupacional u profesional se debe tomar en cuenta los artículos de la Normativa aplicable a la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Las empresas ecuatorianas sobre todo aquellas que tienen una estructura organizacional definida y cuya orientación está enfocada en el bienestar de sus colaboradores han tomado acciones para corregir problemas ergonómicos en los puestos de trabajo y brindar una mejor adaptación y seguridad que garantice la no aparición de STC a consecuencia del trabajo.

### **1.01.03 Micro**

El Instituto Tecnológico Superior Cordillera nace en 1993 como una alternativa para la formación tecnológica contribuyendo al desarrollo del país. Se fundamenta en un modelo de educación por perfiles de desempeño de su autoría, que desarrolla de manera integral el aspecto humano y profesional.

Desde una visión holística fundamentada científicamente, el Instituto Tecnológico Superior Cordillera oferta una gama de carreras compatibles con los requerimientos de las áreas productivas y de desarrollo del país.

De esta manera vieron la necesidad de actualizar la malla de la carrera de Gestión del Talento Humano y así generar conceptos evolucionados donde la orientación a las personas es la clave, que permite que las empresas adquieran posicionamiento en el mercado, competitividad y una imagen excelente de Employer Branding, pensando en el colaborador como sujeto, que debe realizar su tarea feliz y comprometido, para generar mayor productividad, de esta manera dejamos de lado los temas operativos

rutinarios y nos enfocamos en una Gestión del Talento Humano para empoderar a la persona y aumentar su sentido de pertenencia , mejorando su calidad de vida.

Preocupados por el bienestar de sus estudiantes, el ITSCO promociona el acceso a la información desde el área de Seguridad y Salud Ocupacional para prevenir accidentes y enfermedades profesionales; por lo tanto, acogen de buena manera la puesta en marcha de un taller informativo sobre el STC, dado que la comunidad de millennials tienen afinidad por el uso del computador o celulares, lo cual va de la mano con las exigencias de la era tecnológica, lo cual no podemos omitir ni ignorar.

## **1.02 Justificación**

El presente proyecto de titulación se lo realizará en el Instituto Tecnológico Superior Cordillera con la finalidad de dar a conocer las consecuencias del Síndrome del Túnel Carpiano en los estudiantes de primer nivel de la jornada nocturna de la carrera de Gestión del Talento Humano en cuanto al impacto que tiene en la salud de los estudiantes de la institución educativa a través de la elaboración y socialización de un taller informativo.

La investigación, es útil para los estudiantes de la Carrera de Gestión del Talento Humano, sirve para dar a conocer de manera más detallada las consecuencias del Síndrome del Túnel Carpiano debido a que la investigación representa una alerta para prevenir la aparición de este síndrome tomando en cuenta el grado de desconocimiento que puede existir por parte de los estudiantes de la institución educativa.

Al realizar movimientos repetitivos con la muñeca por el uso frecuente del computador, podría aparecer sintomatología relacionada con el síndrome, de allí que las

actividades que realizan como parte de su labor, puede ser un detonante para la aparición del síndrome, afectando su desempeño normal, causando ausentismo; se hace necesario por lo tanto la puesta en marcha de un taller informativo con carácter preventivo.

En conclusión, conocer las causas y consecuencias de este síndrome significará a futuro prevenir casos severos que muchas veces solo se solucionan a través de intervenciones quirúrgicas.

### 1.03 Definición del Problema Central

**Tabla N°1. Matriz T**

<b>SITUACIÓN EMPEORADA</b>	<b>SITUACIÓN ACTUAL</b>	<b>SITUACION MEJORADA</b>
Estudiantes con diagnóstico del Síndrome del Túnel Carpiano afectados en su salud física provocando ausentismo	Desconocimiento de las consecuencias que ocasiona el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano	Disponer de información actualizada para prevenir afectaciones ocasionadas por el Síndrome del Túnel Carpiano , adoptando una cultura de prevención que minimice sus efectos

<b>FUERZAS IMPULSADORAS</b>	<b>Intensidad (real)</b>	<b>Potencial de cambio (ideal)</b>	<b>Intensidad</b>	<b>Potencial de cambio</b>	<b>FUERZAS BLOQUEADORAS</b>
Compromiso por parte de los estudiantes para asistir al taller informativo.	1	5	4	2	Desinterés por parte de los estudiantes para asistir al taller informativo.
Recursos de infraestructura para brindar el taller	2	5	5	1	Burocracia en los tramites de autorización para acceder al auditorio de capacitación
Selección adecuada del contenido para el taller	2	5	5	2	Temas de difícil comprensión para los participantes
Contar con un cronograma establecido	1	5	4	1	Irrespetar el tiempo planeado.

Fuente: ITSCO

Elaborado: Carolina Acaro

#### **1.04 Análisis de la Matriz T**

Dentro de la definición del problema central se establece como situación actual el desconocimiento de las consecuencias del STC y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión del Talento Humano.

Se contempla como situación mejorada disponer de información actualizada para prevenir afectaciones causadas por STC, aportando una cultura de prevención que minimice sus efectos. La situación empeorada visualiza un alto índice de estudiantes con diagnóstico de STC, provocando ausentismo y disminución en el rendimiento académico.

Se ha establecido 4 Fuerzas Impulsadoras y 4 Bloqueadoras.

La primera fuerza impulsadora nos indica el compromiso de los estudiantes para asistir al taller informativo cuya intensidad real es de (1) bajo y su potencial de cambio es (5) es decir alto, sin embargo, puede existir una fuerza bloqueadora que puede ser el desinterés por parte de los estudiantes para asistir al taller informativo cuya intensidad actual es (4) denominándola media alto, buscando disminuir a una valoración de (2) es decir medio bajo.

La siguiente fuerza impulsadora hace referencia a los recursos de infraestructura para brindar el taller, cuya intensidad actual es (2) medio bajo y su potencial de cambio es de (5) es decir alto; sin embargo, puede existir una fuerza bloqueadora que puede ser la burocracia en la documentación para la autorización de la misma teniendo una intensidad de (5) alto, pero esperamos un potencial de cambio de (1) bajo.

Como penúltima fuerza impulsadora tenemos seleccionar información adecuada para el taller cuya intensidad real es de (2) media bajo y pretendemos un potencial de cambio de (5) alto, también existe una fuerza bloqueadora que contempla que los temas sean de difícil comprensión para los participantes, con una intensidad de (5) alto, esperando un potencial de cambio de (2) media bajo.

La última fuerza impulsadora establece contar con un cronograma para de esta manera respetar los tiempos de los participantes y del expositor, la cual tiene una intensidad real (1) bajo y esperamos un potencial de cambio de (5) alto, también existe una fuerza bloqueadora que es el incumplimiento del tiempo planeado para el taller informativo teniendo una intensidad real de (4) esperando un potencial de cambio de (1) bajo.

## CAPITULO II

### 2.1 Mapeo de Involucrados

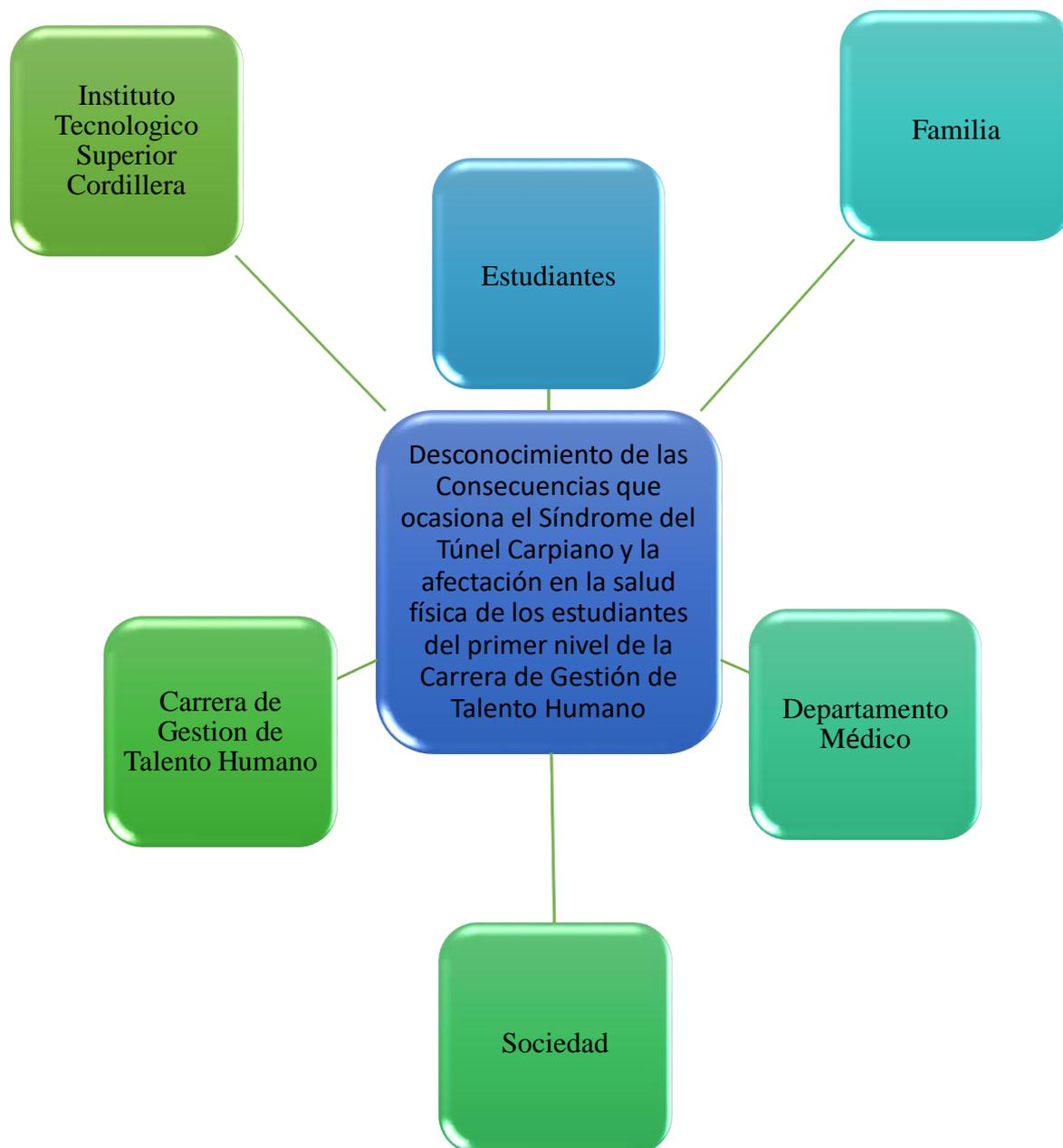


Figura N°1. Mapeo de involucrados  
Fuente: Investigación Propia  
Elaborado por: Carolina Acaro

## 2.02 MATRIZ DE ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS

**Tabla N°2.** Matriz de análisis de involucrados

ACTORES INVOLUCRADOS	INTERESES SOBRE EL PROBLEMA CENTRAL	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS MANDATOS Y CAPACITACIONES	INTERESES SOBRE EL PROYECTO	CONFLICTO POTENCIAL
<b>Carrera de Gestión de Talento Humano</b>	Estudiantes informados sobre enfermedades ocupacionales	Desconocimiento de posibles afectaciones del STC en la Carrera de Gestión de Talento Humano.	Fomentar las buenas prácticas para evitar el STC.	Estudiantes que conozcan cómo prevenir el STC.	Ausencia de conocimiento sobre enfermedades ocupacionales y sus consecuencias.
<b>Estudiantes</b>	Adquirir conocimientos de cómo prevenir el STC.	Indiferencia para adoptar hábitos adecuados que permitan minimizar el riesgo.	Disponibilidad de infraestructura y recursos	Interés por parte de los estudiantes.	Inasistencia al taller informativo
<b>Departamento Medico</b>	Detectar posibles casos de STC para poder ayudar de manera oportuna.	Casos no reportados de estudiantes con sintomatología STC.	Proceden averiguaciones previas, y se rigen a la resolución 513 del IESS	Reporte oportuno de los casos para detectarlos a tiempo	Despreocupación del departamento médico para derivar los casos a consulta de especialidad.
<b>ITSCO</b>	Evitar enfermedades ocupacionales en los alumnos.	Estudiantes sin predisposición para informarse en temas de interés.	Orientar al estudiante en caso de padecimiento de este síndrome.	Lograr que los estudiantes tomen conciencia de los riesgos que ocasiona este síndrome.	Escaso interés en temas de salud Ocupacional.
<b>Familia</b>	Confiar a la Institución Educativa la seguridad en temas de salud y bienestar de sus hijos.	Escaso interés por brindar información sobre el STC.	Gozar de bienestar a través de procedimientos preventivos de la salud	Interés por brindar información oportuna	Ausencia de especialistas que brinden información de STC.

Fuente: Carrera de Gestión de Talento Humano

Elaborado por: Carolina Acaro

### **2.02.01 Análisis de la Matriz de Involucrados**

En la matriz de análisis de involucrados se han definido actores directos e indirectos dentro de los actores directos tenemos. La Carrera de Gestión de Talento Humano cuyo interés es lograr que los estudiantes estén informados de las enfermedades ocupacionales, sin embargo, se percibe como problema el desconocimiento de posibles afectaciones por esta enfermedad. Se contempla como una capacidad fomentar las buenas prácticas para evitar el STC. El interés sobre el proyecto manifiesta que los estudiantes deben conocer cómo prevenir el STC. Cabe indicar que podemos tener la influencia de un conflicto potencial que es la ausencia de información sobre enfermedades ocupacionales y sus consecuencias.

Otros involucrados muy representativos son los estudiantes quienes tiene interés en adquirir conocimientos de cómo prevenir el apareamiento de este síndrome, sin embargo, como problema se observa la indiferencia para adoptar hábitos adecuados que permitan minimizar el riesgo. Existe la disponibilidad de infraestructura dentro de la institución, así como también los recursos para poner en marcha actividades que permitan difundir la información e incentivar el deseo de conocer sobre cómo evitar el apareamiento de esta enfermedad ocupacional, sin embargo, puede presentarse como conflicto potencial la inasistencia al taller informativo por parte de los estudiantes.

El siguiente actor es el departamento médico quien busca detectar posibles casos de STC para poder ayudar de manera oportuna, sin embargo, como problema percibido tenemos casos no reportados de estudiantes con sintomatología STC. Se cuenta con el conocimiento previo para brindar la respectiva ayuda y contar con la confianza y el interés sobre el proyecto para reportar de forma oportuna un posible caso de STC. Puede existir un conflicto potencial que es la despreocupación del departamento médico para derivar los casos a consulta de especialidad.

El Instituto Tecnológico Superior “Cordillera” es un involucrado indirecto que tiene como interés evitar enfermedades ocupacionales en los alumnos; se percibe como problema que los estudiantes no tienen predisposición para informarse en temas de salud, de allí que el objetivo principal es orientar al estudiante en caso de padecimiento de este síndrome, teniendo como interés sobre el proyecto lograr que los estudiantes tomen conciencia de los riesgos que ocasiona este síndrome, enfrentando un posible conflicto potencial el desinterés por cuidar su salud.

El último actor involucrado es la familia, manifestando el interés de afianzar la confianza en la institución educativa, quienes deben velar por la seguridad y el bienestar de sus hijos sin embargo como problema se percibe la despreocupación por brindar información sobre el STC, el interés percibido sobre el proyecto es brindar información oportuna a los estudiantes, puede existir como conflicto potencial la ausencia de especialistas que brinden conferencias sobre esta enfermedad ocupacional

### CAPITULO III

#### 3.01 Árbol de Problemas

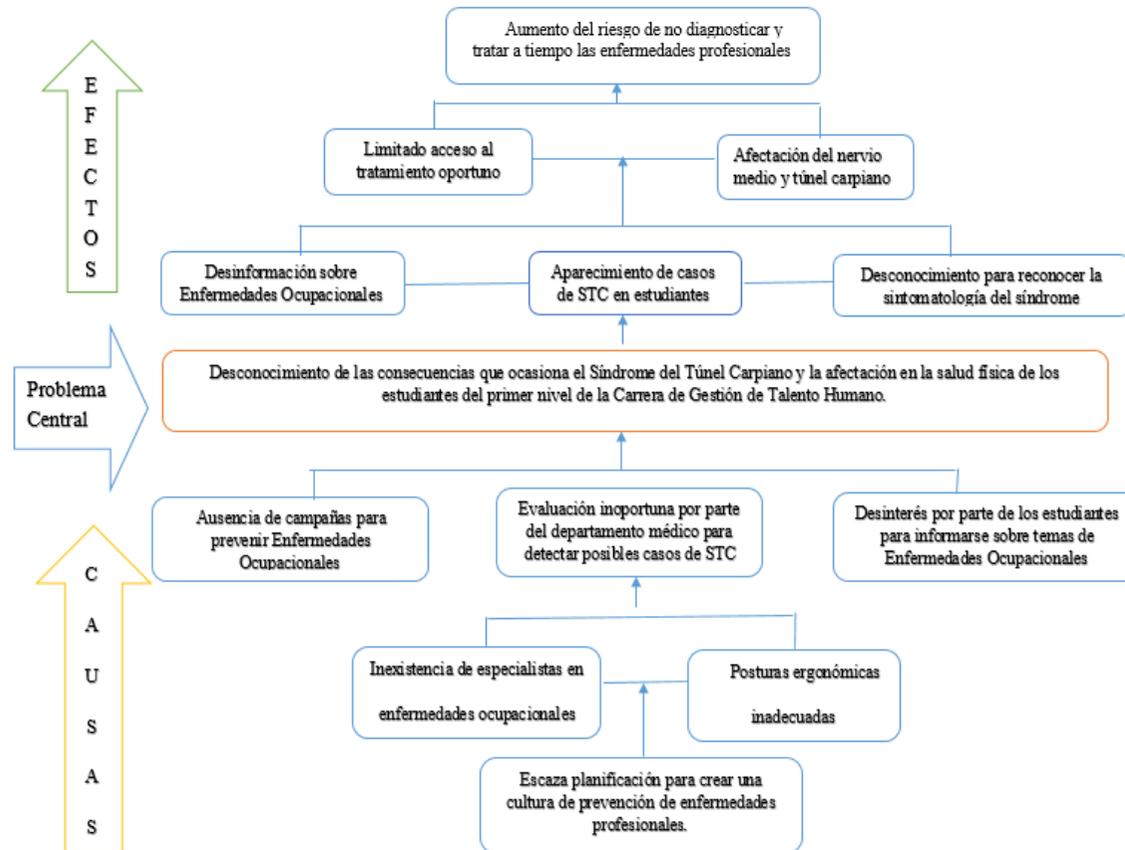


Figura N°2. Árbol De Problemas  
Fuente: ITSCO  
Elaborado por: Carolina Acaro

### **3.01.01 Análisis del Árbol del Problemas**

El árbol de problemas determina causas y efectos. Partiendo de la situación actual que es el desconocimiento de las consecuencias que ocasiona el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano. Se han determinado 3 causas directas, la ausencia de campañas para prevenir Enfermedades Ocupacionales lo que ocasiona desinformación sobre las mismas. Otra causa es la evaluación inoportuna por parte del departamento médico para detectar posibles casos de STC lo que hace que se genere apareamiento del síndrome en estudiantes, finalmente el desinterés por parte de los estudiantes para informarse sobre temas de Enfermedades Ocupacionales, provocando desconocimiento para reconocer la sintomatología de STC.

Dentro de las causas indirectas se establece la siguientes, inexistencia de especialistas en enfermedades ocupacionales y posturas ergonómicas inadecuadas, lo cual ocasiona limitado acceso al tratamiento oportuno y la afectación al nervio mediano y túnel carpiano.

Es importante analizar la causa estructural que es, la escasa planificación para crear una cultura de prevención de enfermedades profesionales que determinan el aumento del riesgo de no diagnosticar y tratar a tiempo las enfermedades

### 3.02 Árbol de Objetivos

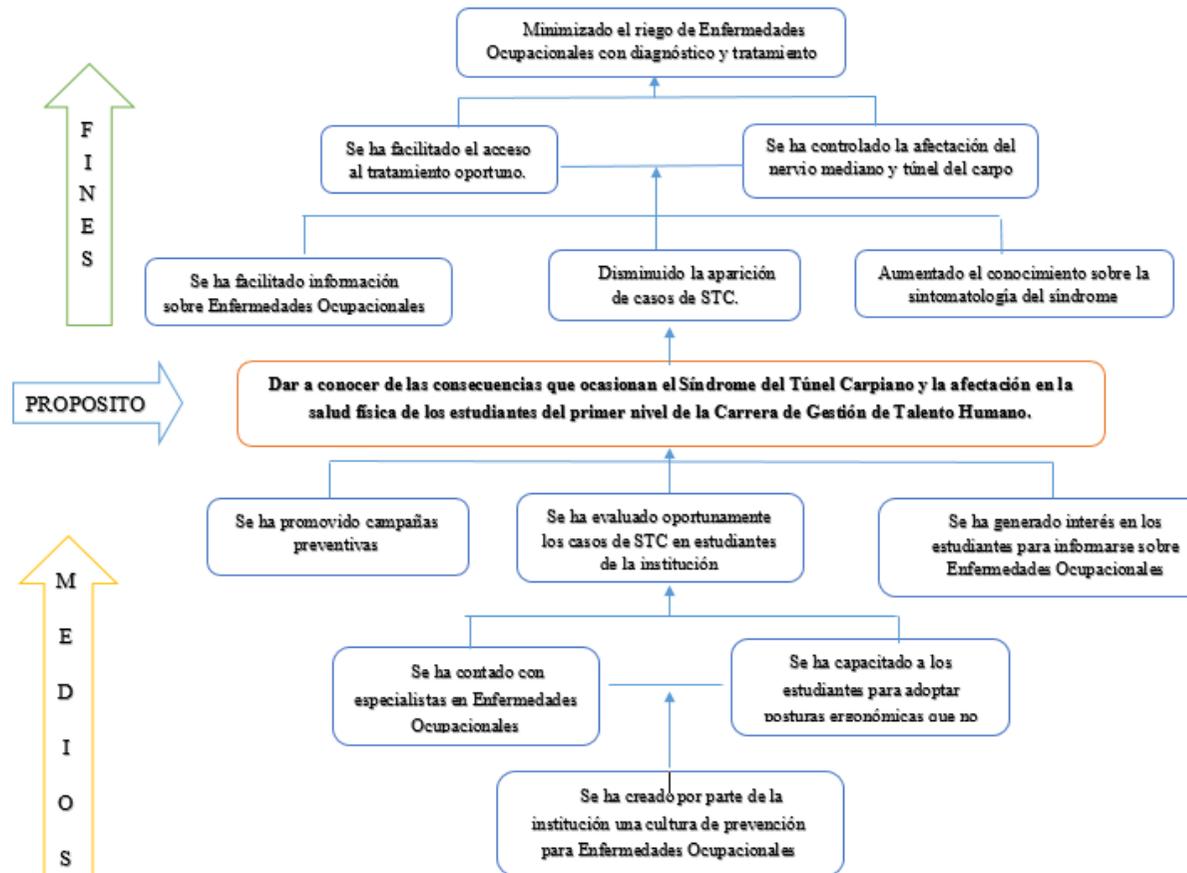


Figura N°3. Árbol de Objetivos  
Fuente: ITSCO  
Elaborado por: Carolina Acaro

### **3.02.01 Análisis del Árbol de Objetivos**

El árbol de objetivos determina medios y fines. Partiendo del propósito u objetivo general que es dar a conocer las consecuencias que ocasiona el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano. Se han determinado 3 medios directos, promover campañas preventivas, evaluar de forma oportuna los casos de STC en estudiantes de la institución y finalmente generar interés en los estudiantes para informarse sobre enfermedades ocupacionales; con la finalidad de facilitar información, disminuir los casos STC, aumentados así el conocimiento sobre la sintomatología del síndrome.

Dentro de los medios indirectos se establece los siguientes, contar con especialistas en enfermedades Ocupacionales, logrando así controlar la afectación del nervio mediano y túnel del carpo. El último medio indirecto es capacitar a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas que no afecten su salud facilitado el acceso al tratamiento oportuno.

Es importante analizar el medio estructural que pretende crear por parte de la institución una cultura de prevención para Enfermedades Ocupacionales, minimizado el riesgo a través de un diagnóstico y tratamiento óptimo.

## CAPITULO IV Análisis de Alternativa

### 4.01 Matriz de Análisis de Alternativas

**Tabla N°3.** Análisis de Alternativas

Objetivos	Impacto sobre el Propósito	Factibilidad Técnica	Factibilidad Financiera	Factibilidad Social	Factibilidad Política	Total	Categoría
Aumentado el conocimiento sobre la sintomatología del síndrome	5	4	4	5	4	22	Medio Alto
Disminuido la aparición de casos de STC	5	4	4	5	5	23	Alto
Se ha creado por parte de la institución una cultura de prevención para Enfermedades Ocupacionales	5	4	4	5	5	23	Alto
Se ha contado con especialistas en Enfermedades Ocupacionales	5	3	3	5	4	20	Medio
Se ha capacitado a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas que no afecten su salud	5	5	5	4	4	23	Alto

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

#### **4.01.01 Análisis de la Matriz Alternativas**

La matriz de análisis de alternativas hace referencia a 5 objetivos que afianzan el logro del propósito que es dar a conocer las consecuencias que ocasiona el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano

El primer objetivo busca aumentar los conocimientos sobre la sintomatología del síndrome, con un impacto sobre el propósito de 5. La factibilidad técnica y financiera ha alcanzado una ponderación de 4 medio alto, en donde la posibilidad de logro tiene gran perspectiva. Los siguientes componentes son factibilidad social con un parámetro de 5 y la política con una valoración de 4; viéndose de esta manera involucrados con el objetivo. Al totalizar estos parámetros se obtiene 22 ubicándose dentro de la escala como medio alto.

El siguiente objetivo tiene como finalidad disminuir la aparición de casos de STC, con un impacto de 5. En cuanto a la factibilidad técnica y financiera alcanzan una ponderación de 4 medio alto, en donde se ratifica la posibilidad de logro. Los siguientes componentes son factibilidad social y política viéndose de esta manera involucrada con el objetivo. Al totalizar estos parámetros se obtiene 23 considerando alto.

Crear una cultura de prevención para Enfermedades Ocupacionales es otro de los objetivos, donde el impacto es alto es decir 5. La factibilidad técnica y financiera alcanza una ponderación de 4 medio alto. Los siguientes componentes son factibilidad social y política viéndose de esta manera involucrada con el propósito del proyecto, con un total de 23 perteneciente al nivel alto.

El siguiente objetivo plantea contar con especialistas en Enfermedades Ocupacionales, donde el impacto sobre el propósito es de 5 es decir alto. Con respecto a la factibilidad técnica y financiera alcanzaron una ponderación de 3, catalogado como medio. La factibilidad social obtuvo un parámetro de 5, mientras que la factibilidad se le asignó un puntaje de 4. Al totalizar estos valores se obtiene 20 homologado dentro de la escala como medio.

El último objetivo, se enfoca en capacitar a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas que no afecten su salud, lo cual tiene un importante impacto sobre el propósito. Haciendo referencia a la factibilidad técnica y financiera la ponderación es 5 alto. Los siguientes componentes son factibilidad social y política viéndose de esta manera involucradas con el objetivo; donde el puntaje final refleja 23 es decir alto

## 4.02 Matriz de Análisis de Impacto de los Objetivo

Tabla N°4. Matriz de análisis de impacto de objetivos

	Factibilidad de Lograrse (5 3 1)	Impacto de Genero (5 3 1)	Impacto Ambiental (5 3 1)	Relevancia (5 3 1)	Sostenibilidad (5 3 1)	Total	Categoría
<b>O B J E T I V O S</b>	La Institución está interesada en el bienestar de los alumnos (5)	Se involucra tanto Hombres como Mujeres (5)	Existe ausencia de impacto ambiental (1)	Evitar la afectación de la salud física(5)	Se recomienda realizar seguimiento de los conocimientos adquiridos (5)	21	Medio alto
	Se aportará con conocimiento sobre STC a los estudiantes(5)	Lograr este objetivo sin discriminación de genero(3)	Se busca reutilizar el papel en el material para el taller(3)	Disminución de casos de STC en los estudiantes del ITSCO.(5)	Realizar charlas periódicas sobre enfermedades Profesionales u Ocupacionales(5)	23	Alto
	Se generará una imagen de responsabilidad social con la comunidad educativa y sus potenciales clientes externos(5)	Se involucra a ambos géneros indistintamente(5)	Se utilizará materiales amigables con el medio ambiente (3)	Crear una cultura sólida sobre cómo evitar Enfermedades Ocupacionales (5)	Incentivar a través de carteleras informativas sobre el STC (5)	23	Alto.
	Los organismos de control exigen que la institución cuente con programas médicos preventivos (5)	Lograr el objetivo sin discriminación de genero(5)	Inexistencia de impacto ambiental (5)	Atención a los estudiantes que presenten sintomatología de STC (5)	Contar con los organismos públicos, que brinden información sobre STC (5)	25	Alto
	Interés por parte de los estudiantes para no sufrir Enfermedades Ocupacionales que pueden afectar su salud física (5)	Practicar el objetivo sin discriminación(5)	Escaso impacto ambiental (1)	Facilitar información relevante de cómo prevenir Enfermedades Ocupacionales (5)	Estudiantes con conocimientos sobre Enfermedades Profesionales u Ocupacionales (5)	21	Medio Alto
Dar a conocer de las consecuencias que ocasionan el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano.	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>13</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>113</b>	

Fuente: Carrera de Talento Humano

Elaborado por: Carolina Acaro

#### 4.2.01 Análisis de la Matriz de Impacto de los Objetivos

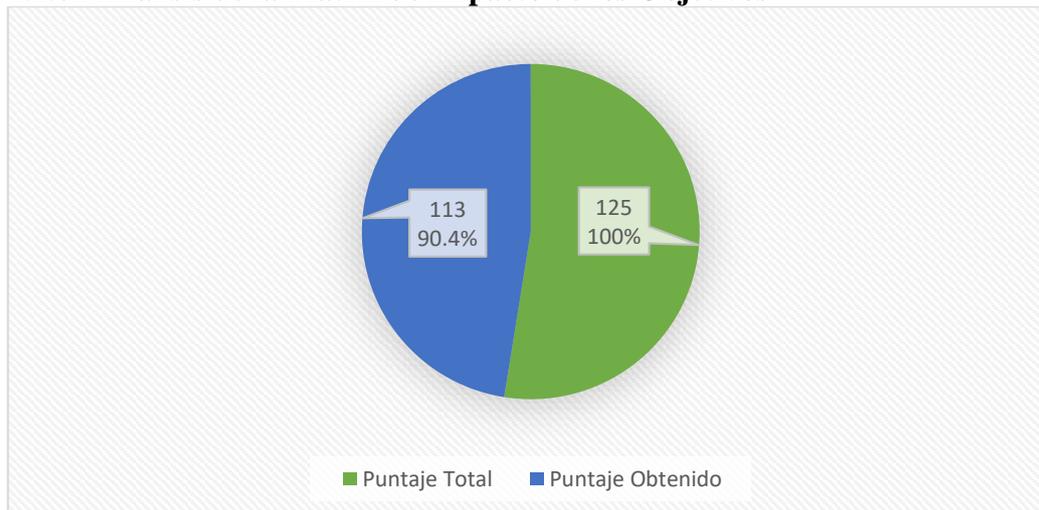


Figura N°4. Análisis de la Matriz de Impacto de los Objetivos

Fuente: Carrera de Talento Humano

Elaborado por: Carolina Acaro

Al efectuar el análisis de la matriz de impacto de objetivos se evidencian la factibilidad de lograrse, el impacto de género, impacto ambiental, relevancia y sostenibilidad

Considerando los 5 parámetros los cuales deben alcanzar como puntaje máximo (5), se obtendría un total de 125 en la escala de calificación, que determinaría el 100% de logro de los objetivos.

Dado que la realidad del proyecto refleja un bajo impacto ambiental, la calificación asignada es menor, por lo que al momento de totalizar todos los objetivos se obtiene una puntuación de 113 equivalente al 90.4% considerando una valoración favorable que indica que los objetivos planteados no son ajenos a la necesidad de la institución y al objetivo general que es dar a conocer las consecuencias que ocasionan el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano.

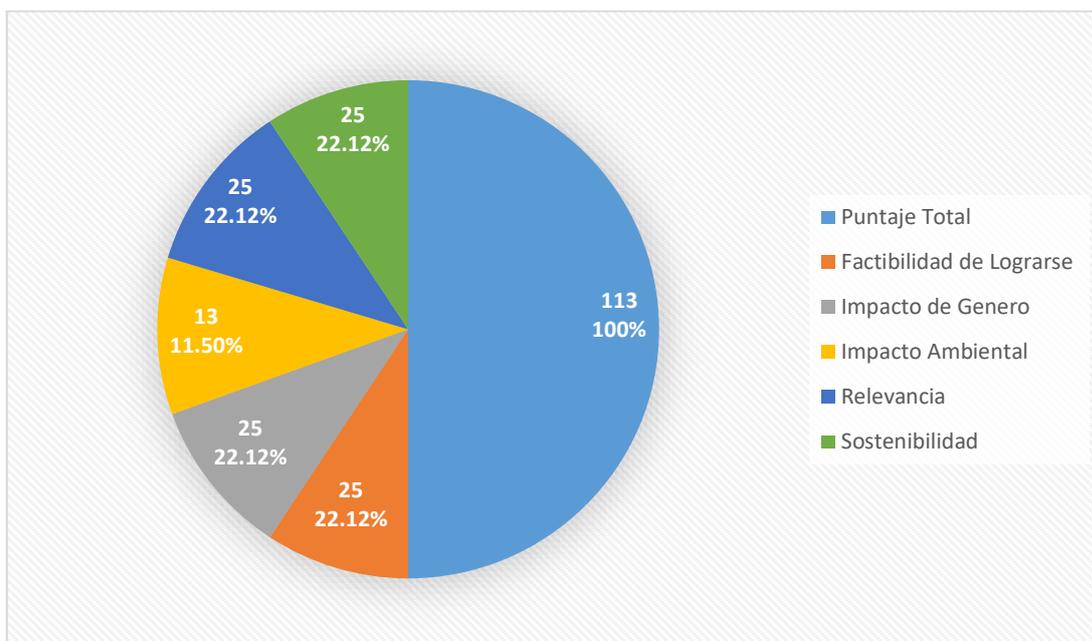


Figura N°5. Análisis de la Matriz de Impacto de los Objetivos

Fuente: Carrera de Talento Humano

Elaborado por: Carolina Acaro

La presente gráfica nos hace mención a los puntajes obtenidos y el porcentaje de cada uno de los parámetros a evaluar.

Con respecto a la factibilidad de lograrse, los objetivos obtuvieron un puntaje de 25 equivalente al 22.12% lo que refleja que si es alcanzable.

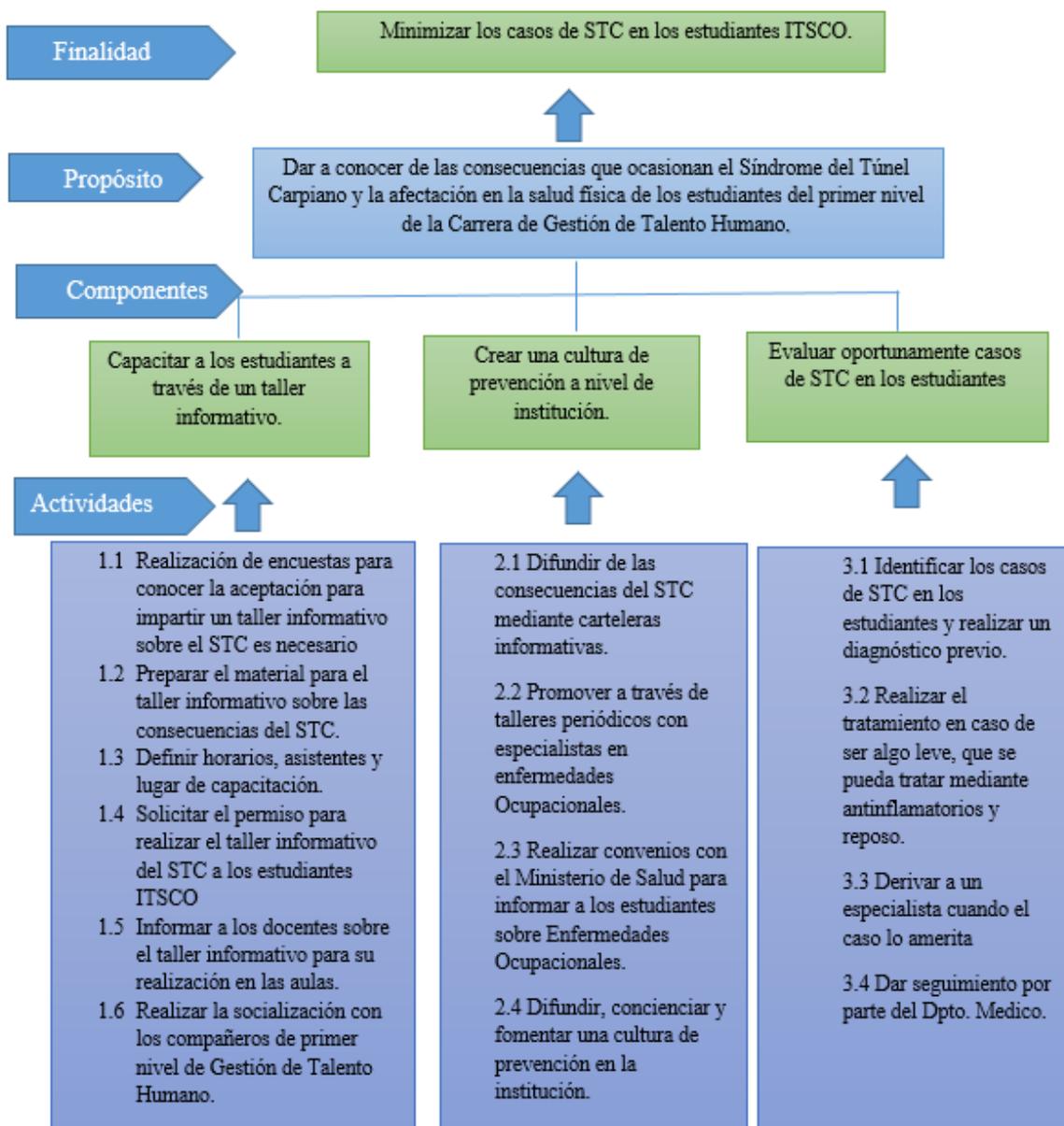
Al analizar el impacto de género, se muestra que se involucran tanto a hombres como mujeres indistintamente, obteniendo así un puntaje de 25 equivalente al 22.12% que refleja una probabilidad alta de inclusión.

Dentro del impacto ambiental se enfoca al bienestar físico de los estudiantes de primer nivel nocturna de la Carrera de Talento Humano, adquiriendo un puntaje de 13 representando el 11.50% lo que motiva para que se lleven a cabo los objetivos de la mejor manera.

La relevancia en los objetivos planteados ratifica la importancia para garantizar el conocimiento sobre el STC y sus consecuencias en la salud física, por ello se obtuvo la calificación de 25 equivalente al 22.12% lo cual favorece a los estudiantes y la institución educativa; proyectando también responsabilidad social ante los clientes internos y externos.

La sostenibilidad del proyecto se mantendrá a largo plazo contando con el apoyo de las autoridades para así informar sobre temas de interés a los estudiantes logrando generar una cultura de prevención en enfermedades profesionales u ocupacionales; de allí que al momento de realizar la valoración, el puntaje fue de 25 representando el 22.12% lo cual motivó a que la iniciativa no quede en propuesta y de esta manera dar una pauta para el inicio de talleres informativos

### 4.03 Diagrama de Estrategias



Fuente: Carrera de Talento Humano  
Elaborado por: Carolina Acaro  
Figura N°6. Diagrama de Estrategias

#### **4.03.01 Análisis Diagrama de Estrategias**

Por medio del diagrama de estrategias se puede indicar la finalidad del proyecto, que es minimizar los casos de STC en los estudiantes ITSCO. El propósito busca dar a conocer las consecuencias que ocasiona el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano, mediante un taller informativo sobre las consecuencias del STC.

Se ha definido 3 componentes; teniendo como primer componente capacitar a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas correctas, a través de un taller informativo sobre las consecuencias del STC, como necesidad de conocer su sintomatología y consecuencias para así prevenir de forma oportuna el apareamiento de la misma en los estudiantes evitando de esta manera el deterioro en su salud física.

El segundo componente es crear una cultura de prevención a nivel de institución a través de información en las carteleras, sobre STC logrando crear interés por información que ayuda a la prevención de enfermedades ocupacionales en el trabajo contribuyendo a la obtención de información oportuna para el bienestar de los estudiantes. De la misma manera creando convenios con el ministerio de Salud Pública donde proporcione especialistas en enfermedades ocupacionales que puedan brindar talleres informativos a los estudiantes. Como último componente se plantea la necesidad de evaluar oportunamente casos de STC en los estudiantes, por parte del departamento médico lo cual tendrá un control de los casos existentes para lo cual el departamento contará con un historial médico del estudiante, previamente elaborado donde se podrá diagnosticar si el estudiante presentó algún síntoma del STC hace tiempo o si viene por primera vez con la sintomatología.

---

Tomando en cuenta que los componentes se entrelazan, a los objetivos específicos del proyecto lo que nos lleva a la realización de la propuesta a través de las actividades planteadas; como por ejemplo preparación de encuestas, definición del contenido, preparación de material, aspectos logísticos y socialización.

#### 4.04 Matriz de Marco Lógico

Tabla N°5. Matriz de Marco Lógico

<b>Finalidad</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Medios de Verificación</b>	<b>Supuestos</b>
Minimizar los casos de STC en los estudiantes ITSCO	Nº de estudiantes que han asistido a control médico para tratar o prevenir el STC	Historias clínicas	Apoyo por parte de las autoridades para llevar a cabo el taller informativo.
<b>Propósito</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Medios de Verificación</b>	<b>Supuesto</b>
Dar a conocer las consecuencias que ocasionan el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano.	93% de aceptación por parte de los estudiantes para conocer sobre las consecuencias de este síndrome una vez impartido el taller	Resultado de las encuestas realizadas a los estudiantes con marcación en la pregunta N°9	Temas de interés para los estudiantes que se relacionen con su salud física.
<b>Componentes</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Medios de Verificación</b>	<b>Supuesto</b>
1. Capacitar a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas correctas.	Nº de participantes/nivel de satisfacción de la capacitación impartida	Encuesta de satisfacción	Ignorar las recomendaciones dadas
2. Crear una cultura de prevención a nivel de la institución.	% de casos presentados en los estudiantes antes y después de la aplicación de los conocimientos impartidos	Archivos médicos	Apoyo por parte de la institución para crear una cultura de prevención efectiva.
3. Evaluar oportunamente casos de STC en los estudiantes	Nº de casos evaluados/tratamiento prescrito	Archivos médicos	Inexistencia de información correspondiente por parte del Dpto. Médico.

Fuente: Carrera de Talento Humano  
Elaborado por: Carolina Acaro

Actividades	Recursos Presupuesto	Medios de Verificación	Supuestos
<b>1.1 Realización de encuestas para conocer el nivel de aceptación para impartir un taller informativo sobre el STC es necesario</b>	<b><u>Recurso Humano</u></b> Responsable del Proyecto y estudiantes del primer nivel,		
<b>1.2 Preparar el material para el taller informativo sobre las consecuencias del STC.</b>	Docentes, Personal del Departamento Médico)		
<b>1.3 Definir horarios, asistentes y lugar de capacitación.</b>	<b><u>Recurso Tecnológicos</u></b> (Computadora, Infocus, Parlantes, Cable HDMI,)	Parlantes \$20 Cable HDMI \$18.00 <b>\$32.20</b>	Colaboración por parte de las autoridades para la realización del taller informativo del STC
<b>1.4 Solicitar el permiso para realizar el taller informativo del STC a los estudiantes ITSCO</b>	<b><u>Recursos Materiales</u></b> (Diapositivas y Trípticos, formatos de evaluación de la capacitación,	Trípticos \$ 10.00 Formatos para encuestas \$4.00 Solicitud \$1.00 Presentes para los estudiantes (confites) \$39.00 <b>\$ 63.00</b>	
<b>1.5 Informar a los docentes sobre el taller informativo para su realización en las aulas.</b>	encuestas, solicitud de autorización, presentes para los participantes		
<b>1.6 Realizar la socialización con los compañeros de primer nivel de Gestión de Talento Humano</b>			
<b>2.1 Difundir información de las consecuencias del STC mediante carteleras informativas.</b>	<b><u>Recurso Humano</u></b> (Responsable del Proyecto, Personal del Departamento Médico y Ministerio de Salud)		Desinterés por parte de los estudiantes para asistir al taller informativo
<b>2.2 Promover a través de talleres periódicos con especialistas en enfermedades Ocupacionales.</b>	<b><u>Recurso Tecnológico</u></b> (Computadora impresora)		
<b>2.3 Realizar convenios con el</b>	<b><u>Recursos Materiales</u></b> (Resma de papel bond, tachuelas, corchó grafos, afiches)	Impresiones \$4.00	

<b>Ministerio de Salud para informar a los estudiantes sobre Enfermedades Ocupacionales.</b> <b>2.4 Difundir, concienciar y fomentar una cultura de prevención en la institución.</b>		
<b>3.1 Identificar los casos de STC en los estudiantes y realizar un diagnóstico previo.</b> <b>3.2 Realizar el tratamiento en caso de ser algo leve, que se pueda tratar mediante antiinflamatorios y reposo.</b>	<u><b>Recurso Humano</b></u> (Personal del Departamento Médico y estudiantes)	Estudiantes que acuden al Departamento Médico para posible diagnóstico
<b>3.3 Derivar a un especialista cuando el caso lo amerita</b>		
<b>3.4 Dar seguimiento por parte del Dpto. Médico.</b>		
<b>TOTAL</b>		<b>\$122.80</b>

Fuente: Carrera de Talento Humano  
 Elaborado por: Carolina Acaro

#### **4.04.01 Análisis Marco Lógico**

En la matriz de marco lógico se incluye la finalidad que es minimizar los casos de STC en los estudiantes ITSCO, cuyo indicador es el n° de estudiantes que han asistido al control médico para tratar o prevenir el STC; como medio de verificación contamos con historias clínicas que reposan en el departamento médico; como supuesto se contará con el apoyo de las autoridades para llevar a cabo los talleres informativos.

También se complementa con el propósito que es dar a conocer las consecuencias que ocasiona el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano, teniendo como indicador el 93% de aceptación por parte de los estudiantes para conocer sobre las consecuencias del síndrome una vez impartido el taller, siendo el medio de verificación los resultados obtenidos en las encuestas realizadas con marcación en la pregunta N°9. del taller es un tema de interés, pues se presupone la necesidad de precautelar la salud física.

Contamos con 3 componentes, el primero es capacitar a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas correctas que no afecten su salud física, como indicador tenemos N° de participantes /nivel de satisfacción de la capacitación impartida, cuyos resultados se verificarán en las encuestas de satisfacción; sin embargo, se ha previsto un supuesto negativo donde los estudiantes ignoren las recomendaciones dadas.

Para llevarlo a cabo se realizará las siguientes actividades.

- Encuestas para conocer el nivel de aceptación sobre el taller informativo del STC
- Preparar el material (diapositivas, afiches, ilustraciones, vídeos)
- Definir horarios, asistentes y lugar de capacitación.
- Solicitar el permiso para realizar el taller informativo del STC
- Informar a los docentes para la socialización del taller
- Impartir el taller a los estudiantes de primer nivel de la carrera de Gestión de Talento Humano

El segundo componente busca crear una cultura de prevención a nivel institucional, lo cual se medirá de acuerdo al % de casos de STC presentados en los estudiantes antes y después de la aplicación de los conocimientos impartidos, verificándose en las historias clínicas, asumiendo como supuesto el apoyo por parte de la institución para crear una cultura de prevención efectiva.

Se pondrán en marcha las siguientes actividades.

- Difundir información de las consecuencias del STC mediante carteleras informativas.
- Promover a través de talleres información sobre enfermedades Ocupacionales.
- Realizar convenios con el Ministerio de Salud para contar con información actualizada
- Difundir, concienciar y fomentar una cultura de prevención en la institución.

Como último componente, buscamos evaluar los casos de STC en los estudiantes, para lo cual se tomará en cuenta el n° de casos evaluados/ el tratamiento prescrito,

verificándose en los archivos médicos, un posible supuesto puede ser la inexistencia de información por parte del Departamento Médico.

Las acciones que se recomiendan son:

- Identificar los casos de STC en los estudiantes y realizar un diagnóstico previo.
- Realizar el tratamiento en caso de ser algo leve, que se pueda tratar mediante antiinflamatorios y reposo.
- Derivar a un especialista cuando el caso lo amerita
- Dar seguimiento por parte del Departamento Médico.

En conclusión la puesta en marcha del taller informativo, tendrá un costo aproximado de \$122,80; cuyos valores se detallan en los anexos correspondientes.

## CAPITULO V

### PROPUESTA

#### 5.01 Antecedentes

Dentro de la institución se evidenció casos de STC, lo cual motivó a conocer más sobre esta sintomatología; llevando a indagar más sobre el tema y de la misma manera pudimos conocer que es considerada una enfermedad ocupacional en el Ecuador, la cual fue determinada mediante resolución 513 de Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social.

Se afirma de esta manera que es necesario dar a conocer sobre Enfermedades Ocupacionales, para lo cual se ha planteado un taller informativo para los alumnos de primer nivel debido a que se desea crear una cultura de prevención en Enfermedades Laborales.

La temática se orientó sobre todo al STC, dado que en las encuestas se pudo constatar que los alumnos desean conocer sobre las consecuencias de este síndrome; puesto que existen casos diagnosticados y lo que se busca es minimizarlos; es decir implantar mecanismo de prevención.

Y teniendo constancia que no se realizan talleres informativos sobre Enfermedades Ocupacionales, que pueden afectar al estudiante en su jornada laboral y el deterioro en su salud física.

Cabe recalcar que este proyecto busca dar una pauta para que se realice talleres de interés ya que así enriquecen con nuevos conocimientos a los estudiantes.

### **5.02 Justificación**

El Instituto Tecnológico Superior Cordillera no ha impartido talleres informativos sobre Enfermedades Ocupacionales, sobre todo enfocados en el tema del Síndrome del Túnel Carpiano ya que es una enfermedad que afecta a un número considerable de personas sobre todo aquellas que realizan movimientos repetitivos con la muñeca por tiempo prolongado, sin tomar en cuenta la afectación en la salud física.

El desconocimiento sobre Enfermedades Ocupacionales, afecta de manera significativa a los estudiantes, es necesario poner en marcha este proyecto como un plan piloto que permita conocer de manera real la aceptación por parte de los estudiantes, para prevenir el STC y evitar consecuencias a corto plazo o situaciones más graves que ameriten intervención quirúrgica y rehabilitación prolongada.

La propuesta de realizar un taller informativo puede convertirse en un tema de interés institucional, y promover una cultura de prevención en pos del bienestar de la comunidad educativa.

### **5.03 Objetivo General**

Dar a conocer de las consecuencias que ocasionan el Síndrome del Túnel Carpiano y la afectación en la salud física de los estudiantes del primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano.

#### **5.03.01 Objetivos Específicos**

- Capacitar a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas que no afecten su salud.
- Crear por parte de la institución una cultura de prevención para Enfermedades Ocupacionales.
- Contar con especialistas en Enfermedades Ocupacionales.

### **5.04 Orientación al estudio Enfermedad profesional**

Según el “Artículo 6.- Enfermedades Profesionales u Ocupacionales. - Son afecciones crónicas, causadas de una manera directa por el ejercicio de la profesión u ocupación que realiza el trabajador y como resultado de la exposición a factores de riesgo, que producen o no incapacidad laboral. Se considerarán enfermedades profesionales u ocupacionales las publicadas en la lista de la Organización Internacional del Trabajo OIT, así como las que determinare la (CVIRP) para lo cual se deberá comprobar la relación causa – efecto entre el trabajo desempeñado y la enfermedad crónica resultante en el asegurado, a base del informe técnico del (SGRT)”. (Social, 2018)

#### **Prevención de Riesgos Laborales**

Es la disciplina que busca promover la seguridad y salud de los trabajadores mediante la identificación, evaluación y control de los peligros y riesgos asociados a un entorno laboral, además de fomentar el desarrollo de actividades y medidas necesarias para prevenir los riesgos derivados del trabajo. Los riesgos laborales son las posibilidades de que un trabajador sufra una enfermedad o un accidente vinculado a su trabajo. Así, entre los riesgos laborales están las enfermedades profesionales y los accidentes laborales. (Quironprevencion, 2015)

#### **Empresa Saludable**

La empresa saludable es aquella que se preocupa por mejorar de manera activa y continua la salud de sus trabajadores, haciendo más saludable tanto el ámbito de trabajo como los hábitos de sus empleados dentro y fuera del entorno laboral, promueve la salud e implementa una serie de acciones centradas en las necesidades de los trabajadores como elemento importante para el éxito de la empresa. Este nuevo modelo de empresa enseña a los empleados a gestionar el estrés, las emociones, a mejorar el clima laboral, prevenir lesiones y enseñarles a cómo pensar y accionar saludablemente para lograr un mayor rendimiento.

Una empresa saludable promueve la flexibilidad, la felicidad, el liderazgo compartido, la autenticidad, la diversificación de género y cultural, además de valorar y desarrollar a las personas que forman parte de ella. Las empresas saludables actúan sobre 4 áreas principales: la salud, el bienestar, la seguridad y la sostenibilidad. (Acciopreventiva, 2012)

### **Síndrome**

Es un cuadro clínico o un conjunto sintomático que presenta alguna enfermedad con cierto significado y que por sus propias características posee cierta identidad; es decir, un grupo significativo de síntomas y signos (datos semiológicos), que concurren en tiempo y forma, y con variadas causas o etiología. (Wikipedia, 2019).

### **Túnel del Carpo**

El túnel carpiano es un canal o corredor en la cara anterior o flexor de la muñeca, situado entre los huesos de la muñeca y el ligamento anular del carpo, por el cual pasan los tendones flexores de los dedos y el nervio mediano (Navarra, 2019).

#### **5.04.01 ¿Qué es el Síndrome del Túnel Carpiano?**

El síndrome del túnel del carpo hace referencia al atrapamiento del nervio mediano en el túnel del carpo, formado por los huesos del carpo y el retículo flexor. Este síndrome está asociado con los traumatismos ocupacionales repetitivos, lesiones de muñeca, neuropatías, artritis reumatoide, acromegalia,

embarazo, así como con otras condiciones. El uso repetido de la muñeca, y la flexión dedos, es un factor de riesgo ocupacional para el síndrome del túnel del carpo. (Fisioterapeutas, 2004)

#### **5.04.02 Importancia de la prevención en enfermedades profesionales**

Si bien es un conjunto de medidas necesarias para evitar la propagación de enfermedades a causa del trabajo, no se puede dejar de lado que prevenir es tarea de todos, desde corregir la mala postura hasta informarnos como prevenir cierta enfermedad.

Informarnos sobre enfermedades profesionales es la vía más segura para no caer en tantos padecimientos de salud, que acaban por dejar secuelas en nuestra salud física y mental ya que el ser humano necesita estabilidad en ambas partes para sentirse sano. Así también lo menciona el inspirador Buda “Sin salud la vida no es vida; es solo un estado de languidez y sufrimiento: una imagen de la muerte”

Hoy en día es muy común escuchar a personas mencionar que, por causa de una mala ejecución en las tareas en su puesto de trabajo, presentan molestias físicas que aumentan a consecuencia de las malas posturas y por falta de implementos ergonómicos o mal uso de las mismas.

Prevenir no es solo informarse, va más allá poner en práctica lo aprendido y seguir los procedimientos de seguridad, evitando intervenciones quirúrgicas acompañadas de recuperaciones tediosas, interrumpiendo así la estabilidad física.

#### 5.04 Síntomas del STC

A continuación, en la gráfica presentaremos algunos de los síntomas más frecuentes en el apareamiento del Síndrome del Túnel Carpiano los cuales son un llamado a la prevención, sobre el cuidado de nuestra salud.

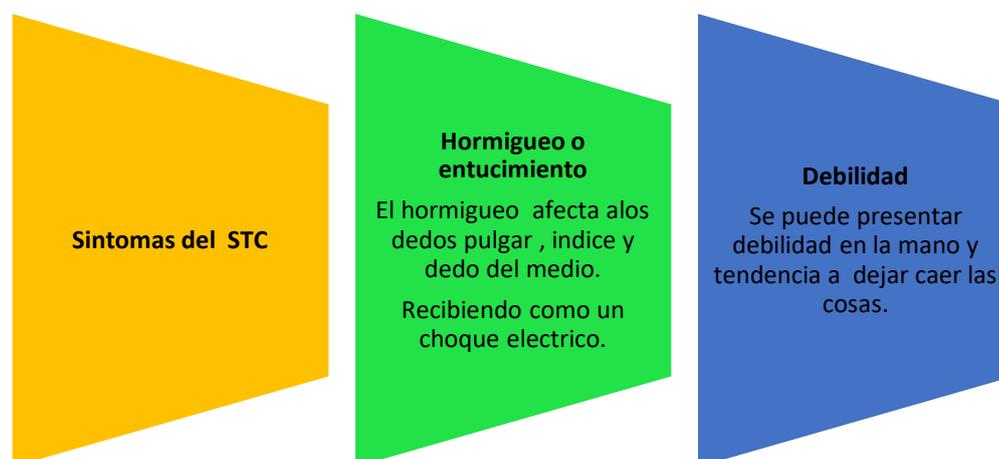


Figura N°7. Síntomas del STC  
Fuente: <https://www.mayoclinic.org/es>  
Elaborado por: Carolina Acaro

#### Factores de Riesgo

El desencadenante de esta sintomatología son diversos factores entre los más comunes tenemos los siguientes:

## **Obesidad**

Así lo menciona (clinic, 2019)“Obesidad es un trastorno complejo que consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal. La obesidad no es solo un problema estético. Aumenta tu riesgo de enfermedades y problemas de salud, tales como enfermedad cardíaca.”

## **Diabetes**

La diabetes es una enfermedad en la que los niveles de glucosa (azúcar) de la sangre están muy altos. La glucosa proviene de los alimentos que consume. La insulina es una hormona que ayuda a que la glucosa entre a las células para suministrarles energía (Plus, 2019)

## **Artritis**

Mencionado por (Clinic, 2018)“La artritis es la inflamación de una articulación o más. Los principales síntomas de la artritis son dolor y rigidez de las articulaciones, que suelen empeorar con la edad.”

## **Fracturas**

Una fractura es una condición médica en la que se produce una ruptura parcial o completa en la continuidad del hueso. En los casos más graves, este puede romperse en varios pedazos. Pueden ser el resultado de un golpe, fuerza o tracción de gran fuerza, o una lesión por traumatismos mínimos como consecuencia de ciertos trastornos que debilitan los huesos (Wikipedia, 2019)

## **Hipotiroidismo**

Entendido como (Wikipedia, 2019) “El hipotiroidismo es una enfermedad endocrina caracterizada por la acción inadecuada de las hormonas tiroideas en el organismo, principalmente por una producción deficiente en la glándula tiroides”

### 5.04.01 Factores de Riesgo

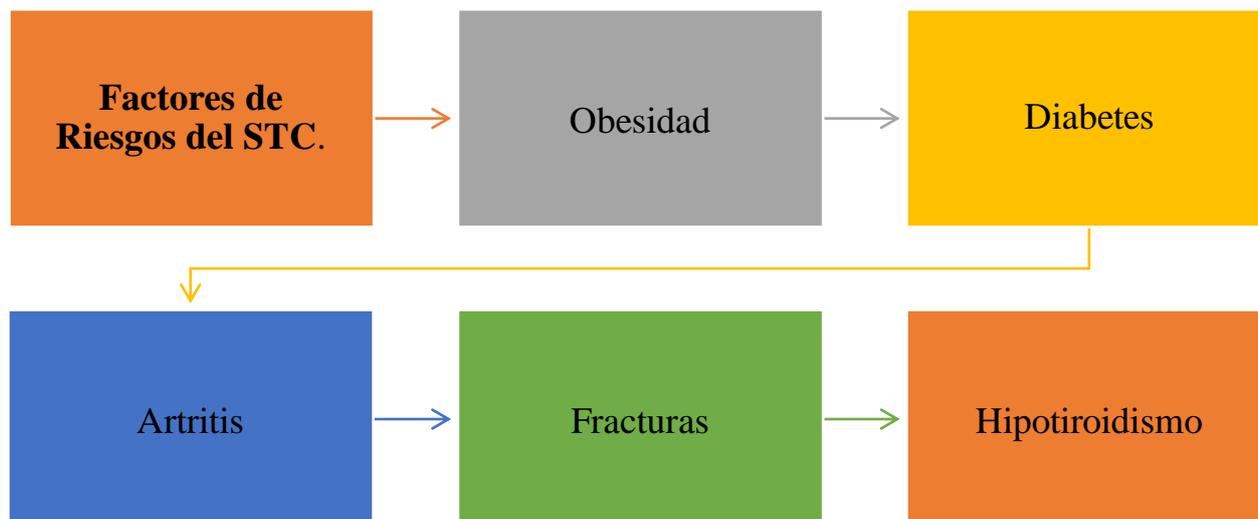


Figura N°8. Factores de Riesgo  
Fuente: <https://www.mayoclinic.org/es>  
Elaborado por: Carolina Acaro

### Tipos de Tratamientos

El STC desde el punto de vista clínico demanda un tratamiento de acuerdo a la sintomatología que presenta el paciente; para lo cual se ha determinado dos alternativas.

Dentro de los tratamientos se estipula: tratamientos conservador y quirúrgico.

### 5.05 Población y Muestra.

Se determinó como población a los alumnos de primer nivel de la Carrera de Gestión de Talento Humano jornada nocturna, teniendo un total de 72 estudiantes de los cuales entre inasistentes y retirados se pudo realizar 55 encuestas.

## **5.06 Metodología**

La metodología utilizada para este proyecto fue la siguiente.

### **I+D+I (Investigación Desarrollo e Innovación)**

El contexto de I+D+I, la Universidad de León define 'investigación' como una indagación original y planificada cuyo objetivo es descubrir nuevos conocimientos y lograr una mayor comprensión en el ámbito científico y tecnológico, e 'innovación' como una actividad cuyo resultado es el avance tecnológico en la creación o mejoría sustantiva de productos o procesos de producción. (Wikipedia, 2019)

### **Las técnicas aplicadas fueron:**

#### **Encuesta**

Una encuesta es un procedimiento dentro de los diseños de una investigación descriptiva en el que el investigador recopila datos mediante un cuestionario previamente diseñado, sin modificar el entorno ni el fenómeno donde se recoge la información ya sea para entregarlo en forma de tríptico, gráfica o tabla. Los datos se obtienen realizando un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa. (Wikipedia, 2019)

#### **Observación directa**

El método se desenvuelve a través de la observación, se recolecta información sobre el objeto de estudio dentro de una situación particular, dicha observación se realiza sin alterar o intervenir el ambiente en el que se desenvuelve el objeto.

## Encuesta para el levantamiento de información.

Encuestas realizadas a los estudiantes de primer nivel nocturno, de la Carrera de Gestión de Talento Humano del Instituto Tecnológico Superior “Cordillera”

### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA

#### CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE RECURSOS HUMANO - PERSONAL

#### ENCUESTA

**OBJETIVO:** Identificar si los estudiantes conocen sobre el Síndrome del Túnel Carpiano y sus consecuencias, al mismo tiempo recopilar información sobre el interés que manifiestan los mismos en asistir a un taller informativo relacionado con Enfermedades Ocupacionales.

#### INSTRUCCIONES

- Marque con “X” una sola respuesta.
- Utilice únicamente esferográfico azul.

#### 1. ¿Conoce que son las Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

SI  NO

2. **¿Ha escuchado hablar sobre el STC (Síndrome del Túnel Carpiano)?**

SI  NO

3. **¿Considera que las malas posturas ergonómicas causan Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?**

SI  NO

4. **¿Conoce de casos de Síndrome del Túnel Carpiano que hayan sufrido los estudiantes del ITSCO?**

SI  NO

5. **¿Sabía usted que los movimientos repetitivos y la presión en el Túnel del Carpo son más frecuentes por tareas administrativas repetitivas?**

SI  NO

6. **¿Conoce que la consecuencia más grave del Túnel del Carpo es ser sometido a una cirugía?**

SI  NO

7. **¿A presentado dolor o molestia a nivel de las manos por el uso excesivo del computador y / o celular?**

SI  NO

8. **¿La ejecución de tareas dentro del área educativa, le ha causado molestias en las muñecas por el uso excesivo del computador?**

SI  NO

9. **¿Está de acuerdo que la institución educativa brinde talleres informativos sobre Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?**

SI

NO

10. **¿Asistiría a talleres informativos sobre Síndrome del Túnel Carpiano?**

SI

NO

TAL VEZ

*CONTRATA LA ACTITUD Y ENTRENA LA  
HABILIDAD.*

**AGRADEZCO SU COLABORACIÓN**

## Resultados de la aplicación de la encuesta

### Pregunta N° 1 ¿Conoce que son las Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

**Tabla N°6. Pregunta N°1**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
SI	46	84%
NO	9	16%
<b>TOTAL</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

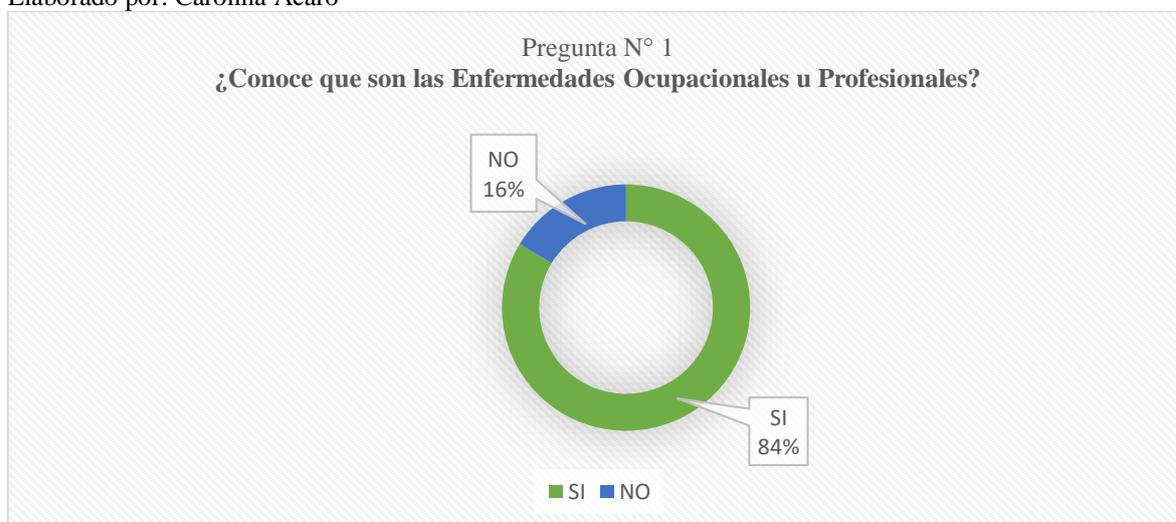


Figura N°9. Pregunta N°1

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### Análisis

Si bien el 84% conoce de enfermedades ocupacionales, brindar un taller informativo orientado a la prevención e identificación de la sintomatología de esta enfermedad a los estudiantes creando un feedback y aportando con información obtenida en la búsqueda.

Pregunta N°2 ¿Ha escuchado hablar sobre el STC (Síndrome del Túnel Carpiano)?

**Tabla N°7. Pregunta N°2**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
<b>SI</b>	41	75%
<b>NO</b>	14	25%
<b>TOTAL</b>	55	100%

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

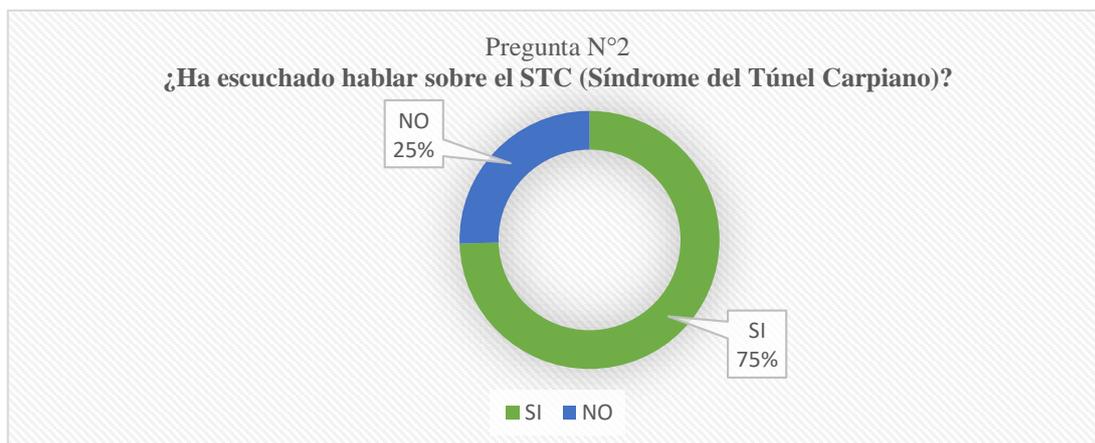


Figura N°10. Pregunta N°2

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

## Análisis

Si bien el 75% ha escuchado hablar del STC, se considera necesario reforzar los conocimientos sobre este síndrome y las consecuencias que están conllevan.

**Pregunta N° 3 ¿Considera que las malas posturas ergonómicas causan Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?**

**Tabla N°8. Pregunta N°3**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
SI	53	96
NO	2	4
TOTAL	55	100%

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro



Figura N°11. Pregunta N°3

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### **Análisis**

El 96% de estudiantes están conscientes que las malas posturas ergonómicas afectan su salud, para lo cual es necesario crear una cultura de prevención sobre las enfermedades ocupacionales, de esta manera se minimizarán los riesgos.

**Pregunta 4 ¿Conoce de casos de Síndrome del Túnel Carpiano que hayan sufrido los estudiantes del ITSCO?**

**Tabla N°9. Pregunta N°4**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
SI	15	23%
NO	40	77%
<b>TOTAL</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro



Figura N°12. Pregunta N°4

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### Análisis

Si bien el 27% de estudiantes encuestados conocen de casos de STC, dentro de la institución educativa, llama la atención que no se hayan tomado medidas correctivas para informar sobre el padecimiento de esta enfermedad profesional que puede desencadenar a corto, mediano o largo plazo, ausentismo o bajo desempeño.

**Pregunta 5 ¿Sabía usted que los movimientos repetitivos y la presión en el Túnel del Carpo son más frecuentes por tareas administrativas repetitivas?**

**Tabla N°10. Pregunta N°5**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
SI	28	51%
NO	27	49%
<b>TOTAL</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

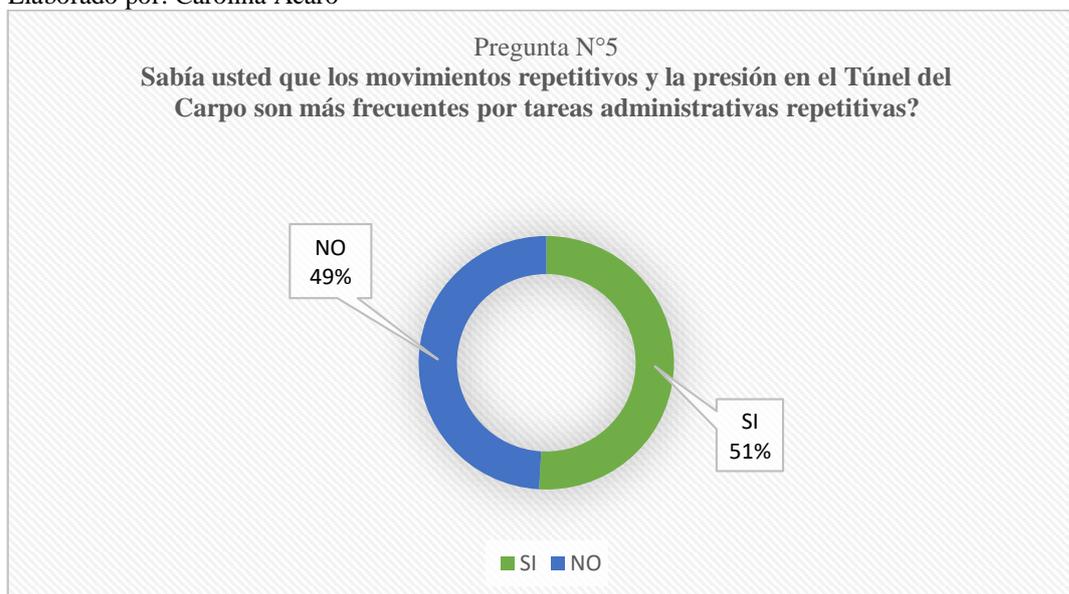


Figura N°13 Pregunta N°5

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### **Análisis**

El 49% de estudiantes manifiestan no conocer sobre la afectación de STC a consecuencia de las tareas administrativas repetitivas, ello demuestra la necesidad de impartir el taller informativo para despejar inquietudes y brindar información oportuna a aquellas personas que adolecen de esta enfermedad.

**Pregunta 6 ¿Conoce que la consecuencia más grave del Túnel del Carpo es ser sometido a una cirugía?**

**Tabla N°11. Pregunta N°6**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
SI	22	40%
NO	33	60%
<b>TOTAL</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

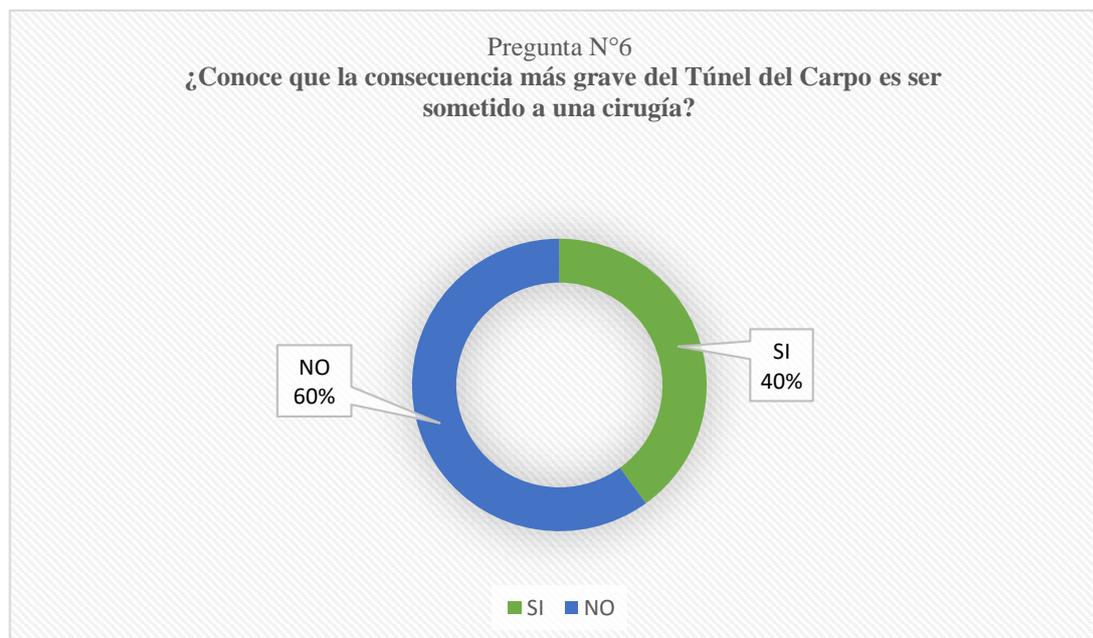


Figura N°14. Pregunta N°6

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

## Análisis

El 60% de la población encuestada no conoce que la consecuencia más grave del STC, es ser sometido a una cirugía que permita liberar el nervio mediano del túnel carpiano, es por lo tanto emergente brindar información clara y precisa para prevenir casos de afectación que ameriten posteriormente una intervención quirúrgica.

### Pregunta 7 ¿A presentado dolor o molestia a nivel de las manos por el uso excesivo del computador y / o celular?

**Tabla N°12. Pregunta N°7**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
<b>SI</b>	31	56%
<b>NO</b>	24	44%
<b>TOTAL</b>	55	100%

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

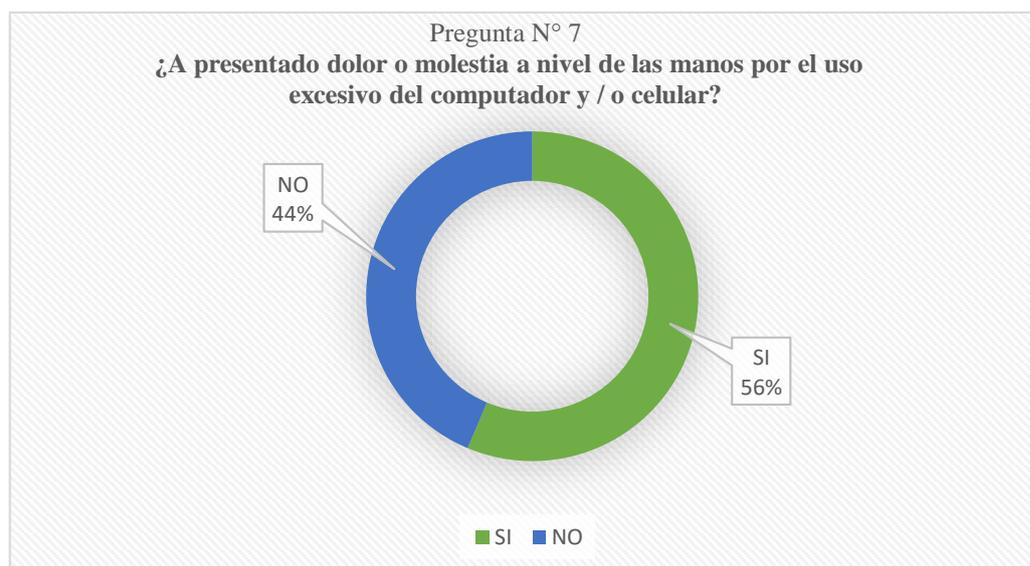


Figura N°15 Pregunta N°7

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### Análisis

El 56% ha presentado dolor o molestia en las manos y antebrazo por la manipulación del computador y/o celular; si bien no podemos evitar el uso de los equipos electrónicos en una era donde las TICS han globalizado los procesos de trabajo; ello no justifica que se deban adoptar posturas ergonómicas que prevengan el aparecimiento del síndrome.

**Pregunta 8 ¿La ejecución de tareas dentro del área educativa, le ha causado molestias en las muñecas por el uso excesivo del computador?**

**Tabla N°13. Pregunta N°8**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
<b>SI</b>	23	42%
<b>NO</b>	32	58%
<b>TOTAL</b>	55	100%

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

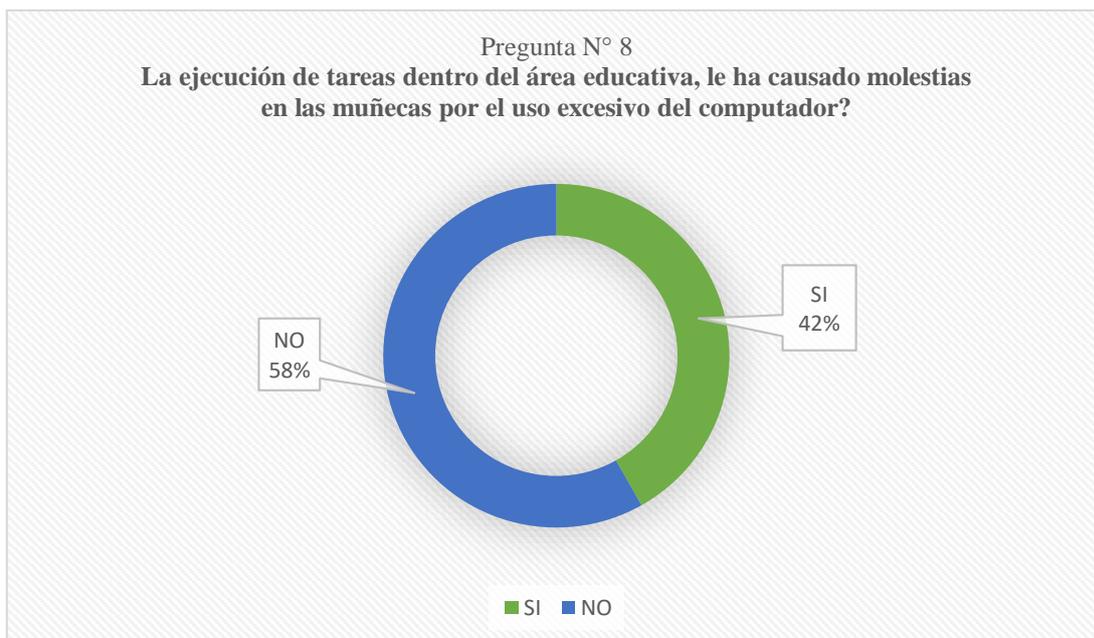


Figura N°16. Pregunta N°8

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### Análisis

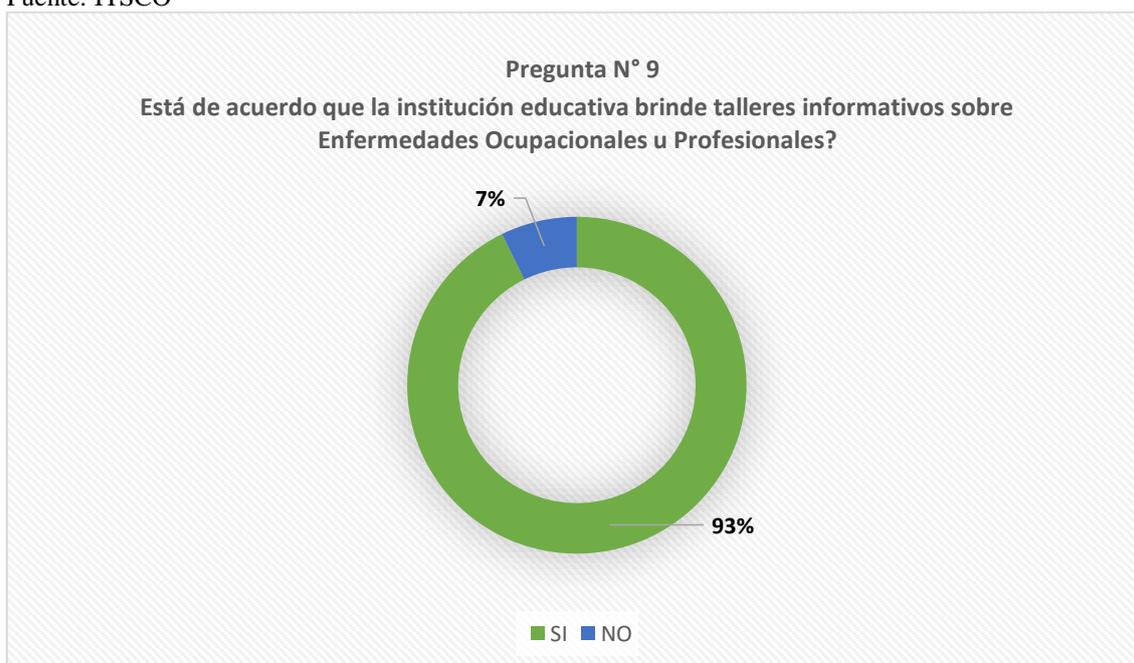
El 42% ha presentado molestias en las muñecas por la no aplicación de normas de seguridad y salud en el trabajo, relacionado con posturas adecuadas, lo cual causa un incremento significativo en la afectación y apareamiento del síndrome.

**Pregunta 9 ¿Está de acuerdo que la institución educativa brinde talleres informativos sobre Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?**

**Tabla N°14. Pregunta N°9**

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
SI	51	93%
NO	4	7%
<b>TOTAL</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Fuente: ITSCO



Elaborado por: Carolina Acaro

Figura N°17. Pregunta N°9

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### **Análisis**

El 93% de estudiantes está de acuerdo que se realice talleres informativos sobre Enfermedades Ocupacionales u Profesionales, lo cual motiva para que el taller informativo sobre el STC, se lleve a cabo de forma exitosa asegurando así el interés por conocer sobre el tema.

### Pregunta 10 ¿Asistiría a talleres informativos sobre Síndrome del Túnel Carpiano?

Tabla N°15. Pregunta N°10

RESPUESTAS	N° DE PERSONAS	PORCENTAJE
<b>SI</b>	43	91%
<b>NO</b>	0	0%
<b>TAL VEZ</b>	4	9%
<b>TOTAL</b>	55	100%

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

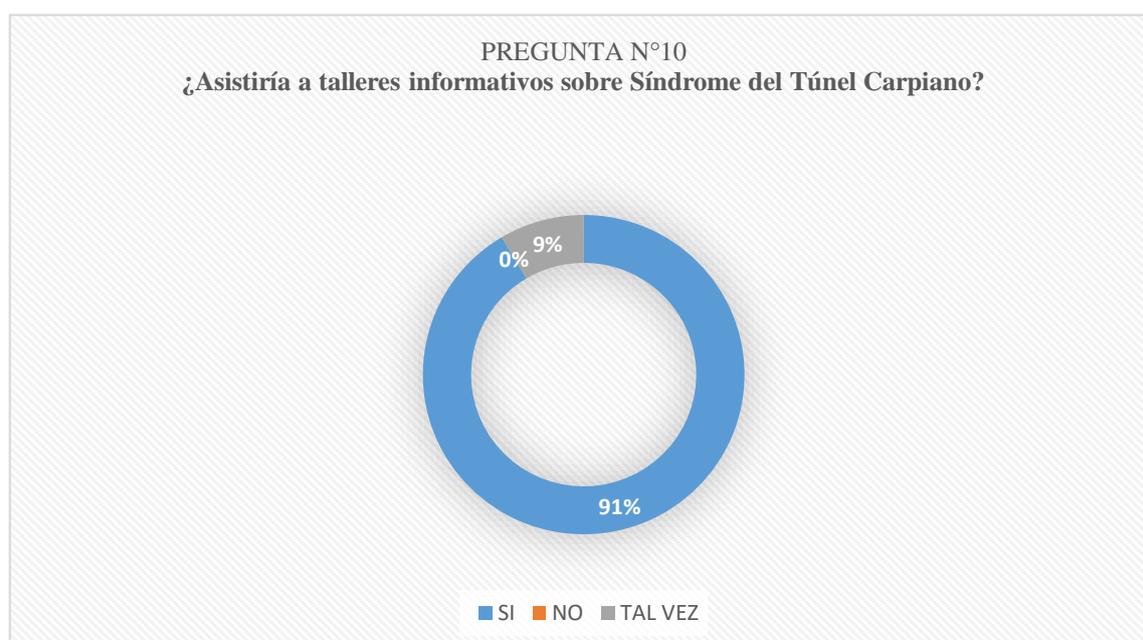


Figura N°18. Pregunta N°10

Fuente: ITSCO

Elaborado por: Carolina Acaro

### Análisis

El 93% de estudiantes están interesados en asistir a un taller informativo sobre el Síndrome del Túnel Carpiano, mientras que el 9% muestra poco interés en asistir.

## 5.07 Portada de la Propuesta



ELABORACIÓN Y SOCIALIZACIÓN DE UN TALLER INFORMATIVO SOBRE EL SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO Y SUS CONSECUENCIAS EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMER NIVEL DE LA JORNADA NOCTURNA DE LA CARRERA DE GESTIÓN DE TALENTO HUMANO DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA UBICADA EN EL SECTOR NORTE DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, 2019

## CONTENIDO DE LA PROPUESTA

### TALLER INFORMATIVO SOBRE EL SÍNDROME DEL TÚNEL

#### CARPIANO Y SUS CONSECUENCIAS

##### 1. Etapa de inicio

La realización del taller informativo se lleva cabo por una necesidad, dar conocer a los estudiantes las consecuencias del Síndrome del Túnel Carpiaco o también conocido como STC. Una vez obtenido los permisos correspondientes se procede a la realización del taller informativo. Para su ejecución se cuenta con la participación de 55 estudiantes quienes serán espectadores del taller informativo sobre STC.

##### 1.1 Bienvenida

**“La vida es el 10% de lo que experimentas y el 90% como respondes a ella”**

Irving Berlín



Figura N°19. Bienvenida  
Fuente: <https://canva.me/android>.

El presente taller tiene como objetivo brindar información sobre una de las Enfermedades Profesionales que hoy en día son la causa de problemas de salud a nivel

laboral, como resultado del mal uso de las herramientas tecnológicas como son el computador, mouse o celular.

El contenido del material, responde a las necesidades de la comunidad educativa, buscando concienciar sobre las consecuencias de no cambiar nuestro estilo de vida y la afectación que conlleva en nuestra salud.

El enfoque principal del taller es la prevención para evitar la sintomatología que muchas veces por desconocimiento no se identifica a tiempo y lo que es aún más grave no se brinda la atención especializada, lo cual desencadena casos críticos de STC, que solo son solucionados a través de una intervención quirúrgica.

## **2. Objetivo General**

Crear una cultura de prevención en Enfermedades Ocupacionales y minimizar el desconocimiento en los estudiantes.

## **3. Objetivos Específicos**

- Disminuir la aparición de casos de STC en los estudiantes.
- Efectuar campañas de prevención sobre Enfermedades Ocupacionales.
- Capacitar a los estudiantes para adoptar posturas ergonómicas que no afecten su salud.

## **4. Síndrome del Túnel Carpiano; Una mirada a la prevención.**

Hablar del STC como una mirada a la prevención, es detener por unos segundos nuestras actividades y preguntarnos ¿que estamos haciendo por nuestra salud física?

Entre la monotonía del día a día adquirimos ciertas dolencias que persisten en nuestro cuerpo, pero muchas de las veces hacemos caso omiso a las alertas, dejando de lado nuestro bienestar. Sin saber que estamos siendo víctimas de algún padecimiento en nuestra salud.

Si bien el uso de los equipos tecnológicos es inevitable, puesto que los cambios acelerados y la interacción con el entorno así lo ameritan; ello no justifica que apliquemos principios ergonómicos que permitan prevenir a través de acciones que modifiquen las actividades monótonas o rutinarias; así como también contar con las herramientas que se adapten a las características anatómico- funcionales de la persona.

## **5. Descripción de la Afectación.**

El túnel carpiano se encuentra en la muñeca en el lado de la palma de la mano y debajo de la superficie de la piel (superficie palmar). Ocho huesos pequeños de la muñeca forman tres lados del túnel, de ahí el nombre del síndrome. El lado restante, la superficie palmar, consta de tejidos blandos compuestos principalmente por un ligamento llamado ligamento carpiano transversal. Ese ligamento se extiende por encima del túnel. (Rheumatology, 2019)

Es una Enfermedad Ocupacional, que se define como consecuencia de síntomas y signos que se manifiestan por la compresión del nervio mediano a su paso por el túnel de carpo, debido a que el túnel del carpo es una estructura anatómica situada en la región palmar; constituida por los huesos cubito y radio. A consecuencia de la disminución del espacio existente; en el interior del túnel que comprime el nervio mediano.

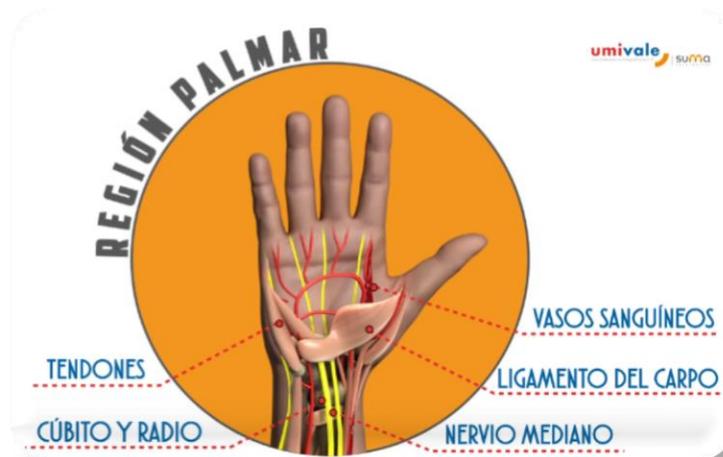


Figura N°20. Descripción de la afectación  
Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=pYndoJfzIdI>

### Zona Afectada

La zona vulnerable son los dedos;

- Pulgar
- Índice
- Medio



Figura N°21 Zona Afectada

Fuente: <https://nombre+de+los+dedos+de+la+mano&sxsrf>

## **6. Patología**

La patología es la rama de la medicina encargada del estudio de las enfermedades. De forma más específica, esta disciplina se encarga del estudio de los cambios estructurales bioquímicos y funcionales que subyacen a la enfermedad en células, tejidos y órganos. La patología utiliza herramientas moleculares, microbiológicas, inmunológicas y morfológicas para tratar de explicar la etiología y manifestaciones clínicas (signo y síntoma) que presentan los pacientes. (Wikipedia, 2019)

### **6.1 Neuropatía Periférica.**

La neuropatía periférica es un trastorno que se caracteriza por tener dañados los nervios que transmiten las sensaciones al sistema nervioso central, que incluye la médula espinal y el cerebro. Los nervios periféricos que primero se ven afectados están, generalmente, en las manos y los pies. (coalition, 2019)

## **7. Síntomas**

- **Pérdida de fuerza en las manos y dedos**

Se debe a la compresión que existe del nervio medio hacia el túnel carpo impidiendo de esta manera su paso por el túnel.



Figura N°22. Sintomas

Fuente: <https://www.google.com/search?q=perdida+de+fuerza+en+los+dedos&sxsrf>

- **Inflamación del musculo.**

Así lo menciona (Plus, 2019) “Ocurre cuando un nervio que va del antebrazo a la palma de la mano, se comprime en la muñeca”



Figura N°23. Inflamación del musculo

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih=697&tbm=isch&sxsrf>

- **Dificultad para agarrar objetos con las manos.**

Se puede notar al tener una tendencia a dejar caer objetos de forma involuntaria, puede deberse al entumecimiento en mano y dedos, ya que el dedo pulgar cumple la función de pinza el cual es controlado por el nervio medio.



Figura N°24 Dificultad para agarrar objetos

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1370&bih=614&tbm>

## 8. Causas

- Movimientos repetitivos
- Fracturas
- Obesidad
- Uso de herramientas vibratorios
- Hipotiroidismo
- Diabetes
- Artritis

## 9. Población Vulnerable

Es una enfermedad que afecta a ambos géneros indistintamente, teniendo una probabilidad alta de afectación mayoritaria en mujeres puesto que el túnel del carpo es más pequeño en tamaño.

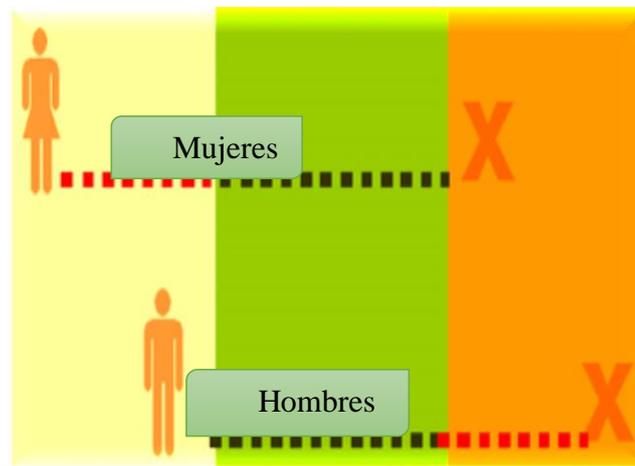


Figura N°25. Población vulnerable

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih=648&tbm>

## 10. Profesiones a las que afecta

Entre las profesiones que se ven afectadas tenemos;

### Industria Alimenticia

- Chef
- Panaderos y Pasteleros
- Meseros

### Construcción

- Soldadores
- Montadores de estructuras

### Servicio

- Meseros
- Odontólogos
- Tatuadores
- Administrativos

## 11. Tratamiento. – Tipología

### Tratamiento

Se define como tratamiento al conjunto de medios cuya finalidad es la curación o el alivio de las enfermedades o sintomatologías.

#### 11.1 Tratamiento Conservador

(Wikipedia, 2018) Se menciona que “El tratamiento conservador es un tipo de tratamiento médico definido por evitar medidas invasivas como la cirugía u otros procedimientos invasivos generalmente con la intención de preservar la función o las partes del cuerpo”



Figura N°26. Tratamiento conservar

Fuente: <https://www.google.com/search?q=antiinflamatorios&sxsrf>

## **11.2 Tratamiento Quirúrgico**

(Wikipedia, 2019) Define como “La práctica que implica la manipulación mecánica de las estructuras anatómicas con un fin médico, bien sea diagnóstico, terapéutico o pronóstico”

### **11.02.01 Cirugía de liberación abierta**

#### **Como se realiza la cirugía**

- Anestesia. Es posible que reciba anestesia local solo en el área de la cirugía, lo que le permite permanecer despierto.

También recibirá medicamentos adicionales para ayudarlo a relajarse. A algunos pacientes se les administra anestesia por vía intravenosa (IV). Esto le permite permanecer despierto y comunicarse, pero no sentirá ni recordará la cirugía.

- Corte del ligamento transversal del carpo. El cirujano cortará el ligamento transversal del túnel carpiano para disminuir la presión sobre el nervio mediano. el cirujano realiza una incisión en la piel de la palma de la mano. Esto le da una mejor vista del ligamento transversal del carpo y otros tejidos. Luego, el cirujano cortará el ligamento. La cirugía abierta dejará una cicatriz más grande y puede necesitar más tiempo de recuperación. (Healthcare, 2018)

## Procedimiento Cirugía de Liberación Abierta



### Pasó 1

El cirujano crea líneas cardinales que ayudan a definir los bordes para la incisión.

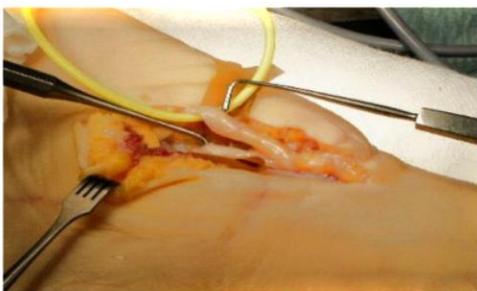
### Pasó 2

Se procede a la incisión a través de la piel con la ayuda de un bisturí, y ganchos que brindan soporte a la abertura realizada.



### Pasó 3

Liberación del túnel carpo mediante la ayuda de un escarpelo, forma de que no comprometer tendones.



### Pasó 4

Suturar la abertura.



### 11.02.02 Cirugía endoscópica

Esto se hace a través de una incisión muy corta en la muñeca. Este pequeño agujero permite la introducción de una cámara pequeña de alta definición dentro del canal para ver perfectamente el ligamento de carpo transversal. El ligamento se secciona entonces con el fin de alargarlo con una pequeña cuchilla retráctil, bajo control visual directo a través de la cámara. (Tunnelcarpienmd, 2017)

#### Procedimiento

##### Paso 1

Se procede a realizar una pequeña incisión en la muñeca y se introduce de la cámara.



##### Paso 2

Se introduce la cuchilla retráctil y se procede a la liberación del túnel carpo.



##### Paso 3

Se procede a la liberación del Túnel Carpo.

## 12. Como prevenir el Síndrome del Túnel Carpiano

### Pausas Activas

Así lo menciona (saludable, 2017) “Algunos de los beneficios de las pausas activas en el trabajo, que da a conocer el kinesiólogo de Clínica Reñaca son”

- Reduce la fatiga física y mental.
- Promueve la relajación muscular.
- Favorece la circulación sanguínea y la eliminación de sustancias tóxicas.



Figura N°27. Pausas activas

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih=648&tbm>

Recuerda que invertir unos minutos en tu bienestar físico es un cambio significativo en tu día a día, mejorando la relajación del cuerpo ya que se mantiene en una posición rígida por varias horas.

## Ejercicios de Relajación

**Extensión de los dedos:** Junte el pulgar y el resto de sus dedos. Manténgalos rectos. Coloque una goma elástica alrededor de los dedos y pulgar. Separe los dedos. Luego júntelos lentamente sin permitir que la goma elástica se caiga. Repita 40 veces

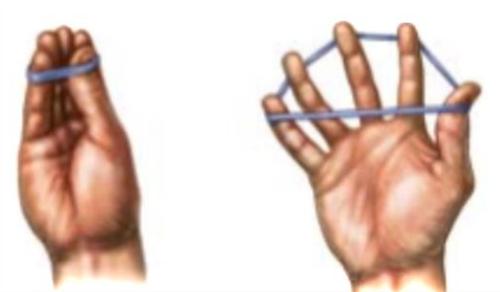


Figura N°28. Ejercicios de relajación

Fuente : [https://www.drugs.com/cg\\_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%BAnel-carpiano.html](https://www.drugs.com/cg_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%BAnel-carpiano.html)

**Estiramiento del flexor de la muñeca:** Mantenga el brazo recto. Agarre sus dedos con la otra mano. Lentamente doble los dedos hacia atrás (con la palma hacia fuera) hasta que sienta un estiramiento en la muñeca. Sostenga esta posición por 10 segundos. Repita 5 veces.



Figura N°29. Estiramiento del flexor de la muñeca

Fuente : [https://www.drugs.com/cg\\_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%Banel-carpiano.html](https://www.drugs.com/cg_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%Banel-carpiano.html)

**Estiramiento del extensor de la muñeca:** Mantenga el brazo recto. Agarre sus dedos con la otra mano. Lentamente doble los dedos y la mano hacia abajo (con la palma hacia usted) hasta que siente el estiramiento encima de la mano. Sostenga esta posición por 10 segundos. Repita 5 veces.



Figura N°30. Estiramiento del extensor de la muñeca

Fuente: [https://www.drugs.com/cg\\_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%Banel-carpiano.html](https://www.drugs.com/cg_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%Banel-carpiano.html)

**Encogimiento de hombros:** Párese con los brazos a los lados. Levante sus hombros hacia sus oídos y sosténgalos durante 1 segundo. Luego mueva sus hombros hacia atrás,

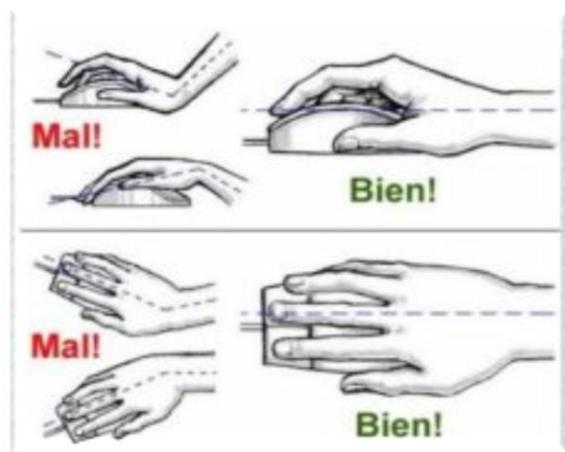
como si fuera a juntar los omóplatos. Mantenga esta posición durante 1 segundo. Luego relaje los hombros. Repita 20 veces. (Drugs.com, 2019)



Figura N°31. Encogimiento de hombros

Fuente: [https://www.drugs.com/cg\\_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%BAnel-carpiano.html](https://www.drugs.com/cg_esp/ejercicios-para-el-s%C3%ADndrome-del-t%C3%BAnel-carpiano.html)

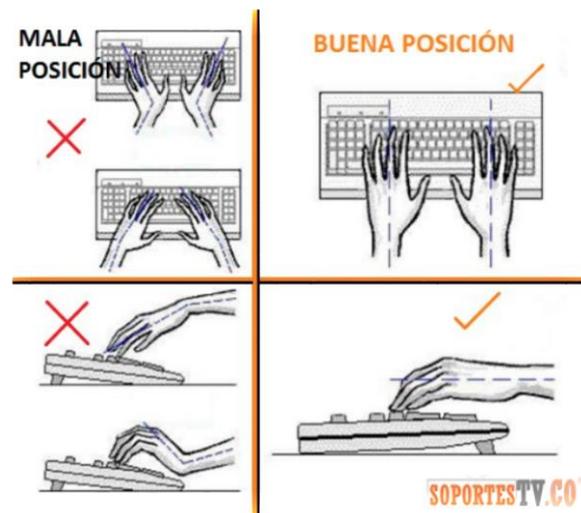
### Posturas ergonómicas correctas



El correcto manejo del  
mouse.

Figura N°32. Posturas ergonómicas correctas

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih>



Correcta colocación de las  
manos en el teclado.

Figura N°33. Posturas ergonómicas correctas

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih>

### 13. Elementos de Protección después de la intervención quirúrgica

Definiéndose, así como elementos que ayudan a prevenir enfermedades y mejorar la salud física, para lo cual se cuenta con diferentes ortesis según su función, las que se detallaremos a continuación;

#### 13.1 Estabilizadoras o inmovilizadoras

(Wikipedia, 2019) Así lo menciona “Mantienen una posición e impiden movimientos indeseados, cuyo objetivo actuar como soporte de un segmento paralizado”



Figura N°34. Estabilizadoras o inmovilizadoras

Fuente: <https://www.google.com/search?q=Estabilizadoras+o+inmovilizadoras>

### 13.01.01 Funcionales

(Wikipedia, 2019) “También denominadas dinámicas. Llevan incorporado un elemento elástico que permite movilizar un segmento de un miembro paralizado.”



Figura N°35. Funcionales

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih>

### 13.01.01 Correctoras

(Wikipedia, 2019) “Indicadas para corregir una deformidad esquelética. Son más efectivas si se utilizan durante el desarrollo infantil”



Figura N°36. Correctoras

Fuente:

<https://www.google.com/search?biw=1302&bih=648&tbm>

Es importante recalcar que las ostesis son suscritas de acuerdo a la necesidad que determine el médico tratante y la función a realizar, de esta manera cumpliendo una función importante en la recuperación del paciente de manera óptima.

### Implementos Ergonómicos

- **Mouse ergonómico**

El diseño del ratón vertical se basa pues en tratar de mantener una postura más cercana a la neutra, al no implicar ese giro. Los hay de muchas formas y modelos, pero el punto básico es que al tener este eje vertical la mano lo "abrace" manteniendo la alineación así con el antebrazo (y facilite ese descanso del que hablábamos), de modo que puedan ser una opción para reducir la incidencia de síndrome del túnel carpiano y otras lesiones que se producen si no estamos en una posición correcta. (Xataka, 2018)



Figura N°37. Implementos ergonómicos

Fuente: <https://www.google.com/search?q=mouse+ergonomic+vertical&sxsrf>

- **Almohadilla de gel**

Brinda la comodidad y relación neutra del túnel del carpo, liberando la presión que puede existir.



Figura N°38. Almohadilla de gel

Fuente: <https://www.google.com/search?tbm=isch&sxsrf>

- **Teclado ergonómico**

Por lo general tienen una inclinación especial un poco más alta de lo habitual y una curvatura de las teclas que facilita su pulsación con menos esfuerzo. A esta opción por lo general se le unen apoyos para las muñecas para que descansen y no se mantengan en alto todo el tiempo. Son pequeños detalles pero que a lo largo de una jornada se acumulan y a lo largo de una semana aún más.



Figura N°39. Teclado ergonomico

Fuente : <https://www.google.com/search?q=teclado+ergonomico&sxsrf>

## **Muñequeras**

## **Fellowes I-Spire**

Este reposamuñecas emplea un diseño que se sale bastante de la norma de lo que se suele emplear para este tipo de periféricos. En vez de emplear una funda de gel, lo que tiene es un diseño ovalado, realizado con un material gomoso, que se deforma solo lo justo para permitir que las muñecas descansen frente al teclado. (Hardzone, s.f.)



Figura N°40. Muñequeras

Fuente: <https://www.google.com/search?q=Fellowes+I-Spire&sxsrf>

## 14. Estrategias de Prevención

### 14.3 Consejos sobre posturas

- Evita levantar cosas pesadas, a menos que sea extremadamente necesario. En caso de hacerlo, lo mejor será que cuentes con los elementos de seguridad adecuados para proteger tus muñecas.



Figura N°41. Consejos de postura

Fuente : <https://www.google.com/search?q=levantar+cosas+pesadas&sxsrf>

- A la hora de dormir, asegúrate de no dormir con las muñecas dobladas o debajo de la cabeza. Lo mejor siempre será mantenerlas libres de presión en todo momento.



Figura N°42. Consejos de postura

Fuente: <https://www.google.com/search?tbm=isch&sxsrf>

- No uses relojes o pulseras demasiado apretadas en la zona de la muñeca. De preferencia, estas deben estar flojas y permitir la buena circulación y movilidad.



Figura N°43. Consejos de postura

Fuente : <https://www.google.com/search?tbm=isch&sxsrf>

- Si realizas profesiones en las que debas contraer las muñecas con frecuencia, considera el uso de férulas con las que protegerte.



Figura N°44. Implementos de prevención

Fuente: <https://www.google.com/search?tbm>

- Si trabajas con el ordenador, emplea almohadillas acolchonadas en las que apoyar la muñeca al momento de sostener el ratón, así te aseguras de no realizar por tu cuenta la fuerza necesaria para mantenerla firme.

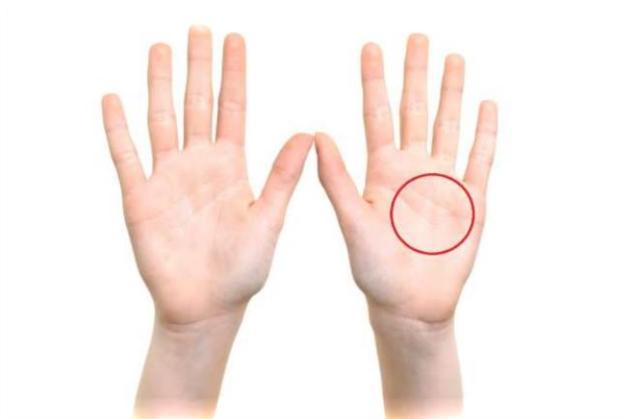


Figura N°45. Consejos

Fuente: <https://www.google.com/search?tbm=isch&sxsrf=ACYBGNR>

- Estira las muñecas de manera regular durante la jornada de trabajo.

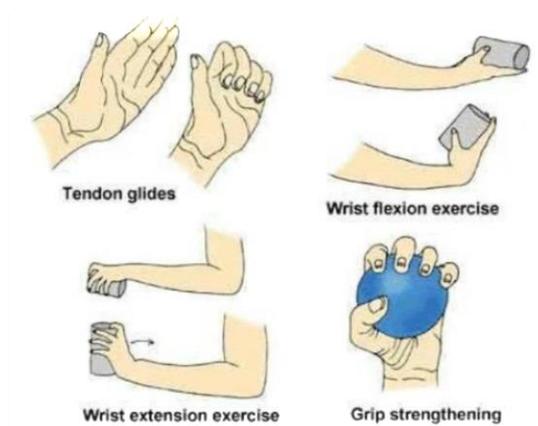
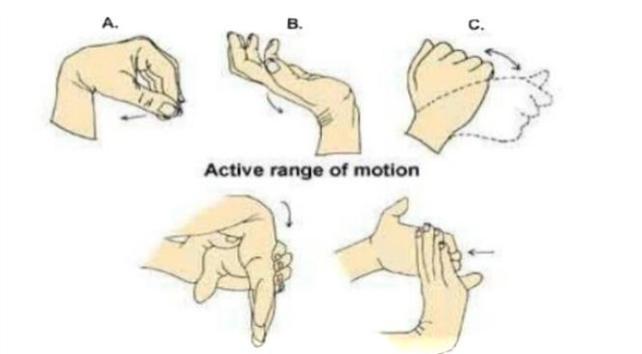


Figura N°46. Ejercicios de relajación

Fuente: <https://www.google.com/search?tbm=isch&sxsrf>

Estos son algunos de los consejos que ha considerado (Universia, 2018) para ayudar a prevenir el STC.

Recuerda que está en nuestras manos, la salud física como mental. Prevenir es la manera más segura de resguardar nuestras vidas, asegurando una vida saludable ya que la salud va acompañada de diversos factores que fortalecen nuestra vitalidad, generar una cultura de prevención es importante, para ella debemos empezar por cultivar en cada uno de nosotros, para así poder reflejar en los demás ese cambio positivo de prevención que tanto añoramos en nosotros y los demás.

### **Uso de herramientas adecuadas**

Contar con herramientas adecuadas, con forme lo demande el puesto de trabajo es indispensable para una jornada de trabajo exitosa y sin contratiempos, asegurando que se ajusten al ser humano y no al contrario el ser humano se ajuste a ellas. Asegurando así la prevención de enfermedades profesionales



Figura N°47. Uso de herramientas adecuadas

Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=pYndoJfzIdI>

## Información Oportuna

Informar a los estudiantes de la aparición de enfermedades Profesionales en el trabajo es tan indispensable, ya que un estudiante informado será capaz de prevenir en base a la información obtenida. Para no poner en riesgo su salud física, y no ser blancos fáciles de las enfermedades por falta de información.



Figura N°48. Formación y información

Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=pYndoJfzIdI>

## Rotación de Tareas

La necesidad de rotar tareas en el puesto de trabajo es fundamental ya que si la presión del túnel carpo no es necesaria por tiempo prolongado en actividades que no demanden prontitud alguna en su realización, es necesario realizar otras actividades que demanden de movilizar otras extremidades del cuerpo como caminar así la presión en las manos desaparecerá con el cambio de actividad. Logrando así minimizar el tiempo de exposición.



Figura N°49. Rotación de tareas

Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=pYndoJfzIdI>

### **Atención médica**

Una vez conocido los síntomas acudir a un especialista que afirme la enfermedad o la descartar, es indispensable el diagnóstico porque así se podrá conocer si el Síndrome del Túnel Carpiano requiere de un tratamiento quirúrgico o de un tratamiento conservador. Una vez determinada la afectación se procederá con el tratamiento que el doctor considere oportuno para el paciente.



Figura N°50. Atención médica

Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=pYndoJfzIdI>

## 5.08 Evaluación del nivel de satisfacción

Tabla N°16.Formato de Evaluación de Satisfacción

SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO				
UNA MIRADA A LA PREVENCIÓN 				
Evaluación Taller Informativo STC.				
EVALUACION DE CONTENIDO				
ÍTEM	PARÁMETROS DE CALIFICACIÓN	 89%-100% CONFORME	 75%-88% INDECISO	 74%-50% DISCONFORME
1.	¿La información brindada fue de interés?			
2.	¿El taller informativo enriqueció mis conocimientos en Enfermedades Profesionales?			
3.	¿Conocer sobre el STC, concienció la importancia de la prevención?			
4.	¿La información recibida incrementó su motivación para participar en nuevos talleres informativos?			
5.	¿El facilitador aportó de una manera dinámica al taller?			

Elaborado por: Carolina Acaro

## **Análisis**

El 89 % de estudiantes se encuentran conformes con el taller informativo sobre el Síndrome del Túnel Carpiano que se impartió en la institución educativa con el fin de dar a conocer las causas y consecuencias de este síndrome y su afectación en la salud.

### **5.09 Proceso de Socialización de la Propuesta**

Se presentó el proyecto a los estudiantes del primer semestre de la carrera de Gestión de Talento Humano de la jornada nocturna. La exposición se llevó a cabo directamente en las aulas de la institución educativa con la asistencia de 55 estudiantes que fueron participes del taller informativo.

Se ha considerado los siguientes aspectos para la socialización

#### **5.09.01 Bienvenida**

Bienvenida al taller informativo a cargo de la Señorita Carolina Acaro estudiante de la institución.

#### **5.09.02 Reglas de Oro**

##### **Participación y actitud cooperativa**

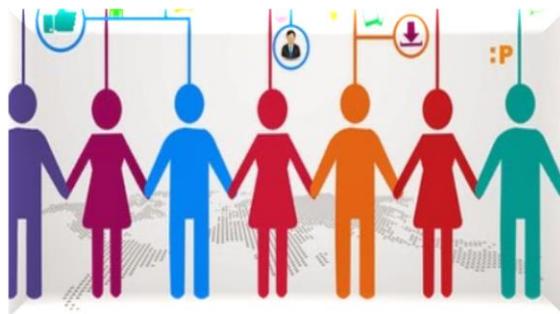


Figura N°51. Reglas de oro

Fuente: <https://www.google.com/search?q=participacion+en+la+dinamica&sxsrf>

### Evitar el uso del Teléfono Celular



Figura N°52. Evitar el uso del ceelular

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih=697&tbm=isch&sxsrf>

### Mantener la atención y concentración en el tema



Figura N°53. Mantener la atención el tema

Fuente: <https://www.google.com/search?biw=1302&bih>

#### 5.09.03 Video

Se presentó un vídeo relacionado con el tema, logrando así orientar a los participantes sobre los contenidos a tratar.

La duración del video es de 4 minutos con 41 segundos.



Figura N°54. STC

Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=pYndoJfzIdI>

#### **5.09.04 Presentación del Taller Informativo**

La Señorita Carolina Acaro, responsable del proyecto realiza la presentación del taller informativo a los estudiantes de primer semestre de la jornada nocturna de la carrera de Gestión de Talento Humano

#### **5.09.05 Desarrollo del Taller Informativo**

El presente taller fue impartido por la Srta. Carolina Acaro quien es la responsable del desarrollo de los temas a tratar y la clausura del mismo.

#### **Temas a Tratar**

- Síndrome del Túnel Carpiano
- Zonas de afectación
- Síntomas

- Causas
- Población vulnerable
- Profesiones a las que afecta
- Tipos de tratamientos
- Implementos para la recuperación
- Consejos

#### **5.09.06 Respuestas a inquietudes y retroalimentación**

Es este espacio se procederá a despejar dudas que tengan los estudiantes con respecto al tema tratado.

#### **5.09.07 Cierre del Taller**

El cierre del taller lo lleva a cabo la Señorita Carolina Acaro, agradeciendo a los estudiantes su asistencia y participación.

#### **5.09.08 Presente (Confites)**

Se realizó la entrega de presentes (confites) con una frase alusiva al tema, a los estudiantes por su asistencia al taller.

## CAPITULO VI ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

### 6.01 Recursos

#### 6.01.01 Recursos Humanos

- Responsable del Proyecto 1 Persona
- Tutor del Proyecto 1 Persona
- Lector del Proyecto 1 Persona
- Población 55 Personas

#### 6.01.02 Recursos Audiovisuales

- Computadora Portátil
- Memory Flash
- Teléfono Celular
- Proyector
- Parlantes

#### 6.01.03 Recursos Materiales

- Resmas de papel bond
- Anillados
- Empastados
- Cd
- Copias
- Impresiones
- Programas digitales

## 6.02 Presupuesto

Tabla N°17. Presupuesto

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
Flash Memory	1	\$ 9.00	<b>\$ 9.00</b>
Cable HDMI	1	\$ 18.00	<b>\$ 18.00</b>
Trípticos	5	\$ 5.00	<b>\$ 20.00</b>
Parlantes	1	\$ 20.00	<b>\$ 20.00</b>
Afiches	4	\$ 5.00	<b>\$ 20.00</b>
Copias	60	\$ 0.03	<b>\$ 1.80</b>
Empastados	3	\$ 10.00	<b>\$ 30.00</b>
Internet	4 meses	\$ 10.00	<b>\$ 40.00</b>
Impresiones	400	\$ 0.15	<b>\$ 60.00</b>
Cd	3	\$ 2.00	<b>\$ 6.00</b>
Esferos	2	\$ 0.50	<b>\$ 1.00</b>
Movilización	4 meses	\$ 9.00	<b>\$ 36.00</b>
Alimentación	4 meses	\$ 2.00	<b>\$ 24.00</b>
Presentes (confites)	60	\$ 0.70	<b>\$ 42.00</b>
<b>TOTAL</b>			<b>\$ 327.80</b>

**Elaborado por:** Carolina Acaro

### 6.03 Cronograma

**Tabla N°18 Cronograma**

MES	JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				
	SEMANAS	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>ACTIVIDADES</b>																	
<b>CAPITULO I ANTECEDENTES</b>																	
1.02 Justificación																	
1.03 Matriz																	
1.03 Analisis de la Matriz																	
<b>CAPITULO II MAPEO DE INVOLUCRADOS</b>																	
2.01 Mapeo de Involucrados																	
2.02 Matriz de análisis de Involucrados																	
2.03 Analisis de Involucrados																	
<b>CAPITULO III ÁRBOL DE PROBLEMAS</b>																	
3.01 Arbol de problemas																	
3.02 Arbol de objetivos																	
<b>CAPITULO IV ANALISIS DE ALTERNATIVAS</b>																	
4.01 Matriz de análisis de alternativas																	
4.02 Matriz de análisis de impacto de los objetivos																	
4.03 Diagrama de estrategias																	
4.04 Matriz de Marco Lógico																	
<b>CAPITULO V PROPUESTA</b>																	
5.01 Antecedentes																	
5.02 Justificación																	
5.03 Objetivo general																	
5.04 Marco teórico (Relación de contenidos)																	
5.05 Población y muestra																	
5.06 Metodología																	
5.07 Encuestas para el levantamiento de información																	
5.08 Portada de la propuesta																	
5.09 Proceso de socialización de propuesta																	
<b>CAPITULO VI ASPECTOS ADMINISTRATIVOS</b>																	
6.01 Recursos																	
6.02 Presupuesto																	
<b>CAPITULO VII CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>																	
7.01 Conclusiones																	
7.02 Recomendaciones																	

**Elaborado por:** Carolina Acaro

## CAPITULO VII CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 7.01 Conclusiones

Adoptar posiciones ergonómicas correctas o utilizar los implementos y herramientas que mejoren la realización de las tareas asignadas y el bienestar físico a través de la liberación y relajación de los músculos involucrados en el túnel carpiano, cuidado de nuestra alimentación; ello garantizará el bienestar y un estilo de vida saludable.

El Síndrome del Túnel Carpiano es considerado una enfermedad profesional, por lo tanto es necesario identificar su sintomatología y las causas de su aparición, acudir a un especialista de manera oportuna para prevenir un cuadro agravante de STC, que pueda requerir una intervención quirúrgica.

Estar informado es un mecanismo importante de prevención, puesto que el conocimiento de las causas y consecuencias del síndrome del túnel carpiano nos permite tomar medidas que nos ayuden a evitar intervenciones quirúrgicas o terapias dolorosas y prolongadas que causan inestabilidad emocional, dado que la persona se ve imposibilitada para realizar su trabajo y actividades cotidianas.

Existe por parte de las personas que gestionan el talento humano una actitud pasiva frente a las enfermedades profesionales, es decir que la falta de seguimiento no permite

detectar de forma temprana la sintomatología para tomar medidas para atender los casos de manera eficiente y minimizar el impacto en la productividad.

La falta de cultura por precautelar nuestra salud, se manifiesta en el mal uso de los implementos ergonómicos que pueden ayudar a evitar el apareamiento del STC; así como también la ausencia de comportamientos seguros dentro del trabajo o en las actividades cotidianas que pueden ocasionar afectación a la salud de manera significativa.

## **7.02 Recomendaciones**

Realizar movimientos de las manos y dedos sin exagerar la fuerza aplicada para que la presión no genere daño alguno en tendones, ni cause la obstrucción de su paso por el túnel carpiano, se lo puede lograr si concienciamos el adecuado uso de las herramientas tecnológicas y posturas adecuadas para el trabajo.

La manera más favorable de mantener la muñeca en una posición neutra, es contar con los implementos ergonómicos que faciliten la realización de las tareas asignadas de acuerdo a las funciones que involucran el cargo, evitando así el apareamiento de la sintomatología relacionada con el STC.

Al momento de realizar presión en las muñecas por tiempos prolongados se recomienda utilizar una férula ya que este brindará soporte y comodidad para realizar las tareas encomendadas, evitando así el daño en la zona del túnel carpiano que pueda imposibilitar el trabajo.

Si el estudiante presenta algún síntoma antes mencionado sobre el STC, se recomienda comunicar al médico ocupacional de la institución educativa, para obtener un diagnóstico preciso y el tratamiento o derivación según el caso; de esta manera se evitaría el riesgo de la salud física, garantizando su bienestar.

Como consecuencia del STC, si el estudiante fue intervenido quirúrgicamente se recomienda seguir las indicaciones del especialista de modo que no exista alguna repercusión en su salud, logrando una recuperación menos traumática que no afecte la estabilidad tanto a nivel personal como familiar.

## Bibliografía

Baer - Frese, k.-D. (Enero de 2003-1991).

Bandura. (1988). Obtenido de [doctrina.vlex.com.co/vid/clima-organizacional-origen-evolucion-691186917](http://doctrina.vlex.com.co/vid/clima-organizacional-origen-evolucion-691186917)

Cardenas, J. (2015). *Clima Labora Organizacional*. Bogotá.

Champagnat., L. e. (2002). clima laboral. *gestiopolis*, 1.

Constitucion de la Republica del Ecuador. (22 de 10 de 2008). Obtenido de

<http://www.silec.com.ec/Webtools/LexisFinder/DocumentVisualizer/Document>

[Visualizer.aspx?id=PUBLICO-](http://www.silec.com.ec/Webtools/LexisFinder/DocumentVisualizer/DocumentVisualizer.aspx?id=PUBLICO-)

[CONSTITUCION\\_DE\\_LA\\_REPUBLICA\\_DEL\\_ECUADOR&query=constituci](http://www.silec.com.ec/Webtools/LexisFinder/DocumentVisualizer/DocumentVisualizer.aspx?id=PUBLICO-CONSTITUCION_DE_LA_REPUBLICA_DEL_ECUADOR&query=constitucion#I_DXDataRow2)

[on#I\\_DXDataRow2](http://www.silec.com.ec/Webtools/LexisFinder/DocumentVisualizer/DocumentVisualizer.aspx?id=PUBLICO-CONSTITUCION_DE_LA_REPUBLICA_DEL_ECUADOR&query=constitucion#I_DXDataRow2)

Francisco Aníbal Ganga Contreras. (14 de febrero de 2015). *Universidad de Los Lagos,*

*Chile*. Obtenido de <http://www.fcsh.espol.edu.ec/es/clima-organizacional->

[algunos-basamentos-hist%C3%B3ricos-y-conceptuales-para-la-](http://www.fcsh.espol.edu.ec/es/clima-organizacional-)

[reflexi%C3%B3n-por-francisco](http://www.fcsh.espol.edu.ec/es/clima-organizacional-)

FRANCISCO ANIBAL GANGA CONTRERAS, M. A. (15 de 02 de 2015). *ESPOL*.

Obtenido de Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas.:

<http://www.fcsh.espol.edu.ec/es/clima-organizacional->

[algunos-basamentos-](http://www.fcsh.espol.edu.ec/es/clima-organizacional-)

[hist%C3%B3ricos-y-conceptuales-para-la-reflexi%C3%B3n-por-francisco](http://www.fcsh.espol.edu.ec/es/clima-organizacional-)

García, S. M. (Diciembre de 2009). *Cuadernos de Administración*. Recuperado el 28 de

julio de 2019

James, J.-A. (marzo de 1990). Obtenido de [doctrina.vlex.com.co/vid/clima-organizacional-origen-evolucion-691186917](http://doctrina.vlex.com.co/vid/clima-organizacional-origen-evolucion-691186917)

James-Shell. (1998). Obtenido de [doctrina.vlex.com.co/vid/clima-organizacional-origen-evolucion-691186917](http://doctrina.vlex.com.co/vid/clima-organizacional-origen-evolucion-691186917)

JOBLERS. (s.f.). *JOBLERS*. Obtenido de <https://www.joblers.net/clima-laboral-negativo/>

LEY ORGANICA DEL SISTEMA NACIONAL DE SALUD. (20 de 10 de 2008).

Obtenido de

[Silec.com.ec/Webtools/LexisFinder/DocumentVisualizer/DocumentVisualizer.aspx?id=SALUD-](http://Silec.com.ec/Webtools/LexisFinder/DocumentVisualizer/DocumentVisualizer.aspx?id=SALUD-)

[LEY\\_ORGANICA\\_DEL\\_SISTEMA\\_NACIONAL\\_DE\\_SALUD&query=ley%20orgánica%20del%20sistema%20nacional%20de%20salud#I\\_DXDataRow3](http://LEY_ORGANICA_DEL_SISTEMA_NACIONAL_DE_SALUD&query=ley%20orgánica%20del%20sistema%20nacional%20de%20salud#I_DXDataRow3)

Lideres, R. (2013). clima laboral. *Grupo El Comercio*, 36.

Maria Alejandra Rodriguez. (14 de 08 de 2018). *acsendo.blog*. Obtenido de [acsendo.blog: https://blog.acsendo.com/descuido-clima-laboral-perdidas-de-recursos-humanos/#](https://blog.acsendo.com/descuido-clima-laboral-perdidas-de-recursos-humanos/#)

Merino., J. P. (2009). *GOOGLE*. Obtenido de GOOGLE: <https://definicion.de/pla/n>

opoenmet-group. (2014). *google*. Obtenido de google:

<https://www.openmet.com/claves-para-fomentar-un-buen-clima-laboral.htm/>

Question Pro. (11 de 10 de 2018). *wikipedia*. Obtenido de

<https://www.questionpro.com/es/clima-laboral.html>

Ramos, k. (2011). clima laboral. *revista Consultoria*, 1.

SAGUNT, P. (2006). *GOOGLE*. Obtenido de GOOGLE:

<https://primariasagunt.blogia.com/2006/030801-que-es-motivar.php>

T-M. (s.f.). *GOOGLE*. Obtenido de GOOGLE: <http://territoriomarketing.es/elementos-de-un-programa-eficaz-de-motivacion/>

UNESCO. (10 de 09 de 2017). *expresiones culturales ( UNESCO)*. Obtenido de

<http://www.unesco.org/new/es/communication-and-information/>

Weinert, A. (18 de enero de 1985). Obtenido de wikipedia:

[https://es.wikipedia.org/wiki/Clima\\_organizacional](https://es.wikipedia.org/wiki/Clima_organizacional)

Weinert, A. (23 de marzo de 1985). *wikipedia*. Obtenido de Manual de Psicología de la

Organización.: [https://es.wikipedia.org/wiki/Clima\\_organizacional](https://es.wikipedia.org/wiki/Clima_organizacional)

*wikipedia*. (10 de 11 de 2018). Obtenido de <https://www.joblers.net/clima-laboral-negativo/>

A

N

E

X

O

S

**ENCUESTAS REALIZADAS**

**A LOS ESTUDIANTES**

**DE PRIMER SEMESTRE**

**JORNADA NOCTURNA DE LA**

**CARRERA DE GESTION DE**

**TALENTO HUMANO**

**INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA****CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE  
RECURSOS HUMANO - PERSONAL****ENCUESTA**

**OBJETIVO:** Identificar si los estudiantes conocen sobre el Síndrome del Túnel Carpiano y sus consecuencias, al mismo tiempo recopilar información sobre el interés que manifiestan los mismos en asistir a un taller informativo relacionado con Enfermedades Ocupacionales

**INSTRUCCIONES**

- Marque con "X" una sola respuesta.
- Utilice únicamente esferográfico azul.

1. ¿Conoce que son las Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

SI  NO

2. ¿Ha escuchado hablar sobre el STC (Síndrome del Túnel Carpiano)?

SI  NO

3. ¿Considera que las malas posturas ergonómicas causan Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

SI  NO

4. ¿Conoce de casos de Síndrome del Túnel Carpiano que hayan sufrido los estudiantes del ITSCO?

SI  NO

5. ¿Sabía usted que los movimientos repetitivos y la presión en el Túnel del Carpo son más frecuentes por tareas administrativas repetitivas?

SI  NO

6. ¿Conoce que la consecuencia más grave del Túnel del Carpo es ser sometido a una cirugía?

SI  NO

TECNOLÓGICO SUPERIOR  
CORDILLERA

Administración Recursos Humanos  
Personal  
Cordillera

7. ¿A presentado dolor o molestia a nivel de las manos por el uso excesivo del computador y / o celular?

SI  NO

8. ¿La ejecución de tareas dentro del área educativa, le ha causado molestias en las muñecas por el uso excesivo del computador?

SI  NO

9. ¿Está de acuerdo que la institución educativa brinde talleres informativos sobre Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

SI  NO

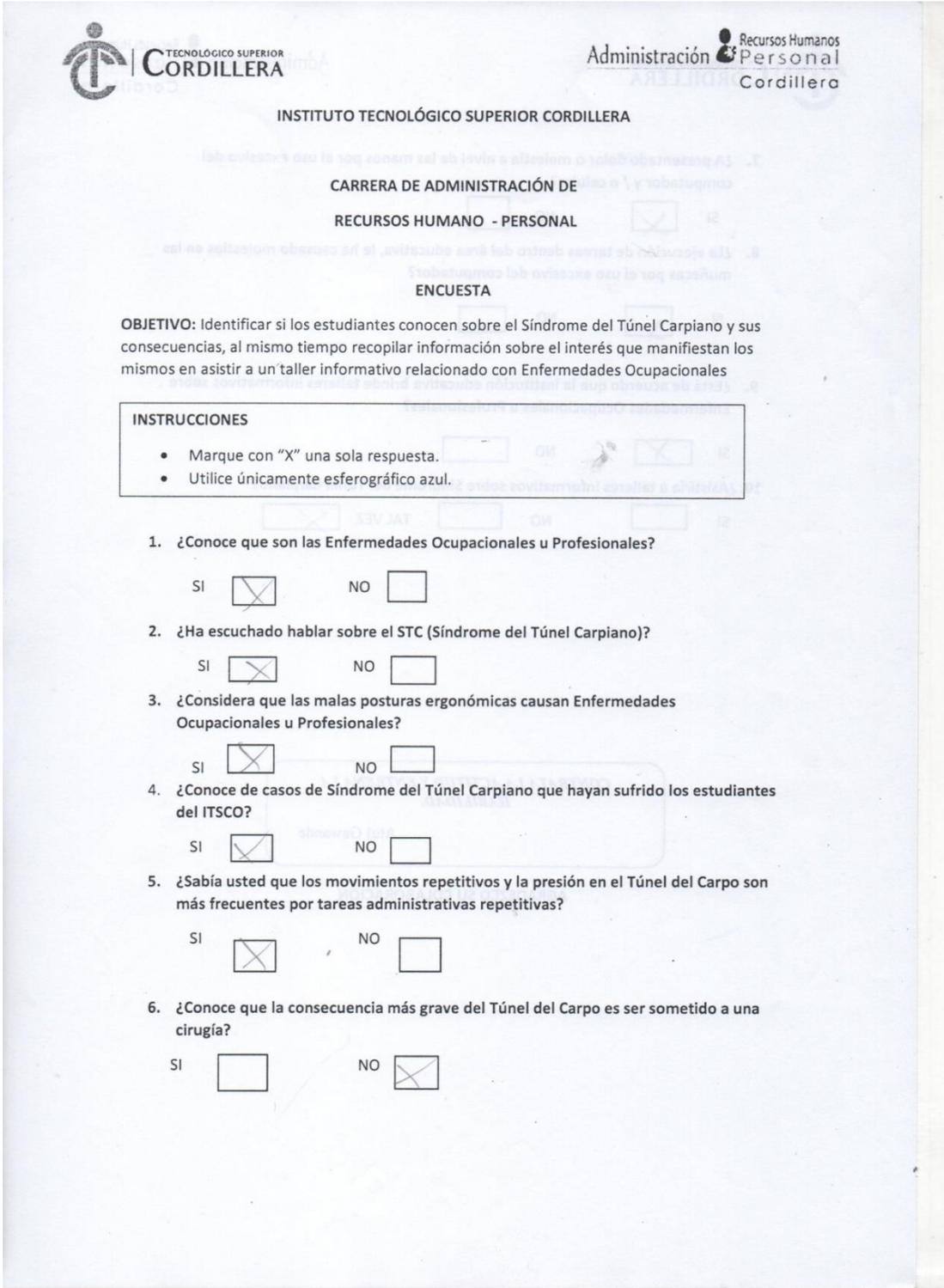
10. ¿Asistiría a talleres informativos sobre Síndrome del Túnel Carpiano?

SI  NO  TAL VEZ

**CONTRATA LA ACTITUD Y ENTRENA LA HABILIDAD.**

Atul Gawande

AGRADEZCO SU COLABORACIÓN



 TECNOLÓGICO SUPERIOR  
CORDILLERA

Administración Recursos Humanos  
Personal  
Cordillera

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA

CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE  
RECURSOS HUMANO - PERSONAL

ENCUESTA

**OBJETIVO:** Identificar si los estudiantes conocen sobre el Síndrome del Túnel Carpiano y sus consecuencias, al mismo tiempo recopilar información sobre el interés que manifiestan los mismos en asistir a un taller informativo relacionado con Enfermedades Ocupacionales

**INSTRUCCIONES**

- Marque con "X" una sola respuesta.
- Utilice únicamente esferográfico azul.

1. ¿Conoce que son las Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

SI  NO

2. ¿Ha escuchado hablar sobre el STC (Síndrome del Túnel Carpiano)?

SI  NO

3. ¿Considera que las malas posturas ergonómicas causan Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

SI  NO

4. ¿Conoce de casos de Síndrome del Túnel Carpiano que hayan sufrido los estudiantes del ITSCO?

SI  NO

5. ¿Sabía usted que los movimientos repetitivos y la presión en el Túnel del Carpo son más frecuentes por tareas administrativas repetitivas?

SI  NO

6. ¿Conoce que la consecuencia más grave del Túnel del Carpo es ser sometido a una cirugía?

SI  NO

TECNOLÓGICO SUPERIOR  
CORDILLERA

Administración Recursos Humanos  
Personal  
Cordillera

7. ¿A presentado dolor o molestia a nivel de las manos por el uso excesivo del computador y / o celular?

SI  NO

8. ¿La ejecución de tareas dentro del área educativa, le ha causado molestias en las muñecas por el uso excesivo del computador?

SI  NO

9. ¿Está de acuerdo que la institución educativa brinde talleres informativos sobre Enfermedades Ocupacionales u Profesionales?

SI  NO

10. ¿Asistiría a talleres informativos sobre Síndrome del Túnel Carpiano?

SI  NO  TAL VEZ

**CONTRATA LA ACTITUD Y ENTRENA LA HABILIDAD.**

Atul Gawande

AGRADEZCO SU COLABORACIÓN

**FOTOS**

**DE LA**

**SOCIALIZACIÓN**

**DEL**

**TALLER INFORMATIVO**

**SOBRE STC**



ELABORACIÓN Y SOCIALIZACIÓN DE UN TALLER INFORMATIVO SOBRE EL SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO Y SUS CONSECUENCIAS EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMER NIVEL DE LA JORNADA NOCTURNA DE LA CARRERA DE GESTIÓN DE TALENTO HUMANO DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA UBICADA EN EL SECTOR NORTE DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, 2019



ELABORACIÓN Y SOCIALIZACIÓN DE UN TALLER INFORMATIVO SOBRE EL SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO Y SUS CONSECUENCIAS EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMER NIVEL DE LA JORNADA NOCTURNA DE LA CARRERA DE GESTIÓN DE TALENTO HUMANO DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA UBICADA EN EL SECTOR NORTE DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, 2019

# **AUTORIZACIÓN PARA LA REALIZACIÓN DE ENCUESTAS A LOS ESTUDIANTES.**

Quito, 27 de agosto del 2019

Ingeniera Frikizia Mendoza.

Directora de Carrera de Gestión de Talento Humano.

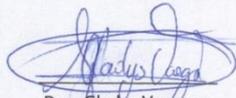
Yo, ACARO CALVA DIANA CAROLINA, comedidamente solicito a usted se me permita socializar el taller informativo sobre las consecuencias del STC (Síndrome del Túnel Carpiano) a los alumnos de primer nivel la Carrera de Talento Humano jornada nocturna, la cual se llevara a cabo el día jueves 29 de agosto y el día viernes 30 de agosto.

El contenido de las diapositivas para la presentación fueron revisadas por la tutora Gladys Vanegas.

De ante mano agradezco por su tiempo y apoyo.

ATENTAMENTE

Carolina Acaro.

  
Doc. Gladys Vanegas

  
27-AGO 2019  
Ing. Frikizia Mendoza  
Administración de Recursos Humanos

*Coordinar con el docente  
no mas de 30 minutos.*

Quito, 03 de Diciembre del 2019

Señores.

**Instituto Tecnológico Superior Cordillera**

Presente.

De mi consideración.

Me permito emitir el siguiente certificado correspondiente, Elaboración y Socialización de un taller informativo sobre el Síndrome del Túnel Carpiano y sus consecuencias en los estudiantes de primer nivel de la jornada nocturna de la Carrera de Gestión de Talento Humano del Instituto Tecnológico Superior Cordillera ubicada en el sector norte del distrito metropolitano de quito, 2019.

Ya que ha cumplido con los requisitos solicitados por parte de nuestra institución para ser impartido, por parte de la Srta. ACARO CALVA DIANA CAROLINA con C.I 175120974-1 ya que el taller informativo se encuentra terminado e implementado satisfactoriamente en la institución.

Atentamente

  
Administración de Personal  
Ing. Erikizia Mendoza  
**DIRECTOR DE CARRERA**

Quito, 26 de julio de 2019

## CERTIFICADO DE CAPACITACIÓN

### ACARO CALVA DIANA CAROLINA

Por haber participado en la capacitación de Túnel Carpiano en el Centro Médico Veris Quicentro Sur impartida el 26 de julio de 2019, guiada por el Traumatólogo Dr. Carlos Pasquel, con una duración de 4 horas.

Vanessa Chinchín  
LÍDER CM  
veris   
C.I.: 1720202678



Psic. Vanessa Chinchín

Líder CM

Dr. Carlos Pasquel Correa  
TRAUMATÓLOGO  
veris   
MSP. Libro 21 Folio 28 N° 213



Dr. Carlos Pasquel

Traumatología

MSP. Libro 21 Folio 28 N°213

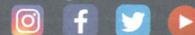
**GUAYAQUIL:** Kennedy, Av. John F. Kennedy #300 y Fco. Arizaga / C.C. Mall del Sol, dentro de Megamaxi / C.C. Plaza Mayor, Av. 2 NE entre José María Egas y Segundo Cueva Celi junto al Banco del Pacífico / Sur, Noguchi 2703 y Azuay. **QUITO:** C.C. San Luis Shopping, local 13 / C.C. Granados Plaza, piso 2 local N2-001 / La Y, Juan de Azcaray y Mariano Jimbo esquina, sector la "Y"; C.C. Quicentro Sur, piso 2 local 66 / Tumbaco, Av. Oswaldo Guayasamin (Ex Interoceánica) frente al C.C. Via Ventura. **CUENCA:** C.C. Los Nogales, PB local 1-A.

600 9 600

veris.com.ec

app  mi veris

Síguenos en:



# URKUND

## Urkund Analysis Result

Analysed Document: i d i 4.pdf (D57289414)  
Submitted: 10/19/2019 9:28:00 PM  
Submitted By: carolinaacaro@outlook.es  
Significance: 3 %

### Sources included in the report:

Tesis Diego Pincha.docx (D56947794)  
CAPITULO 1 (1)....-convertido.pdf (D51338819)  
<https://www.restauracioncolectiva.com/n/los-trastornos-musculo-esqueletico-en-manos-y-munecas-del-trabajo-en-las-cocinas-profesionales>  
<https://www.buenastareas.com/materias/cuidados-de-enfermeria-del-sindrome-del-tunel-del-carpo/0>  
<https://docplayer.es/72587914-Sindrome-del-tunel-del-carpo-de-origen-laboral-metodos-de-prevencion-en-sur-america-1-planteamiento-del-problema.html>  
<https://www.jltcolombia.com/index.php/8-noticias-articulos/noticias/408-sindrome-del-tunel-carpiano-y-como-se-trata>

### Instances where selected sources appear:

12

*Sponkudo*  


*lectora*  
  
ING. MÓNICA HERRERA  
23/10/2019 20h 30

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA									
RIFALCORA PARA EL CONTROL DE PRODUCTOS DE TITULACIÓN									
VANEGAS PRIETO DIGNA GLADYS									
ACARO CALVA DIANA CAROLINA									
ALBERICACION DE RECURSOS HUMANOS - PERSONAL									
CARRERA DE GESTION DEL TALENTO HUMANO DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA, UBICADO EN EL SECTOR NOROCCIDENTAL METROPOLITANO DE QUITO, 2019									
Quito, 21 de octubre del 2019 18:18:59									
ACUMULATIVO									
INVESTIGACION DESARROLLO INNOVACION									
MODALIDAD:									
NO. CODIGO	FECHA TUTORIA	TIPO ASESORIA	HORA INICIO	TEMA TRATADO	HORA FIN	HORAS	OBSERVACION	ESTADO SC	PERIODO:
1	180012	INSITU	2019-07-13 09:00:00	ANTECEDENTES / CONTEXTO	2019-07-13 10:00:00	1.00	EXPLICACION DEL CONTEXTO	PROCESADO	ABR 2019_SEP 2019
2	180013	AUTONOMIA	2019-07-16 18:00:00	ANTECEDENTES / CONTEXTO	2019-07-16 23:00:00	5.00	INVESTIGACION Y REDACCION DEL CONTEXTO	PROCESADO	
3	180014	INSITU	2019-07-19 17:00:00	ANTECEDENTES / CONTEXTO	2019-07-19 18:00:00	1.00	REVISION Y CORRECCION FINAL	PROCESADO	
4	180015	AUTONOMIA	2019-07-20 18:00:00	ANTECEDENTES / CONTEXTO	2019-07-20 17:00:00	9.00	CORRECCIONES SUGERIDAS POR EL TUTOR	PROCESADO	
5	180019	INSITU	2019-07-13 09:00:00	ANTECEDENTES / JUSTIFICACION	2019-07-13 10:00:00	0.50	EXPLICACION DEL CONTENIDO	PROCESADO	
6	180020	AUTONOMIA	2019-07-15 19:00:00	ANTECEDENTES / JUSTIFICACION	2019-07-15 23:00:00	4.50	EXPLICACION DEL CONTENIDO	PROCESADO	
7	180021	INSITU	2019-07-19 17:00:00	ANTECEDENTES / DEFINICION DEL PROBLEMA CENTRAL (MATRIZ T)	2019-07-19 17:30:00	0.50	REVISION Y APROBACION FINAL	PROCESADO	
8	180022	INSITU	2019-07-20 09:00:00	ANTECEDENTES / DEFINICION DEL PROBLEMA CENTRAL (MATRIZ T)	2019-07-20 10:00:00	1.00	EXPLICACION DEL CONTENIDO DE LA MATRIZ	PROCESADO	
9	180023	AUTONOMIA	2019-07-21 10:00:00	ANTECEDENTES / DEFINICION DEL PROBLEMA CENTRAL (MATRIZ T)	2019-07-21 18:00:00	8.00	ELABORACION DE LA MATRIZ	PROCESADO	
10	180024	INSITU	2019-07-29 17:00:00	ANTECEDENTES / DEFINICION DEL PROBLEMA CENTRAL (MATRIZ T)	2019-07-29 18:00:00	1.00	REVISION Y APROBACION	PROCESADO	
11	180025	INSITU	2019-07-20 10:00:00	ANALISIS DE INVOLUCRADOS / MAPA DE INVOLUCRADOS	2019-07-20 11:00:00	1.00	EXPLICACION DE LOS INVOLUCRADOS DIRECTOS E INDIRECTOS EN EL PROYECTO	PROCESADO	
12	180383	AUTONOMIA	2019-07-24 22:00:00	ANALISIS DE INVOLUCRADOS / MAPA DE INVOLUCRADOS	2019-07-24 23:00:00	1.00	ELABORACION Y CORRECCION DEL MAPA DE INVOLUCRADOS	PROCESADO	
13	180384	INSITU	2019-07-29 17:00:00	ANALISIS DE INVOLUCRADOS / MAPA DE INVOLUCRADOS	2019-07-29 18:00:00	1.00	REVISION Y APROBACION	PROCESADO	
14	180385	INSITU	2019-07-22 17:00:00	MATRIZ DE ANALISIS DE INVOLUCRADOS	2019-07-22 18:00:00	1.00	EXPLICACION DEL CONTENIDO DE LA MATRIZ DE INVOLUCRADOS	PROCESADO	
15	180386	AUTONOMIA	2019-07-23 22:00:00	ANALISIS DE INVOLUCRADOS / MATRIZ DE ANALISIS DE INVOLUCRADOS	2019-07-23 23:00:00	1.00	ELABORACION DE LA MATRIZ DE INVOLUCRADOS	PROCESADO	
16	180387	INSITU	2019-08-01 17:00:00	ANALISIS DE INVOLUCRADOS / MATRIZ DE ANALISIS DE INVOLUCRADOS	2019-08-01 18:00:00	1.00	REVISION Y APROBACION	PROCESADO	
17	180388	INSITU	2019-08-02 17:00:00	PROBLEMAS Y OBJETIVOS / ARBOL DE OBJETIVOS	2019-08-02 18:00:00	1.00	EXPLICACION CAUSAS Y EFECTOS DEL ARBOL DE PROBLEMAS	PROCESADO	
18	180389	AUTONOMIA	2019-08-03 05:00:00	PROBLEMAS Y OBJETIVOS / ARBOL DE OBJETIVOS	2019-08-03 09:00:00	4.00	ELABORACION DEL ARBOL DE PROBLEMAS	PROCESADO	
19	182898	INSITU	2019-08-05 17:00:00	PROBLEMAS Y OBJETIVOS / ARBOL DE OBJETIVOS	2019-08-05 18:00:00	1.00	REVISION FINAL Y APROBACION	PROCESADO	
20	180390	INSITU	2019-08-03 10:00:00	PROBLEMAS Y OBJETIVOS / ARBOL DE OBJETIVOS	2019-08-03 11:00:00	1.00	EXPLICACION DE LOS FINES Y MEDIOS PARA EL ARBOL DE OBJETIVOS ORIENTACION PARA EL	PROCESADO	
21	182899	AUTONOMIA	2019-08-06 20:00:00	PROBLEMAS Y OBJETIVOS / ARBOL DE OBJETIVOS	2019-08-06 23:00:00	3.00	ELABORACION DEL ARBOL DE OBJETIVOS	PROCESADO	
22	182900	INSITU	2019-08-12 17:00:00	PROBLEMAS Y OBJETIVOS / ARBOL DE OBJETIVOS	2019-08-12 18:00:00	1.00	REVISION FINAL Y APROBACION	PROCESADO	
23	182901	INSITU	2019-08-14 17:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE ANALISIS DE ALTERNATIVAS	2019-08-14 18:00:00	1.00	EXPLICACION DEL CONTENIDO DE LA MATRIZ SELECCION DE OBJETIVOS CLAVES	PROCESADO	
24	182902	AUTONOMIA	2019-08-15 18:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE ANALISIS DE ALTERNATIVAS	2019-08-15 23:00:00	5.00	ELABORACION DE LA MATRIZ	PROCESADO	
25	182903	INSITU	2019-08-23 17:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE ANALISIS DE ALTERNATIVAS	2019-08-23 18:00:00	1.00	REVISION FINAL Y APROBACION	PROCESADO	
26	182904	INSITU	2019-08-23 17:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTO DE LOS OBJETIVOS	2019-08-23 18:00:00	1.00	EXPLICACION DEL CONTENIDO DE LA MATRIZ	PROCESADO	
27	182906	INSITU	2019-08-24 11:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTO DE LOS OBJETIVOS	2019-08-24 12:00:00	1.00	REVISION Y EXPLICACION DEL ANALISIS	PROCESADO	
28	184104	INSITU	2019-08-24 09:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTO DE LOS OBJETIVOS	2019-08-24 10:00:00	1.00	REVISION Y APROBACION	PROCESADO	
29	193766	AUTONOMIA	2019-08-23 14:00:00	MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTO DE LOS OBJETIVOS	2019-08-23 22:00:00	8.00	DEFINICION DE LA INFORMACION Y ESTRUCTURACION DE LA MATRIZ	PROCESADO	

30	184106	2019-08-30	2019-08-30 17:00:00	INSITU	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	2019-08-30 18:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	2019-08-30 18:00:00	1.00	EXPLICACION DEL CONTENIDO DE LA MATRIZ DE INFORMACION Y ELABORACION DEL PROGRAMA DE ESTRATEGIAS	PROCESADO
31	185090	2019-09-01	2019-09-01 09:00:00	AUTONOMA	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	2019-09-01 10:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	2019-09-01 10:00:00	6.00	ELABORACION DEL PROGRAMA DE ESTRATEGIAS	PROCESADO
32	185091	2019-09-07	2019-09-07 11:00:00	INSITU	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	2019-09-07 12:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	2019-09-07 12:00:00	1.00	REVISION FINAL Y APROBACION	PROCESADO
33	185092	2019-09-07	2019-09-07 11:00:00	INSITU	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-07 12:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-07 12:00:00	1.00	EXPLICACION DEL CONTENIDO DE LA MATRIZ DE INFORMACION Y ELABORACION DE LA MATRIZ	PROCESADO
34	185093	2019-09-08	2019-09-08 09:00:00	AUTONOMA	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-08 10:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-08 10:00:00	8.00	RECOPIACION DE INFORMACION Y ELABORACION DE LA MATRIZ	PROCESADO
35	193333	2019-09-09	2019-09-09 17:00:00	INSITU	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-09 18:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-09 18:00:00	1.00	REVISION FINAL Y APROBACION	PROCESADO
36	193767	2019-09-10	2019-09-10 15:00:00	AUTONOMA	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-10 16:00:00	ANALISIS DE ALTERNATIVAS / MATRIZ DE MARCO LOGICO	2019-09-10 16:00:00	3.00	CORRECCIONES DEL CONTENIDO DE LA MATRIZ DE INFORMACION	PROCESADO
37	185094	2019-09-07	2019-09-07 11:00:00	INSITU	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-07 12:00:00	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-07 12:00:00	1.00	DEFINICION DE LA POBLACION, METODOLOGIA Y TECNICAS A UTILIZAR	PROCESADO
38	185095	2019-08-29	2019-08-29 18:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-08-29 19:00:00	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-08-29 19:00:00	1.00	APLICACION DE LA ENCUESTA A LOS ESTUDIANTES	PROCESADO
39	185096	2019-09-01	2019-09-01 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-01 10:00:00	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-01 10:00:00	8.00	TABLACION DE LA ENCUESTA Y PRESENTACION DE RESULTADOS	PROCESADO
40	193334	2019-09-08	2019-09-08 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-08 10:00:00	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-08 10:00:00	6.00	CORRECCIONES FINALES PARA APROBACION DEL TUTOR	PROCESADO
41	193335	2019-09-09	2019-09-09 17:00:00	INSITU	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-09 18:00:00	PROPUESTA / ANTECEDENTES DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-09 18:00:00	1.00	APROBACION FINAL	PROCESADO
42	193336	2019-09-11	2019-09-11 17:00:00	INSITU	PROPUESTA / DESCRIPCION DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-11 18:00:00	PROPUESTA / DESCRIPCION DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-11 18:00:00	1.00	EXPLICACION DE LA HERRAMIENTA QUE SE PROPONE COMO SOLUCION	PROCESADO
43	193337	2019-09-14	2019-09-14 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / DESCRIPCION DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-14 10:00:00	PROPUESTA / DESCRIPCION DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-14 10:00:00	8.00	RECOPIACION DE LA INFORMACION SOBRE LA HERRAMIENTA A UTILIZAR	PROCESADO
44	193338	2019-09-16	2019-09-16 17:00:00	INSITU	PROPUESTA / DESCRIPCION DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-16 18:00:00	PROPUESTA / DESCRIPCION DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGIA QUE PROPONE COMO SOLUCION	2019-09-16 18:00:00	1.00	REVISION Y APROBACION	PROCESADO
45	193339	2019-09-18	2019-09-18 10:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-18 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-18 10:00:00	9.00	INVESTIGACION DEL CONTENIDO DEL TALLER DE ENFERMERIA	PROCESADO
46	193340	2019-09-20	2019-09-20 10:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-20 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-20 10:00:00	10.00	CLASIFICACION DE LA INFORMACION	PROCESADO
47	193341	2019-09-21	2019-09-21 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-21 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-21 10:00:00	7.00	ELABORACION DEL MARCO TEORICO	PROCESADO
48	193342	2019-09-23	2019-09-23 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-23 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-23 10:00:00	10.00	DISENO DE LAS DIAPOSITIVAS	PROCESADO
49	193343	2019-09-24	2019-09-24 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-24 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-24 10:00:00	10.00	ELECCION DE LAS ILUSTRACIONES PARA INCLUIR EN LA PROPUESTA	PROCESADO
50	193344	2019-09-27	2019-09-27 17:00:00	INSITU	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-27 18:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-27 18:00:00	1.00	CORRECCIONES DEL AVANCE DE LA PROPUESTA	PROCESADO
51	193345	2019-09-28	2019-09-28 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-28 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-28 10:00:00	10.00	CORRECCIONES SUGERIDAS POR EL TUTOR AL AVANCE DE LA PROPUESTA	PROCESADO
52	193346	2019-09-29	2019-09-29 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-29 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-29 10:00:00	10.00	PREPARACION DEL MATERIAL Y LOGISTICA PARA LA PUESTA EN MARCHA DEL TALLER	PROCESADO
53	193347	2019-09-30	2019-09-30 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-30 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-09-30 10:00:00	3.00	BUENOS DIAS DE LOS VIDEOS PARA REFORZAR EL TALLER Y ELABORACION DE LAS FRASES PARA COLOCAR EN LOS PRESENTES QUE SE ENTREGARAN A LOS PARTICIPANTES	PROCESADO
54	193756	2019-10-01	2019-10-01 09:00:00	AUTONOMA	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-10-01 10:00:00	PROPUESTA / FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPUESTA	2019-10-01 10:00:00	9.00	ESTRUCTURACION DE LA PROPUESTA	PROCESADO

55	193757	2019-10-04	INSITU	2019-10-04 17:00:00	PROBLEMA FORMULACION DEL PROCESO DE APLICACION DE LA PROPIEDAD	2019-10-04 18:00:00	1.00	REVISION Y APROBACION DE LA PROPIEDAD	PROCESADO
56	193758	2019-10-07	AUTONOMA	2019-10-07 08:00:00	ASPECTOS ADMINISTRATIVOS / RECURSOS	2019-10-07 19:00:00	11.00	DEFINICION DE LOS RECURSOS QUE INTERVIENEN EN EL PROYECTO	PROCESADO
57	193759	2019-10-12	AUTONOMA	2019-10-12 08:00:00	ASPECTOS ADMINISTRATIVOS / PRESUPUESTO	2019-10-12 12:00:00	4.00	DEFINICION DE LOS RUBROS PARA EL CUADRO DEL PRESUPUESTO	PROCESADO
58	193760	2019-10-13	AUTONOMA	2019-10-13 08:00:00	ASPECTOS ADMINISTRATIVOS / CRONOGRAMA	2019-10-13 12:00:00	4.00	ELABORACION DEL CRONOGRAMA	PROCESADO
59	193761	2019-10-14	AUTONOMA	2019-10-14 09:00:00	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES / CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	2019-10-14 15:00:00	6.00	ELABORACION DE LAS CONCLUSIONES	PROCESADO
60	193762	2019-10-16	AUTONOMA	2019-10-16 09:00:00	RECOMENDACIONES / RECOMENDACIONES	2019-10-16 19:00:00	10.00	ELABORACION DE LAS RECOMENDACIONES ELABORACION DE LOS ANEXOS	PROCESADO
61	193764	2019-10-18	AUTONOMA	2019-10-18 09:00:00	RECOMENDACIONES / RECOMENDACIONES	2019-10-18 18:00:00	9.00	ELABORACION DE LA BIBLIOGRAFIA RESUMEN EJECUTIVO DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTO	PROCESADO
62	193765	2019-10-20	INSITU	2019-10-20 09:00:00	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES / RECOMENDACIONES	2019-10-20 11:00:00	2.00	REVISION GENERAL DE LA ESTRUCTURA DEL PROYECTO. CORRECCIONES Y APROBACION FINAL	PROCESADO
<b>TOTAL HORAS:</b>							<b>240</b>		
 VANEGAS PRIETO DIANA GLADYS TUTOR CI: 1709188175		 ACARO CALVA DIANA CAROLINA TUTOR CI: 151282741		 MENDOZA FERRARI O FRIKIZIA CATERINE DELEGADO CI: 150899137 FECHA: 13 Oct 2019		Administración de Recursos Humanos			

**INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR  
CORDILLERA**

**ADMINISTRACIÓN DE RECURSOS HUMANOS-PERSONAL  
ORDEN DE EMPASTADO**

Una vez verificado el cumplimiento de los requisitos establecidos para el proceso del Trabajo de Integración Curricular, se **AUTORIZA** realizar el empastado del Trabajo de Integración Curricular, del alumno(a) ACARO CALVA DIANA CAROLINA , portador de la cédula de identidad N° 175120974-1 previa validación por parte de los departamentos facultados.

Quito, 21 de Noviembre 2019.

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR  
"CORDILLERA"  
DIRECCIÓN FINANCIERA

Sra. Mariela Balseca  
CAJA

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR  
"CORDILLERA"  
COMPLEJON DE CARRERA

Psic. Jara Fabián  
Recursos Humanos

**DELEGADO DE LA UNIDAD  
DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**



Ing. William Parra López

**BIBLIOTECA**

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR  
"CORDILLERA"  
27 NOV 2019  
8,66 JBS  
Administración de Recursos Humanos

Ing. Samira Villalba  
**PRÁCTICAS PREPROFESIONALES**

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR  
"CORDILLERA"  
RECIBIDO

Ing. Mendoza Eriktzia

Administración de Recursos Humanos  
**DIRECTOR DE CARRERA**  
"CORDILLERA"

27 NOV 2019  
Magui Ordoñez  
Magui Ordoñez

Sra. Magui Ordoñez

**SECRETARIA ACADÉMICA**