

Escuela: E.P.E.T. N° 5

Docente: Díaz Leonardo Javier

Año: 6º 2^a Ciclo superior

Turno: Mañana

Área curricular: Proyecto Tecnológico

Título de la propuesta pedagógica: Estudio y aplicación de la ergonomía laboral

Los estudios ergonómicos

Para prevenir lesiones y enfermedades profesionales, las empresas realizan cada vez más estudios ergonómicos para conocer los factores de riesgo de cada puesto de trabajo y cómo su actividad laboral puede influir a corto, medio y largo plazo en su salud. A través de estos estudios es posible definir cuáles son las acciones ergonómicas más adecuadas para cada profesión, entorno laboral y lugar específico de trabajo. Por lo general, se precisa la intervención en tres áreas diferentes: espacios de trabajo, herramientas y cuestiones de organización y planificación de tareas.

Aplicación de la ergonomía en los trabajos de oficina

Las aplicaciones de las siguientes medidas de ergonomía, tanto a nivel físico como psicosocial, contribuyen a reducir enormemente los factores de riesgo en los trabajos de oficina:

Diseño adecuado de las instalaciones: locales, emergencias, climatización, iluminación y acondicionamiento acústico.

Condiciones ambientales correctas, cumpliendo en todo momento con los requisitos mínimos en materia de higiene y seguridad.

Correcta selección del equipamiento: sillas y mesas de trabajo, equipos informáticos, etc. En el caso del mobiliario, el cumplimiento de unos requisitos mínimos de calidad ergonómica permite prevenir una buena parte de las molestias de tipo postural, circunstancia que ocurre con gran frecuencia en las oficinas.

Elección de equipos informáticos adecuados, así como de los complementos necesarios es también un factor a tener en cuenta para prevenir alteraciones visuales o molestias.

A nivel de ergonomía psicosocial, es muy importante implantar una organización correcta de las tareas, evitando sistemas de trabajo que conducen a situaciones de estrés, desmotivación en el trabajo y otros problemas de naturaleza psicosocial.

Poner los medios necesarios para mejorar el bienestar y la salud de los trabajadores es siempre una inversión rentable para la empresa, puesto que es la forma más efectiva de aumentar la satisfacción y motivación de los trabajadores, lo que redunda en una mayor productividad y rentabilidad de los resultados de la organización.



Importancia y beneficios de la salud laboral

La salud laboral en el sentido amplio del término, tal como lo define la Organización Mundial de la Salud (OMS), no es solamente la ausencia de enfermedades, sino que se trata de un estado de completo bienestar físico, mental y social. Esto significa que al hablar de salud laboral no nos referimos exclusivamente a las afecciones o a las posibles enfermedades profesionales que puedan padecer los trabajadores, sino que se trata de un concepto mayor, directamente relacionado con el bienestar y la satisfacción en el puesto de trabajo.

Un concepto extenso y amplio

Precisamente en la amplitud del concepto de radica su gran importancia, puesto que la salud laboral es el principal nexo de unión entre el empleado y la empresa. Hay que tener en cuenta que los profesionales y empleados, es decir, el capital humano es el principal valor de las empresas y pieza imprescindible para lograr unos altos niveles de calidad y productividad.

El empleado que no se sienta cuidado y protegido ante los accidentes, ya que la salud laboral entraña directamente con la prevención de riesgos laborales, es muy difícil que se sienta satisfecho en su trabajo y con la suficiente sensación de bienestar. Y en estas circunstancias la motivación se resiente y baja la productividad y rentabilidad general de la empresa. La conclusión, por lo tanto, es muy clara: la salud laboral y la prevención de riesgos es un elemento imprescindible para que los empleados se encuentren satisfechos y motivados y, por consiguiente, sean productivos y rentables para las organizaciones. La importancia de la salud laboral es capital en un entorno empresarial como el actual, donde la ventaja competitiva es prácticamente imprescindible para la supervivencia de muchas empresas.

Los beneficios de la salud laboral

Como hemos visto, los beneficios de la salud laboral tienen un doble beneficiario: el propio trabajador y también el empresario, aunque en realidad también se podría incluir al conjunto de la sociedad. Son tantas las ventajas y beneficios de la promoción de la salud laboral y la prevención de riesgos desde las empresas, que la inversión que se pueda realizar en formación o medidas preventivas se recupera muy rápida y fácilmente. La siguiente lista recoge, únicamente, las ventajas más destacadas:

Se aumenta la productividad y rentabilidad de las empresas.

Se disminuye el absentismo laboral.

Mejora no sólo de la salud, sino también del bienestar y satisfacción de los trabajadores.

Se fomentan los vínculos y la fidelidad entre el trabajador y su empresa, evitando la rotación y reteniendo los profesionales con mayor talento.

Se mejora el clima laboral, la motivación y la participación.

Se mejora la imagen corporativa de la empresa tanto a nivel interno (entre los propios trabajadores) como externo (entre los clientes y la sociedad en general).

La sociedad en su conjunto se beneficia con una disminución de los costes sociales, sanitarios y de seguridad social, así como en concepto de indemnizaciones por accidente.

Para que los planes de salud laboral sean más efectivos, deben consensuarse con los trabajadores y sus representantes. De esta manera, se facilita la toma de medidas más eficaces,

efectivas y necesarias, al tiempo que se estrechan las relaciones entre la dirección de la empresa y los empleados.

Actividad:

- 1) Desarrolle un informe que simule su puesto laboral en la actividad que usted desee desenvolverse en un futuro y aplique el concepto de ergonomía para dicho puesto. Detallando de cómo debería ser su puesto para que cumpla con lo estudiado de ergonomía laboral, a su vez puede ayudarse con dibujos elaborados a mano o con imágenes que se refieran a la explicación.

Fecha de entrega 18/08/2020

Correo electrónico: proyectotecnologico62@hotmail.com

Director: Prof. Raúl López