

Qué puede hacer por usted la ergonomía

er·go·nom·ics \ûrg-go-'näm-iks\ -
La ciencia del trabajo.

La ergonomía elimina las barreras de la calidad, la productividad y el desempeño humano seguro al hacer los productos, las tareas y los entornos a la medida de la gente.

Si bien es verdad que se piensa que la computadora y otras tareas de oficina contribuyen a ese tipo de lesiones por actividad repetitiva tales como la tenosinovitis, el síndrome del túnel del carpio, cualquier acción repetitiva de mucho estrés puede ocasionar lesiones. El Codo de Tenista es un ejemplo.

Los factores de riesgo causados por afecciones repetitivas o acumulativas traumáticas incluyen:

- fuerza
- postura
- repetición (o frecuencia)
- duración y tiempo de recuperación
- vibración
- presión al contacto
- temperatura
- velocidad/aceleración
- iluminación y ruido

Es obvio que varios de estos factores tales como la fuerza, la postura, la repetición y la vibración claramente se aplican en trabajos fuera que no son de oficina. De hecho muchos atletas, bailarines, carpinteros, conductores de camiones y técnicos de servicio sufren afecciones traumáticas cumulativas.

¿Cómo se pueden evitar estas afecciones en los concesionarios de automóviles?

Busque las señales que indiquen que los empleados están rediseñando los trabajos para que les sean más cómodos. Herramientas alteradas o modificadas, tarimas o cajas usadas como plataformas para trabajar son indicaciones de que hay cambios que se deben hacer para prevenir lesiones.

Fíjese en las señales sutiles de una lesión. Por ejemplo, un empleado puede reportarse a trabajar con una codera o faja para la espalda que él mismo la adquirió. Ésta es una situación que requiere la atención del supervisor para que se evalúe la lesión (puede no ser una lesión relacionada con el trabajo). Si parece haber alguna posible conexión con las condiciones o prácticas de trabajo, eso debe examinarse. Usted puede descubrir que algunas correcciones relativamente simples pueden prevenir una lesión seria a varios de los empleados.

Exhorte a sus supervisores a que sigan de cerca y traten positivamente cualquiera y todos los signos de lesiones de los empleados. Entre más pronto se descubran las lesiones y se traten si es necesario, más rápido podrá el empleado regresar al trabajo a desempeñar su máxima capacidad. Usted también puede usar esta información para mejorar el lugar de trabajo de manera que se prevengan más lesiones.

Edúquese, eduque a sus supervisores y a otros empleados acerca de los principios y el uso de la ergonomía práctica. Además de la información proporcionada en la página de la web de TheZenith, póngase en contacto con un asesor de seguridad e higiene de The Zenith. Todos han recibido entrenamiento en lo último en ergonomía técnica, industrial y de oficina y están listos para ayudarlo.

Zenith provides workplace safety resources at: **TheZenith.com**[®]

Zenith Insurance Company/ ZNAT Insurance Company. 21255 Califa Street. Woodland Hills, CA 91367 ©2010 Zenith Insurance Company. All Rights Reserved. ©Zenith, TheZenith and TheZenith.com are registered US service marks. Zenith Insurance Company (Zenith) assists employers in evaluating workplace safety exposures. Surveys and related services may not reveal every hazard, exposure and/or violation of safety practices. Inspections by Zenith do not result in any warranty that the workplace, operations, machinery, appliances or equipment are safe or in compliance with applicable regulations. Any recommendations and related services are not and should not be construed as legal advice or be used as a substitute for legal advice. Employee protection is ultimately the responsibility of the employer. Policy coverage is not contingent upon the provision, efficacy or sufficiency of these services.