

CHARLAS DE 5 MINUTOS



MEDVIDA
SALUD OCUPACIONAL



ERGONOMÍA

 WWW.MEDVIDASALUD.COM

Los objetivos centrales de esta charla abarcan diversos aspectos fundamentales relacionados con la ergonomía. En primer lugar, nos enfocaremos en comprender a fondo la definición y el alcance de la ergonomía, explorando cómo esta disciplina se enfoca en el diseño de entornos laborales que se ajusten mejor a las capacidades y necesidades humanas. Además, examinaremos las consecuencias perjudiciales que pueden derivarse de un diseño ergonómico deficiente, analizando cómo puede impactar en la salud, la productividad y el bienestar general de los trabajadores.

Otro aspecto clave será explorar en detalle los componentes esenciales de un programa ergonómico efectivo. Esto incluirá el estudio de las mejores prácticas y metodologías para la implementación de programas ergonómicos exitosos en entornos laborales, destacando cómo la planificación preventiva y la adecuada configuración de espacios pueden contribuir no solo a la salud y seguridad de los empleados, sino también al aumento de la eficiencia y la calidad en el trabajo.



- 1 La ergonomía es la ciencia que intenta diseñar el lugar de trabajo de tal manera que las capacidades de los trabajadores no sean sobre utilizadas.
- 2 Históricamente el enfoque ha estado en el diseño de maquinaria, equipos y procesos, en vez de la persona que realiza el trabajo.
- 3 Los humanos tienen limitaciones y cada persona es diferente de otra (por ejemplo: cuán rápido puedes correr, qué tanto peso puedes levantar, etc.)
- 4 La gente además viene en todos los tamaños y formas, por lo cual el concepto de “una talla sirve para todos” raramente funciona.



ERGONOMÍA

CONSECUENCIAS DE LAS INCOMPATIBILIDADES ENTRE EL TRABAJADOR Y SUS TAREAS



- 1** Incapacidad para realizar el trabajo.
- 2** Desempeño reducido – incremento de desperdicios ó repeticiones.
- 3** Lesiones personales ó enfermedades, tales como:
 - A** Torceduras/dislocaciones.
 - B** Lesiones de columna.
 - C** Acumulación de desórdenes traumáticos.
 - D** Sobre-esfuerzos.
- 4** Ausentismo, alta rotación, estrés, aniquilamiento por trabajo.
- 5** Incremento en los costos de seguros.
- 6** Algunos números claves para recordar:
 - A** Las lesiones y enfermedades relacionadas con la ergonomía se están convirtiendo rápidamente en el problema número uno de salud relacionada con el trabajo.
 - B** Las lesiones de columna son la segunda causa principal de ausentismo (sólo superadas por el resfriado común) y son responsables del 40%-60% de los costos por enfermedades/lesiones ocupacionales.

ERGONOMÍA

¿QUE DEBE INCLUIR UN PROGRAMA EFECTIVO DE ERGONOMÍA?



Un programa exitoso de ergonomía normalmente incluye los siguientes componentes principales:

- 1 Compromiso gerencial:** La gerencia debe reconocer que estos hechos son reales y proveer los recursos necesarios para controlar los riesgos de manera efectiva.
- 2 Compromiso del empleado:** Los trabajadores deben ayudar a identificar y controlar los riesgos.
- 3 Análisis de los oficios:** Los procesos y equipos deben ser evaluados para buscar posibles problemas.
- 4 Prevención y control de riesgos:** Una vez que los riesgos han sido identificados, deben ser reducidos ó eliminados.
- 5 Manejo médico:** Un manejo médico efectivo de casos de ergonomía es esencial para restaurar la salud y la productividad del trabajador y reducir los costos.
- 6 Educación y entrenamiento:** La totalidad de los empleados necesita entender la ciencia de la ergonomía.

