

ANÁLISIS ERGONÓMICO DEL PUESTO DE TRABAJO DEL PERSONAL DE SERVICIOS VARIOS EN EL COLEGIO IETI COMUNA 17, UBICADO EN LA CIUDAD DE SANTIAGO DE CALI, EN EL PERIODO 2018

*Fundación Universitaria María Cano
Cali-Colombia*

Duque Dávalos Nathaly, Rojas Lozano Andrea, Prado Quiñones Angie

Resumen

El presente estudio se realizó por la necesidad de ejecutar una investigación para cumplir con los objetivos de la modalidad de grado, que están orientados a la seguridad y salud en el trabajo. Se seleccionó el Colegio IETI COMUNA 17 como escenario de investigación, puesto que en este se observaron defectos ergonómicos que afectaban la salud de los trabajadores encargados de oficios varios, para lo cual se utilizó la lista de verificación ergonómica, evidencia fotográfica y observación que permitió la elaboración de un análisis detallado que permitió establecer las estrategias de intervención más adecuadas que beneficio no solo a este personal, sino también a los demás trabajadores de la institución.

Palabras claves: Análisis, ergonomía, puesto de trabajo, cargas, movimientos repetitivos, condiciones de trabajo, peligro.

ERGONOMIC ANALYSIS OF THE WORK POSITION OF MISCELLANEOUS PERSONNEL IN THE IETI COMUNA 17 SCHOOL, LOCATED IN THE CITY OF SANTIAGO DE CALI, IN THE PERIOD 2018

Abstract

The present study was carried out due to the need to execute an investigation to comply with the objectives of the degree modality, which are oriented to safety and health in the workplace. The IETI COMUNA 17 School was selected as the research scenario, since ergonomic defects affecting the health of the workers in charge of various jobs were observed, for which the ergonomic checklist, photographic evidence and observation that allowed the elaboration of a detailed analysis that allowed us to establish the most appropriate intervention strategies that benefit not only these personnel, but also the other workers of the institution.

Key words: Analysis, ergonomics, work station, loads, repetitive movements, working conditions, danger.

INTRODUCCIÓN

Los desórdenes musculoesqueléticos, son catalogados como una de las alteraciones más frecuentes que afectan de manera significativa la funcionalidad de los trabajadores a nivel global, la economía de un sin número de empresas y los sistemas de salud. Es por ello que se hace necesario reconocer que los problemas de salud abarcan desde pequeñas molestias y dolores de cuadros agudos a más graves que de una u otra manera obligan a solicitar la baja laboral e incluso a recibir tratamiento médico, en los casos más crónicos pueden dar como resultado una discapacidad y hasta llegar al abandono del trabajo.

La mayoría de estos desordenes se encuentran relacionados con el diseño del puesto de trabajo, la organización de trabajo, e influyen factores personales como la obesidad, el sedentarismo y el tabaquismo. Todo ello desencadena a lo largo del tiempo múltiples afecciones que afectan la productividad de una persona.

Entre estos están las causas físicas y los factores de riesgo organizativos donde se incluyen las manipulaciones de carga, movimientos repetitivos o forzados, posturas estáticas, vibraciones, inadecuada iluminación, estar de pie o sentados durante mucho tiempo, temperaturas etc.

Por otro lado, se tienen las condiciones de carga física

predisponentes a desórdenes musculoesqueléticos, es decir; las condiciones de cómo se desempeña el hombre en su lugar de trabajo; estas, representan un factor desfavorable que repercute de manera directa y negativa al medio laboral y facilitan la aparición de diferentes trastornos. Las condiciones ergonómicas más evidentes en los puestos de trabajo son: las posturas forzadas, los movimientos repetitivos y la manipulación de las cargas.

Dichas condiciones, deben ser estudiadas como un síndrome complejo y de múltiples causas que requieren de vigilancia epidemiológica, ya que pueden representar un riesgo o amenaza a la salud de los colaboradores. Por lo que puede traer como consecuencia una ineficiente tarea que impide el desempeño óptimo de las labores del mismo. Es por ello que la prevención del efecto de las condiciones disergonómicas de los puestos de trabajo deben enmarcarse desde la gestión de Seguridad y Salud en el trabajo desde la identificación de los peligros y valoración de los riesgos priorizando el nivel de intervención según casos o no casos, prevalencia e incidencia de los mismos.



Fuente: Elaboración propia.

Con el análisis ergonómico del puesto de trabajo del personal de

servicios varios del colegio IETI COMUNA 17 lo que se pretende es una exhaustiva observación, de la situación real en la que los colaboradores realizan sus tareas. La observación metodológica debe orientarse hacia una cuantificación sencilla y comparativa del nivel de importancia que cada peligro tiene sobre el sistema hombre - puesto de trabajo y conocer los diferentes riesgos a los que están expuesta esta población y según los hallazgos proponer acciones preventivas y correctivas que disminuyan la aparición de contingencias laborales, lo cual influye en la productividad, la motivación y satisfacción de los colaboradores.



Fuente: Elaboración propia.

METODOLOGÍA

Este estudio se fundamentó en una investigación de tipo cualitativo, con un método inductivo: observacional y de análisis, en donde se obtienen conclusiones generales a partir de premisas particulares, la observación de los hechos, la clasificación y estudio de estos hechos, la derivación inductiva y la contrastación.

La muestra total fue de 6 colaboradores del área de servicios varios del colegio IETI comuna 17 de la ciudad de Santiago de Cali, a los cuales se les aplico el instrumento (Cuestionario y lista

de verificación ergonómica) para generar estrategias de intervención para darle solución a la problemática encontrada del personal de servicios diarios del escenario investigado.

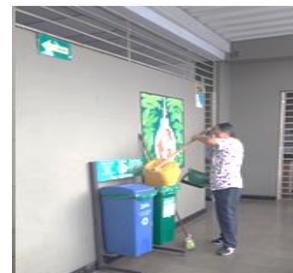
Se tomaron además, fuentes de información de revisiones bibliográficas, libros y referentes que describían a la normatividad de la Seguridad y Salud en el trabajo en Colombia, a su vez se extrajo información de la página oficial del Colegio IETI comuna 17.



Fuente: Elaboración propia.

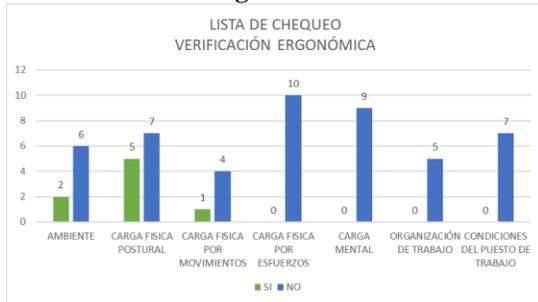
RESULTADOS

Objetivo 1: En el siguiente apartado se describe los resultados de la lista de verificación ergonómica de 5 de los 6 colaboradores de la muestra total que coinciden en los resultados. En el cual se describen aspectos de ambiente, carga física postural, carga física por movimientos y esfuerzos, carga mental, organización de trabajo y condiciones de puesto de trabajo.



Fuente: Elaboración Propia.

Grafico 1. Lista de Chequeo, Verificación Ergonómica



En los aspectos relacionados con el ambiente, los trabajadores refieren fallas en las variaciones extremas de temperatura.

Según la carga física postural evaluada, los trabajadores presentaron varias falencias en cuanto a las acciones ejecutadas por estos trabajadores durante el desarrollo de su tarea.

De acuerdo a la carga física por movimientos se encontró que los trabajadores evaluados presentan repetitividad de movimientos similares y rápidos, en tronco, miembros superiores y espalda.

De acuerdo los resultados, los trabajadores presentaban carga física por esfuerzo, por manipulación, levantamiento y desplazamiento de cargas, que implican torsiones e inclinaciones de tronco que generan fatiga.

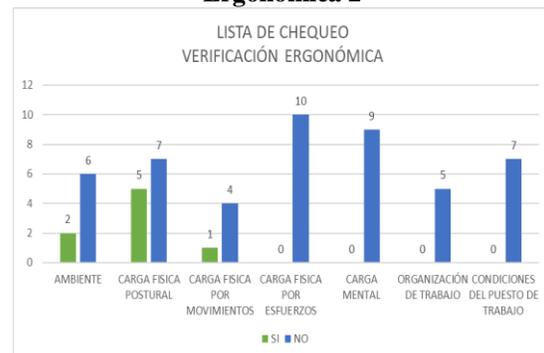
Con referencia a los resultados, los trabajadores evaluados presentaban una carga mental a causa de la velocidad

en el momento de ejecutar sus tareas y por presentar un alto riesgo de accidentalidad por la manipulación de herramientas de trabajo.

De acuerdo a la organización del trabajo, los trabajadores que se evaluaron no presentaban deficiencias en la organización del trabajo ya que no estaban expuestos a una jornada laboral de las de 8 horas diarias, no realizaban horas extras de jornadas de trabajo, no existe rotación en los turnos, pueden descansar y no se impone un ritmo de trabajo.

En el siguiente apartado se describen los resultados de la lista de verificación ergonómica, de la trabajadora que refirió resultados diferentes al resto de la muestra por tener presentar restricciones medicas laborales, se tuvieron en cuenta los mismos aspectos a evaluar que se describen a continuación:

Grafico 2. Lista de Chequeo, Verificación Ergonómica 2



Entre los aspectos relacionados con el con el ambiente, la trabajadora

refirió una falla: las variaciones extremas de temperatura.

Con relación a la carga física postural se logró identificar que esta trabajadora presenta poca carga física ya que no realiza las funciones que le corresponden por su condición de salud.

En cuanto a la carga física por movimientos, esta trabajadora presentó deficiencia en la repetitividad de movimientos, debido a la cantidad de tareas que debe realizar en reemplazo de sus funciones específicas de su puesto de trabajo.

Las tareas realizadas por la trabajadora evaluada, no presentan una carga física por esfuerzos.

La trabajadora evaluada no presentó carga mental en su puesto de trabajo.

En cuanto a la organización del trabajo, la trabajadora evaluada no presenta ninguna falla.

En cuanto a las condiciones de trabajo, la trabajadora evaluada presenta condiciones adecuadas.



Fuente: Elaboración Propia.

Objetivo 2. Estrategias de intervención. Para mitigar los daños causados por las inadecuadas condiciones de trabajo se hace imprescindible llevar a cabo una serie de estrategias que permitan que los trabajadores mejoren su calidad de trabajo y por lo tanto protejan y cuiden su salud de una manera sana, completa a e integral. Estas son:

Descripción de estrategias de intervención.
-Implementar un programa llamado “Promoviendo el bienestar físico y mental de los trabajadores” que busque minimizar los factores de riesgos y los causantes de las principales patologías musculo esqueléticas que se generan en el Colegio IETI COMUNA 17.
-Promover el ejercicio, el acondicionamiento físico y estimulación mental en los trabajadores, con el fin de generar un espacio de esparcimiento, procurando combatir el estrés y mejorar la salud. Esta actividad se realizará en otras instalaciones fuera del colegio y en horarios no estudiantiles.
- Programar una “semana de la salud” tres veces en el año, con el fin de proporcionar un espacio destinado para actividades que permitan a los trabajadores conocer sus condiciones de salud e informarse acerca de la prevención de diferentes enfermedades crónicas no transmisibles, jornadas de vacunación y de charla educativas que les permitan conocer los riesgos laborales.
- Proponer un programa llamado “estilos de vida y trabajo saludable” en donde principalmente se oriente y se intervenga a los colaboradores dentro del puesto de trabajo, la organización del mismo, acciones y comportamientos más saludables que tengan como fin ayudar a prevenir a minimizar las molestias o sintomatologías musculo esqueléticas.

-Fomentar en el Colegio un programa llamado “más trabajadores sin dolor” con el fin de dejar en claro que el dolor es de origen multifactorial e incapacitante que a medida que se intensifica y se vuelve crónico hace que el trabajador se ausente o no se sienta en condiciones para laborar.

Fuente: Elaboración Propia.

DISCUSIÓN.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se constata que el trabajo es un factor importante en la vida de las personas, ya que representa el pilar de su condición económica, conseguir una identificación social y sentido de pertenencia, además del bienestar al permitir el desarrollo humano a partir de la adquisición y potenciación sus habilidades (Tomasina, 2010).

Por su parte, la salud en el trabajo es una situación compleja y multifactorial, por lo que puede en muchas ocasiones estar comprometida, dado que está en función de la interacción de aspectos psicológicos, organizativos, médicos, sociales y económicos que abarcan no solo un entorno laboral sino también por fuera de éste, y cuyo resultado conlleva a la presencia o no en su puesto de trabajo (Sánchez, 2015).

Ahora bien, con referencia a los resultados obtenidos en la lista de verificación ergonómica se observa como las condiciones de trabajo relativas a los puestos de servicios varios, suelen conllevar una serie de riesgos comunes que pueden llegar a afectar la salud de los trabajadores si no se adoptan las medidas

preventivas adecuadas. A su vez, estudios coinciden en que los riesgos, que implican labores de servicios varios, en general incluyen a las manipulaciones manuales de cargas (cubos de basura, bolsas de basura, transporte manual de maquinaria, desplazamiento de mobiliario u otros obstáculos) para la más adecuada realización de las tareas. Igualmente, se destaca el mantenimiento de posturas forzadas, es decir, aquellas que implican forzar de manera excesiva las articulaciones (para limpieza de una superficie elevada) o el mantenimiento durante periodos prolongados de una flexión de las articulaciones (para limpieza de zonas bajas y poco accesibles) (E&L, 2013).

En este mismo sentido, según (Mutual, 2008), la mayoría de los accidentes en trabajadores de servicios varios, se deben a sobreesfuerzos físicos y caídas (tanto al mismo nivel como desde una altura) y, además, estas causas de accidente se dan con mayor frecuencia que en el sector servicios y en la totalidad de sectores.

Lo anteriormente citado, coincide con los resultados hallados en la lista de verificación ergonómica, pues los trabajadores evaluados presentan sintomatología similar a lo encontrado en la bibliografía. Se resalta además, que la sintomatología exceptúa a la trabajadora que presenta restricciones medico laborales, por lo cual se evidencia en la organización (Colegio) ya hay presencia o

indicios de una enfermedad laboral que si no se atiende efectivamente con estrategias eficaces generaran alto costos derivados del ausentismo laboral.

En síntesis, es importante tener en cuenta que las personas permanecen gran parte de sus vidas participando de actividades laborales, trayendo consigo todos sus hábitos, costumbres y estilos de vida que, inevitablemente influyen positiva o negativamente en su salud. Para minimizar el impacto y la incidencia de estos hechos, las empresas comienzan a relacionarse profundamente en la implementación de medidas que favorezcan ampliamente a los trabajadores, entre las que destaca los programas de promoción de la salud en el ambiente laboral, el cual se fundamenta en crear medidas, fuera de las establecidas legalmente, que signifiquen una participación activa de la organización, los trabajadores, su familia y la sociedad que potencien el bienestar del trabajador no solo enfocándose en las medidas necesarias frente a seguridad y salud en el trabajo sino en cuanto a sus necesidades y la percepción del trabajo y el puesto en el que lo desempeña (Agencia Europea para la seguridad y salud en el trabajo, 2010).

Debido a lo mencionado anteriormente y desde una perspectiva laboral es necesario la puesta en marcha de estrategias eficaces, para minimizar la tasa de incidentes, accidentes y enfermedades de origen laboral siendo el

fundamento y un reto al cual se enfrenta la Seguridad y Salud en el Trabajo, definida según la Ley 1562 de 2012 de Colombia como “aquella disciplina que trata de la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo, y de la protección y promoción de la salud de los trabajadores”. Puesto que el diseño de estos programas, resultarían vitales para hacer de los entornos laborales saludables, logrando motivación, espíritu de trabajo, satisfacción, calidad de vida y aumento de la productividad.

De la misma manera, favorecerá la realización de políticas y actividades estratégicas de control de la salud tanto de empleados como de empleadores. Cabe agregar que, si bien el campo de acción de la Seguridad y Salud en el Trabajo es específicamente el ámbito laboral es importante reconocer todas las esferas que influyen cotidianamente en el colaborador y trascender las acciones de promoción y prevención hacia los demás factores que lo influyen.

CONCLUSIONES.

- En la presente investigación se encontró que todas las personas evaluadas presentan peligros biomecánicos y físicos, teniendo en cuenta las labores que este personal debe realizar como auxiliares de servicios generales.

- Lo que permite un análisis ergonómico es determinar el nivel de importancia que cada factor de peligro

tiene sobre el sistema hombre - puesto de trabajo con el fin de identificar y priorizar las posibles intervenciones de solución o, en caso contrario, determinar la importancia de realizar un estudio ergonómico a profundidad.

- El medio ambiente de trabajo debe tomarse en cuenta en el momento de analizar el puesto de trabajo, ya que señala el lugar donde se lleva a cabo la actividad y permite clasificar los riesgos según su naturaleza.

- Es importante que las empresas cuenten con la información brindada en esta investigación, ya que desde el área directiva y administrativa pueden implementar estrategias de prevención de enfermedades musculo esqueléticas y por lo tanto, promover la salud de los trabajadores.

- Con el desarrollo de esta investigación se logrará que el colegio en un futuro pueda tomar decisiones ante los procesos e implementación de programas de salud laboral, vigilancia epidemiológica y por ende, disminuir las afectaciones del servicio y aumentar la productividad de la institución.

- De acuerdo a la encuesta realizada a la población objeto de estudio, se logra establecer que la edad promedio de estos es de 53 años; en cuanto a sus habilidades son trabajadores muy versátiles que cumplen a cabalidad sus tareas aun sin contar con los implementos necesarios,

las comodidades y las condiciones adecuadas en sus puestos de trabajo.



Fuente (Página oficial del colegio 2018).

RECOMENDACIONES

- Se recomienda por esto mismo la modificación de estas (escobas, trapeadores, recogedor). Aumentando su altura según lo requiera el trabajador, para evitar la postura en flexión del tronco.

- Se recomienda proporcionar carros adecuados para la basura. En general es preferible empujar una carga de frente que arrastrarla de espalda, no solo porque los esfuerzos en la espalda son menores, sino también por problemas de seguridad.

- Formación en manejo manual de cargas y técnicas para realizar fuerzas (empujar y mover objetos pesados).

- Programa de ejercicios de estiramiento y calentamiento (pausa activa).

- Uso de elementos disponibles para alcances lejanos: extensores de mango, escaleras etc.

- Entrenamiento sobre las posturas y movimientos que se deben evitar en cuanto al desempeño de las tareas.

- Se recomienda continuar con un seguimiento de intervención, en los casos de desórdenes musculoesqueléticos destacados, para tratar de disminuir el impacto de su enfermedad en las labores productivas; sin disminuir su calidad de vida.

- Tener en cuenta las habilidades de cada uno de los trabajadores y realizar intervención psicológica para el manejo de sus emociones además brindar cursos de poca intensidad sobre el manejo de sistemas.

BIBLIOGRAFÍA

- Agencia europea para la seguridad y salud en el trabajo (2010). Promoción de salud y prevención de la enfermedad en el trabajo. Madrid – España. Pp. 11-15.

- Alcaldía de Bogotá. Ley 1562 de 2012. (En línea).

- Fuentes (2013). Riesgos laborales específicos del sector de la limpieza. *Empresa y limpieza*. (En línea).

- Mutua. (2018). Manual de prevenciones de riesgos laborales en actividades de limpieza. Barcelona – España. Pp. 5-8.

- Sánchez, D.C. (2015). Ausentismo laboral: una visión desde la gestión de la seguridad y la salud en el trabajo. *Revista Salud Bosque*, 5 (1): 43-54.

- Tomasina, F. (2010). Los problemas en el mundo del trabajo y su impacto en salud. Crisis financiera actual. *Revista de salud pública*, 14 (1): 56-67.