



DETECTAR LA PRESENCIA DE RIESGOS ERGONÓMICOS Y APLICAR LA REALIZACIÓN DE PAUSAS ACTIVAS A LOS INTEGRANTES DE LABORATORIO DE LA MULTINACIONAL BAYER S.A EN EL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE AGOSTO A NOVIEMBRE DEL 2008

TO DETECT THE PRESENCE OF ERGONOMIC RISKS AND TO APPLY THE ACCOMPLISHMENT OF ACTIVE PAUSES TO THE LABORATORY MEMBERS OF THE MULTINATIONAL BAYER S.A IN THE PERIOD INCLUDING BETWEEN AUGUST TO NOVEMBER, 2008

Mónica Eliana Pérez Téllez

Carmen Lizeth Varón Rosero

RESUMEN

En la multinacional Bayer S.A se realizó una investigación basada en detectar la presencia de factores de riesgos ergonómicos y aplicar la realización de pausas activas a los trabajadores del área de laboratorio. Donde se reconoció factores de cargas estáticas, factores de cargas dinámicas, cargas mixtas, factores de riesgos contaminantes del ambiente, como el riesgo químico ya que para el personal de laboratorio los productos químicos son los implementos de trabajo de primer nivel para su desempeño entre otros está el factor de riesgo de sobrecarga física donde está el factor disergonómico, ya que estos trabajadores prácticamente se ven obligados a trabajar de pie casi toda su jornada laboral.

Por esta razón fue que decidimos llevar a cabo la realización de nuestro proyecto el cual incluye detectar el panorama de riesgos que atenta con la salud o bienestar de los trabajadores y plantear un programa de pausas activas el cual se diseñó por días de semanas donde un día se llevara a cabo los calentamientos y otros días los estiramientos.

Con este programa se pretende contribuir a mantener o mejorar la salud del personal de laboratorio y del mismo modo se contribuye a mejorar la calidad o desempeño del trabajador.

Palabras claves

Ergonómicos, pausas activas, cargas estáticas, cargas dinámicas contaminantes del ambiente, factores de riesgos, programa.

ABSTRACS

In the multinational Bayer S.A I realize an investigation based in detecting the presence of factors of ergonomic risks and applying the accomplishment of active pauses to the workers of the laboratory area. . Where were recognized factors of static charges, factors of dynamic loads charges, mixed loads charges, factors of pollutant risks of the environment, as the chemical risk since for the laboratory personnel the chemical products are the implements of work of the first level for his performance between others this one producing factores of risk of physical overcharge this where the factor disergonomico, since these workers practically meet obliged to work of foot almost all his labour day.

For this reason it was that we decide to go there is end the accomplishment of our project which includes to detect the panorama of risks that commits an outrage with the health or well-being of the workers and to raise a program of active pauses which I designate for days of weeks where one day was carrying out the warmings and other days the stretchings.

With this program the health of the laboratory personnel is tried to help to support or improve and in the same way one helps to improve the quality or performance of the worker.

Key words

Ergonomic, Active pauses, static charges, dynamic charges, pollutant of the environment, factors of risks, Program.

INTRODUCCION

En Colombia, la equidad ha adquirido creciente importancia como principio orientador de las acciones de salud. Teniendo en cuenta que la ergonomía forma parte hoy día de la prevención de riesgos profesionales en una fase desarrollada y se tiende a integrar dentro de la gestión de la empresa, interconectando los aspectos de la calidad de los servicios, la eficiencia de las tareas y las propias condiciones de trabajo.

La ergonomía parte de un principio de congruencia básica, cada vez más asumido, por la gerencia empresarial, según el cual trabajar bien implica trabajar a gusto en el más amplio sentido de la palabra.

Aun no existe un único procedimiento, la actuación económica está en todos los casos orientada al ajuste entre las exigencias de las tareas y las necesidades y posibilidades de las personas, respecto a las dimensiones físicas, psicológicas y organizacionales del trabajo.

Por ello, las variables ergonómicas incluyen los ámbitos de la configuración física, la configuración lógica y la configuración organizacional de las condiciones de trabajo.

La actuación ergonómica debe contemplarse como la resultante de las interacciones entre estos dominios, más que una mera agregación de acciones puntuales

sobre las condiciones de trabajo, y debe contar desde la proximidad conceptual de los proyectos hasta la proximidad física de los usuarios de los sistemas de trabajo.

Esto significa que para actuar en ergonomía es conveniente, casi imprescindible la existencia de un programa que no solamente contemple aspectos técnicos y metodológicos, sino que defina y genere las condiciones favorables en la empresa, en aspectos tan tangibles, pero tan determinantes, como el contrato psicológico del trabajo. El contrato psicológico se refiere al conjunto de expectativas mutuas que se establece entre las distintas personas dentro de una organización respecto al os planteamientos de la dirección, administración y gestión de la empresa. Se incluye aquellas expectativas relacionadas con la posibilidad de satisfacción de algunas necesidades personales, el control y la confianza mutua, la posibilidad de formalización de compromisos estables, etc.

Estos aspectos implican en la práctica consideraciones importantes relacionadas con (el rol del usuario) de los sistemas, que viene a reconocer la evidencia de quien mejor puede conocer e informar de las limitaciones del trabajo es el propio trabajador. La ergonomía hace parte en la facilitación del trabajo.¹

PROPUESTA METODOLOGICA

TIPO DE ESTUDIO

DESCRIPTIVO.

DESCRIPTIVO. Estamos demostrando de una forma descriptiva las falencias que presenta la empresa de Bayer S .A en el campo de la salud ocupacional ya que la ergonómica del trabajador no se tiene en cuenta por parte de los encargados. Esto fue tomado

de los 16 trabajadores que laboran en el área de laboratorio.

ENFOQUE

Cualitativo, porque se describirán los factores de riesgo más frecuentes en esta población. Con lo cual se quiere conseguir o demostrar que si existe alteraciones osteomusculares de gran importancia y con mucha frecuencia entre los trabajadores expuestos a movimientos mal practicados y al no tener un diseño ergonómico en su sitio de labor. Teniendo en cuenta que son ellos mismos los que manifiestan de forma verbal e informal sus alteraciones musculares o enfermedades laborales al culminar la jornada de trabajo.

METODO

El método del trabajo de investigación es INDUCTIVO,

porque nos está indicado que es un proceso de conocimiento que inicia con observación de fenómenos particulares. Como son los casos sin reportar la presencia de las lecciones osteomusculares que

4.1 ANALISIS DE LOS RESULTADOS

Se identifican los riesgos a los que están expuestos los empleados del laboratorio de la multinacional BAYER a través de la observación directa y entrevista así:

Factores De Riesgo Contaminantes Del Ambiente:

Factores de riesgo químico, ya que se evidenció presencia de sustancias químicas y solventes orgánicos, que algunos de ellos son volátiles, los cuales afectan el medio

presenta el personal de laboratorio de la empresa.

DISEÑO

El diseño de investigación es no experimental porque no hay manipulación deliberada de las variables, ya que lo que se logró hacer fue una observación en el área de laboratorio donde los sujetos de estudio desempeñan sus funciones.

POBLACIÓN BENEFICIADA

- El personal de laboratorio
- La población beneficiada estuvo conformada por los químicos de los laboratorios donde son 4 hombres y 12 mujeres.

FUENTES DE INFORMACION

Fuentes Primarias

- Entrevista

Fuentes Secundarias

- Revisión Bibliográfica.
- Revisión y análisis información de la empresa.

ambiente del trabajador y de forma indirecta o directa la salud del trabajador cuando en algún momento no posea los elementos de protección adecuada para el tipo de sustancia utilizada o lo inhale por descuido, como sería dejar a un lado por un momento el uso de la mascarilla.

Se detectó por medio de la observación y la entrevista el riesgo químico a los que están expuestos todo este personal ya que son los materiales o sustancias químicas el producto o factor primario de trabajo los cuales muchos de ellos son de

tipo líquido, sólido, vapores, neblinas y aerosoles. Donde algunos de ellos son inflamables, irritantes, tóxicos; los cuales pueden ocasionar un incidente laboral o una enfermedad profesional a largo plazo.

Se informó a las personas encargadas de seguridad industrial sobre el riesgo químico en el laboratorio y nos argumentaron que el laboratorio posee un sistema de regeneración del aire acondicionado constante, y que todos los analistas están dotados de mascarillas de vapores, gafas y guantes de nitrilo, y a la fecha no se han reportado enfermedades laborales en consecuencias con los químicos utilizados en el laboratorio.

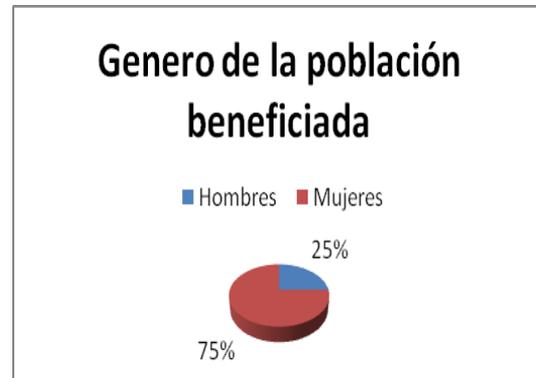
Factores De Riesgo Productores De Sobrecarga Física:

Factor de riesgo disergonómico, ya que gran parte del personal reporta molestia o fatiga muscular y presenta patologías osteomusculares, los cuales se caracterizan por posiciones inadecuadas del cuerpo tales como permanecer demasiado tiempo sentado, de pie o encorvado.

Se les practicó unas entrevistas a los químicos del laboratorio de la empresa donde cuenta con 12 mujeres y 4 hombres los cuales se encuentran entre las edades de 25 a 55 años. Para identificar el tiempo que duran de pie en la jornada laboral, el tiempo que duran en la misma posición y con qué frecuencia presenta la sensación de cansancio.

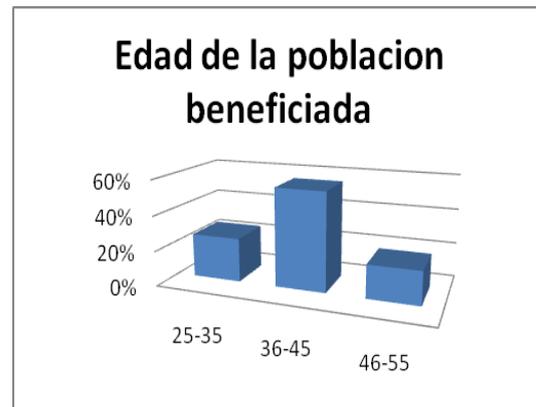
Con lo cual se obtuvo unos resultados interesantes de la sensación sentida por los trabajadores.

Grafica No 1 Género de la población beneficiada



El 25% de la población son hombres por lo tanto se alcanza a apreciar que el género femenino predomina siendo el 75% restante.

Grafica No 2. Edades de la población beneficiada



El 50% de los químicos del laboratorio de Bayer se encuentra entre las edades de 36 y 45 años.

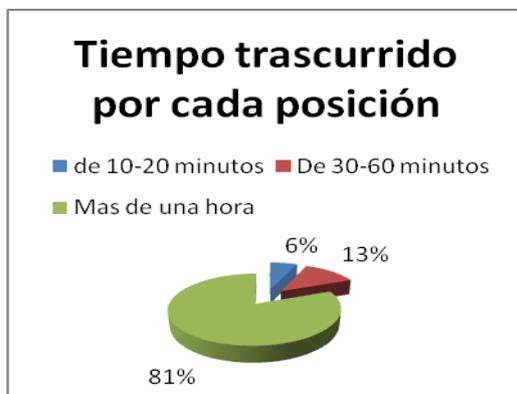
La información obtenida por medio de la edad y género es información valiosa a tener en cuenta para la realización de las actividades, los medios y mecanismos a utilizar para así tener en cuenta el grado de exigencia física.

Grafica No 3. Posición predominante en el trabajo



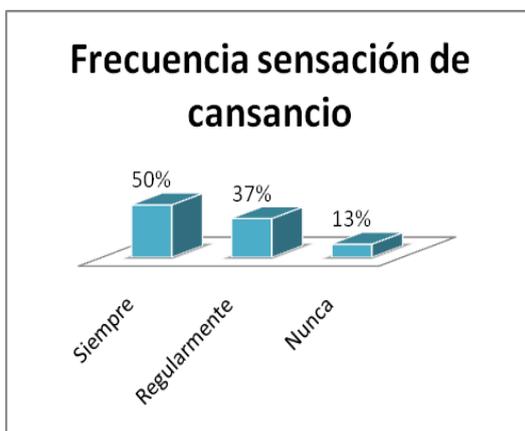
De las posiciones asumidas durante la jornada laboral se rebela que el 80% del personal asume una posición bípeda.

Grafica No 4. Tiempo transcurrido por cada posición



Los quimicos de laboratorio manifiestan que la posición de bipepo es optada por un tiempo mayor a 60 minutos.

Grafica No 5. Frecuencia sensación de cansancio



El 50% del personal manifiestan la presencia constante de cansancio, el 37% del personal presenta dolor ocasionalmente dependiendo de la carga laboral, el 13% dice no presentarlo ya que se rebelo la existencia de 2 trabajadores que realizan deporte despues de la jornada laboral (gymnasio), se manifesto la falta de las pausas activas, pues argumentan la falta de tiempo en la jornada laboral.

En particular una de las graficas deja ver que el 80% del personal de laboratorio permanece de pie por más de 1 hora cumpliendo con sus labores cotidianas en la zona de laboratorio, lo que conlleva a problemas de irrigación sanguínea a Miembros Inferiores, cansancio, fatiga y dolor, entre otros desordenes musculo esqueléticos.

Además esta posición contribuye a que la gran mayoría de los trabajadores manifiesten presencia de sensación de dolor osteomuscular; esta manifestación se hace más evidente en el género femenino entre las edades más avanzadas ya que estas son las personas que llevan más tiempo laborando en la empresa, y nunca han tenido una cultura de pausas activas. El género masculino son de edades menores de 36 años y el 50% son deportistas y dicen no revelar dolores ni durante ni después de la jornada laboral, mientras que el 50% restante argumenta dolores ocasionalmente.

Se detectó que el personal de laboratorio no poseen un programa de pausas activas; por tal motivo se realizó unos folletos instructivos y educativos los cuales se repartieron entre ellos; ilustrando diferentes Ejercicios de estiramiento a nivel lumbal, cervical, dorsal y de

miembros superiores e inferiores para que se realicen 2 veces durante la jornada de trabajo, por un espacio de 10 minutos.

Con la elaboración de las graficas como resultado de la entrevista nos damos cuenta de que los trabajadores se exponen a posturas incomodas por largos periodos, que son personas sedentarias y ademas no realizan pausas activas.

Se diseño el programa de pausas con el fin de mejorar las condiciones de salud de algunos trabajadores de laboratorio ya afectados y prevenir las lesiones de quienes no se encuentran con problemas osteomusculare

El programa de pausas activas puede ser definido como un conjunto de actividades físicas técnicamente diseñadas para ejercitar el cuerpo y la mente en periodos cortos de tiempo dentro la jornada laboral, activando la circulación, la oxigenación cerebral, la respiración, los músculos y la energía.

Justificación

Las causas de los accidentes laborales y de las enfermedades profesionales son muchas, entre ellas podríamos citar algunas como : Equivocación en la elección de la persona indicada para el desempeño del oficio requerido, Falta de entrenamiento en el puesto de trabajo, Ausencia de programas de capacitación, Falta de motivación, Mal diseño de las herramientas y puestos de trabajo, No suministro de elementos de protección personal, estrés laboral y monotonía de la tarea entre otras.

Se podrían identificar múltiples causas y las posibles soluciones de acuerdo al problema pero para combatir el estrés laboral, la fatiga física y mental se ha diseñado el programa de Pausas Activas.

RECOMENDACIONES

- Implementar reuniones, talleres o foros donde se desarrolle el tema de promoción y prevención de la salud en la empresa.
- Diseñar estrategias para hacer del trabajo un ambiente laboral seguro.
- Elaborar un programa de factores de riesgos para los trabajadores que pertenecen al área química.
- Implementar pausas activas para así prevenir alteraciones osteomusculares.

CONCLUSIONES

- Según los resultados de esta investigación nos demuestra que no en todas las empresas tienen como lema que el trabajador es lo más importante ya que tan solo con la observación pudimos darnos cuenta que las condiciones de los implementos y lugares de trabajo no son los más adecuados para evitar lesiones osteomusculares es decir no es ergonómico es por esto que consideramos que el personal que labora en la zona de laboratorio, son trabajadores que necesitan de un diseño e implementación de un programa de actividad física y educación en salud física que sirva para la prevención de desordenes musculo esqueléticos.

- Ya que se ve que ellos son personas donde la gran mayoría desconoce lo referente a la ergonomía y las pausas activas puesto que son seres cerrados en su profesión y no toman tiempo para darse cuenta que tan solo con los ajustes inadecuados de sus cuerpos por permanecer en una misma postura por tiempo prolongado pueden ocasionar daños irreparables
 - Esto se puede lograr si se toma en cuenta que los trabajadores presentan un diagnostico alto en la presencia de la cervicalgia al terminar su funciones laboral.
 - Con esto se puede lograr un mejor rendimiento en la producción de la empresa y evitar el ausentismo laboral ya que en este personal es de un porcentaje alto, y proponer actividades como ejercicio físico o pausas activas al menos 2 veces en la jornada laboral durante 10 minutos para evitar la morbilidad en el personal.
- riesgos laborales, Edición tres, Editorial Tébar, S.L Madrid España, 2002.
4. Ladou Joseph, Medicina Laboral y ambiental, Editorial Manual Moderno México, Edición segunda, 1999.
 5. Organización mundial de la salud. Carta de Ottawa para la promoción de la salud. Primera conferencia Internacional de la salud. Ottawa, Canadá, 1956.

BIBLIOGRAFICAS

1. Velázquez Farrer Francisco, Lozano Minaya Gilberto, Escalante Niño José- Manual de ergonomía Fundación Mapfre, Editorial Mapfre, S.A, 1995.
2. Benavides G. Fernando, Frutos Ruiz Carlos, García García Ana- Salud Laboral conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales, Editorial Masson, SA. Barcelona, Paris 1997.
3. Díaz Cortes María José, Seguridad e higiene del trabajo técnicas de prevención de