

Gestión de la Ergonomía, ¿cuál es tu hoja de ruta?

Temas: Casos de empresa

Por : Ana Elvira Planas. Coordinadora Laboratorio de Ergonomía. Mutua Universal

Lectura estimada 3 minutos



Campaña 2020-2022 de la EU-OSHA

«Trabajos saludables: relajemos las cargas»

Afrontar los **trastornos musculoesqueléticos** (TME) relacionados con el trabajo mejora la vida de los trabajadores y revela sensatez desde el punto de vista empresarial.

Tras 30 años aplicando estrategias, campañas e iniciativas reglamentarias en la Unión Europea, los trastornos musculoesqueléticos (TME) relacionados con el trabajo no se han reducido. Sin embargo, más del 76% de las organizaciones de la UE reportaron haber efectuado evaluaciones de los riesgos musculoesqueléticos. Entonces, ¿cómo es esto posible?

Las claves las apuntábamos en el artículo [“Más del 80% de las estrategias para la prevención de los TME no funcionan, ¿por qué?”](#):

- Realizar las evaluaciones de riesgo ergonómico sólo tras un incidente (una lesión, una denuncia, etc.) en lugar de hacerlas de forma integrada durante el diseño del puesto de trabajo. Limitar las medidas ergonómicas a reducir la exposición al riesgo en lugar de eliminarlo en el origen.
- Llevar a cabo medidas “ergonómicas” sin validar ni revisar su efectividad. Son sólo algunos ejemplos.

Por resumir, digamos que estas disfunciones son posibles gracias a la gestión (o mejor dicho, a la no gestión) de la ergonomía. Así lo respaldan las conclusiones que arrojó el informe de la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo (EU-OSHA) sobre los TME relacionados con el trabajo [1], como presentación a su **Campaña 2020-2022 "Trabajos saludables: relajemos las cargas"**.

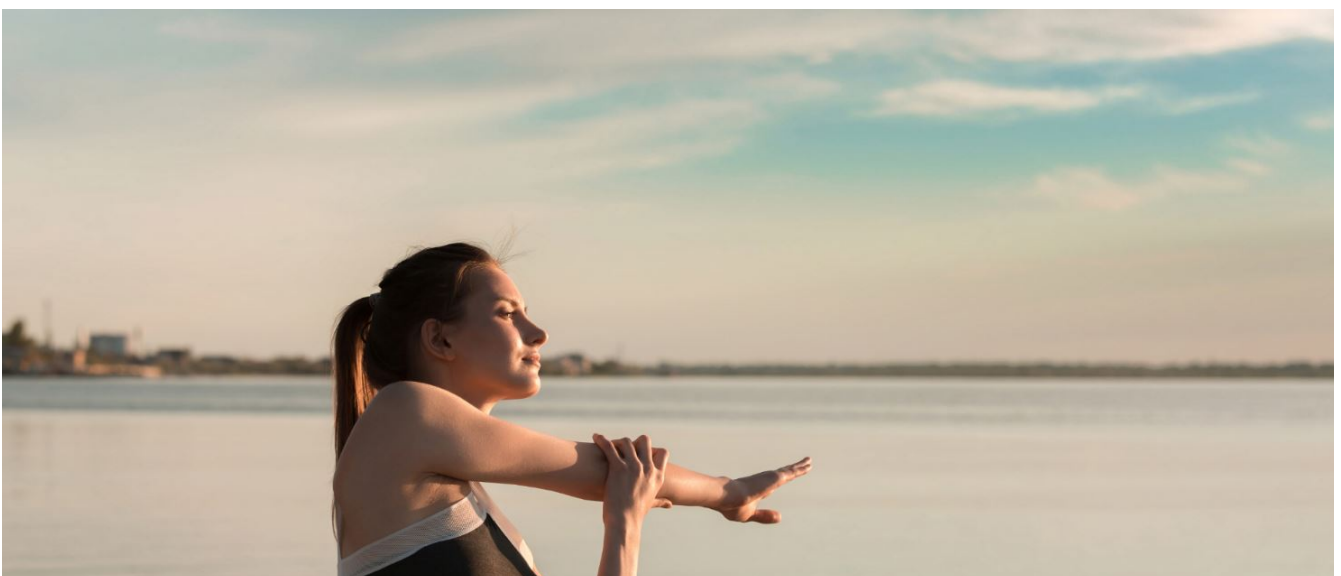
Dicha campaña que tiene como objetivo divulgar información acerca de los trastornos musculoesqueléticos e instar a que se adopte un enfoque integrado de la gestión de este problema en el ámbito laboral.

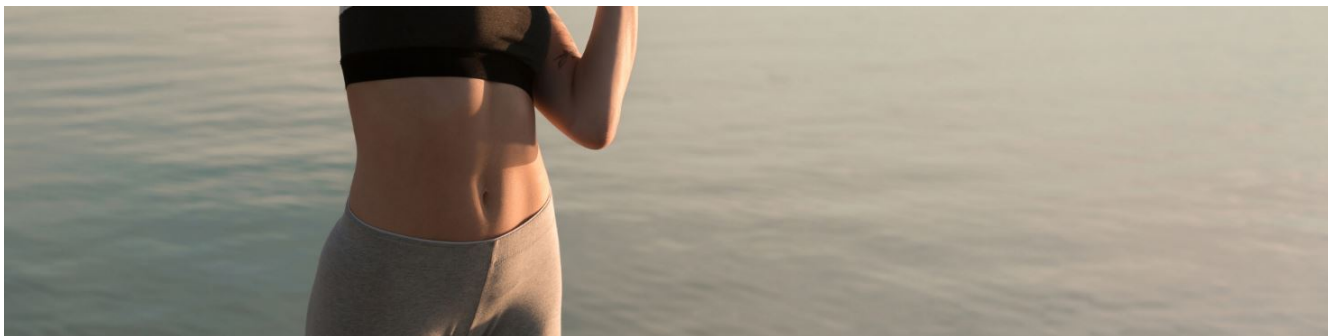
Al hilo de las cuestiones que plantea la EU-OSHA sobre las políticas y estrategias para la prevención de riesgos musculoesqueléticos, en general, ¿cómo se gestiona la ergonomía en nuestro país?, ¿se sigue una hoja de ruta?, ¿o más bien se realizan acciones puntuales?

Para saberlo, hemos efectuado una pequeña encuesta.

[1] Work-related musculoskeletal disorders: from research to practice. What can be learnt? European Agency for Safety and Health at Work, 2020.

¿Cómo se gestiona la ergonomía en las empresas de nuestro país?





En el marco de las actividades preventivas que Mutua Universal pone a disposición de sus empresas asociadas y personas trabajadoras autónomas adheridas para ayudar a difundir el conocimiento y la cultura en seguridad y salud, se ha realizado una encuesta a una muestra de las personas asistentes a las jornadas de orientación técnica “¿Cómo gestionas la Ergonomía? ¿Cuál es tu hoja de ruta?”.

Se trata de asistentes que han demostrado su implicación en la prevención de los riesgos laborales y en la mejora de las condiciones de seguridad y salud, por lo que los resultados pueden servirnos para tomar el pulso de cómo se gestiona la ergonomía en nuestro contexto y país.

- **El 62% de quienes participaron en la encuesta manifiesta que no emplean un sistema de gestión de la ergonomía para la prevención de los TME** en sus empresas. El 29% indican que sí emplean un sistema de gestión de la ergonomía y el 9% lo desconoce.
- **El 50% señalan que sus empresas no tienen definidos unos indicadores para valorar la siniestralidad por TME.** El 29% afirma tenerlos y que además disponer de seguimiento por parte de la dirección de la empresa. El 9% indica que dispone de índices, pero no existe seguimiento por parte de su dirección. El 12% desconoce si existen.
- **El 50% manifestaron que sus empresas no realizaban evaluaciones ergonómicas específicas.** Sólo el 44% las realizaba, mientras que el 6% de ellos lo desconocía.

Veamos ahora datos mayormente positivos.

- El 65% de las personas que participaron en la encuesta afirmaron que en sus empresas **se realizan programas o actividades de sensibilización sobre problemas de tipo musculoesquelético** como campañas de prevención de TME, buenas prácticas, higiene postural, ejercicios de estiramiento, pausas activas o rotaciones. El 35% asegura no realizar actividades de este tipo.
- Respecto a si **las personas trabajadoras participan de alguna manera en actividades para impulsar las mejoras ergonómicas**, como comunicados de riesgo, sugerencias, búsqueda de deficiencias y soluciones, etc. **el 71%** indicar que sí participa.
- El **79%** asegura que sus empresas llevan a cabo **intervenciones en los puestos de trabajo para mejorar sus condiciones ergonómicas**, mientras que el **73%** indica que **tienen en cuenta criterios ergonómicos en el procedimiento de adquisición de nuevos equipos o en el diseño de nuevos puestos de trabajo.**

Estos resultados nos llevan a pensar que, actualmente, se están realizando acciones para combatir los trastornos musculoesqueléticos, aunque en la mayoría de los casos, no se enmarcan dentro de una estrategia, de una **hoja de ruta** con una línea de actuación definida que aproveche las sinergias de todas las iniciativas llevadas a cabo en una empresa.

Por tanto, a pesar de las múltiples iniciativas que se desarrollan a nivel nacional y europeo y los recursos a disposición de las empresas, todavía queda mucho camino por recorrer. Desde Mutua Universal seguimos trabajando para la mejora de las condiciones ergonómicas de nuestras empresas asociadas así como de su salud musculoesquelética.

Una de nuestras actuaciones concretas en esta materia es la realización de jornadas divulgativas que **ayuda a las empresas en la creación de una hoja de ruta**, ofreciendo **consejos prácticos para gestionar el riesgo ergonómico** en el centro de trabajo de acuerdo a las pautas indicadas en la normativa ergonómica vigente.

Puedes consultar las próximas jornadas [aquí](#).

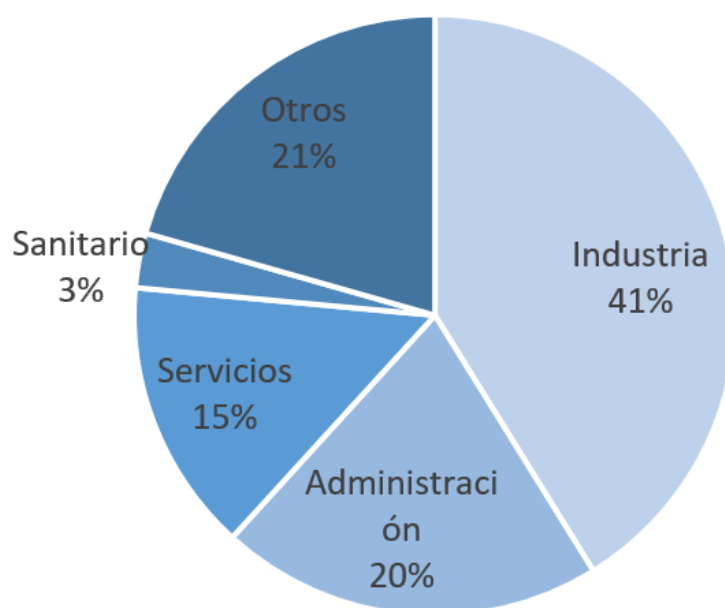


Fig. 1. Sectores de actividad de las empresas que participaron en la encuesta (n=34)

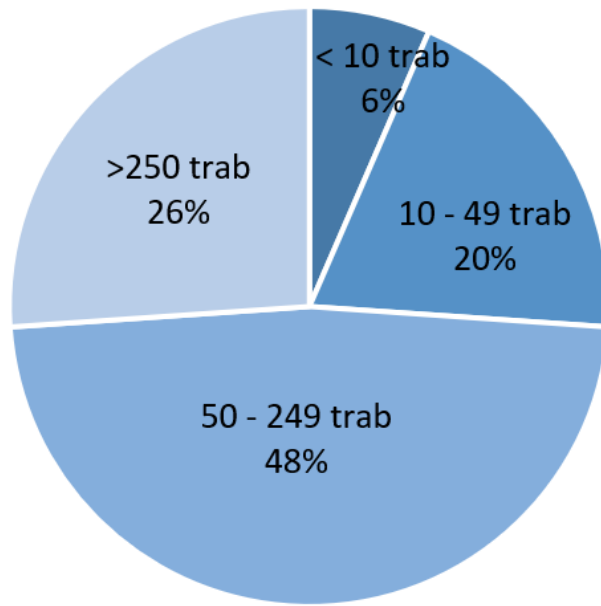


Fig. 2. Tamaño de las empresas asistentes

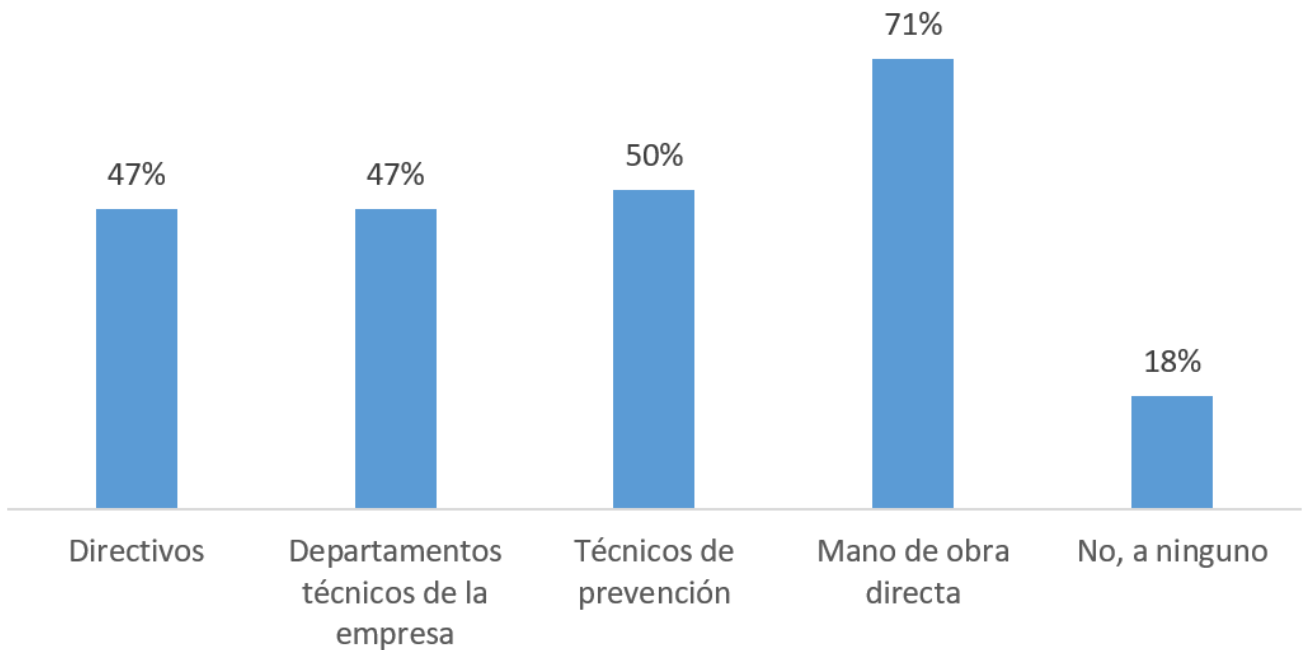


Fig. 3. Diferentes colectivos de las empresas encuestadas que reciben sensibilización y/o formación sobre prevención de TME (n=34)

Nuestros recursos

Mutua Universal asesora a sus empresas asociadas en materia de prevención de trastornos musculoesqueléticos desde hace 48 años. Desde 2002 cuenta con el Laboratorio de Ergonomía, centro especializado en el análisis de los TME de origen laboral y en la implantación de mejoras ergonómicas, asesorando a empresas asociadas sobre las soluciones más apropiadas y la manera de implementarlas en el lugar de trabajo.

Algunos de los recursos que han demostrado ser eficaces para reducir las lesiones musculoesqueléticas son los siguientes:

Programa para la reducción de la siniestralidad por trastornos musculoesqueléticos

</sites/webpublica/es/servicios/gestion-de-la-prevencion/programas-de-reduccion-de-la-siniestralidad/prog>

Líneas de trabajo del Laboratorio de Ergonomía

</sites/webpublica/es/servicios/gestion-de-la-prevencion/laboratorio/>

Metodología para la implantación de nuevas tecnologías en el puesto de trabajo (exoesqueletos)

</sites/webpublica/es/servicios/gestion-de-la-prevencion/salud-musculoesqueletica/exoesqueletos/>

Portal de recursos para la salud musculoesquelética

</sites/webpublica/es/servicios/gestion-de-la-prevencion/salud-musculoesqueletica/>

Jornadas de orientación técnica

</sites/webpublica/es/actualidad/jornadas-y-actos/>

Además, pueden encontrarse argumentos, recursos útiles, herramientas y soluciones prácticas para el abordaje de los TME en la página web de la EU-OSHA:

<https://healthy-workplaces.eu/es>.