

JORNADA TÉCNICA

Los trastornos musculoesqueléticos (TME): estrategias para una prevención eficaz

Madrid, 24 febrero 2011



Ergonomía participativa: metodología

Ana M García
Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud



Ergonomía participativa

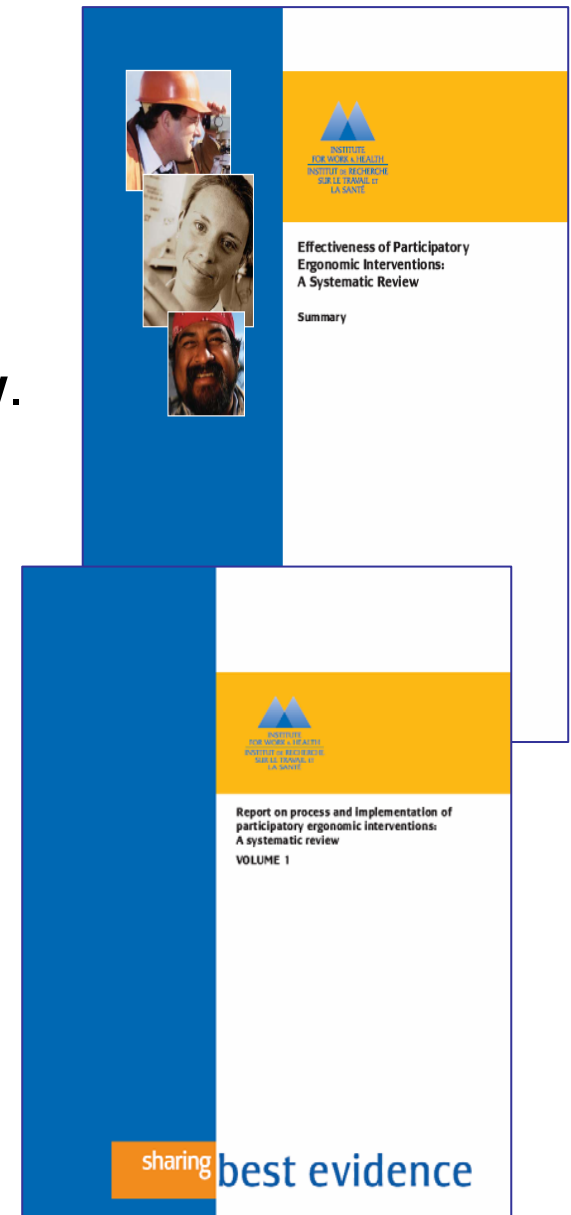
Concepto: Intervención en el lugar de trabajo en la cual **los trabajadores y otros actores** implicados **participan activamente** en el **diagnóstico** y en las propuestas para el **tratamiento** de los problemas ergonómicos.

Objetivo: Prevenir en los trabajadores **molestias y daños músculoesqueléticos** de origen laboral, mediante la implementación de **cambios y mejoras en los puestos de trabajo**.

Ergonomía participativa: la evidencia científica

Cole y cols. **Effectiveness of participatory ergonomic interventions: a systematic review.** Toronto: Institute for Work & Health; 2005.

Van Eerd y cols. **Report on process and implementation of participatory ergonomic interventions: a systematic review.** Toronto: Institute for Work & Health; 2008.



Cambios implementados	n	%
En herramientas y equipos de trabajo	43	82,7
En procesos de trabajo	28	53,8
En organización del lugar de trabajo	6	11,5
Efecto de la intervención	n	%
Positivo	44	84,6
Negativo	9	17,3
Sin efecto	16	30,8

Ergonomía participativa: el respaldo institucional



Health and Safety
Executive

Institut de recherche Robert-Sauvé
en santé et en sécurité du travail



Institute
for Work &
Health

Research Excellence
Advancing Employee
Health

CDC Home



Centers for Disease Control and Prevention
Your Online Source for Credible Health Information

NIOSH

All CDC Topics

Choose a topic above

SEARCH

A-Z Index for All CDC Topics

The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH)



Providing National and World Le



Agencia Europea para
la Seguridad y la Salud
en el Trabajo

Método ERGOPAR

Procedimiento de **ergonomía participativa** desarrollado a partir del conocimiento, experiencia y resultados obtenidos en **programas de ergonomía participativa llevados a cabo en otros países**, adaptando los métodos y herramientas a nuestro contexto

Manual Método ERGOPAR



Método ERGOPAR

Un procedimiento de ergonomía participativa para la prevención de trastornos musculoesqueléticos de origen laboral

Presentación

La ergonomía participativa es una estrategia para la prevención de trastornos musculoesqueléticos producidos por la carga física en el lugar de trabajo. Sus valores son los razones que justifican el trabajo de este programa. En primer lugar, aborda uno de los categorías de riesgos laborales que mayor impacto tienen sobre la salud y el bienestar de los trabajadores. En segundo lugar, se basa fundamentalmente en la participación de las personas afectadas por los accidentes de trabajo y por los cambios o medidas preventivas a implementar a lo largo del proceso de la intervención. Esta participación es muy efectiva a través de la identificación de los riesgos y de sus causas, la priorización de los problemas detectados, la propuesta de las medidas de corrección adecuadas a cada situación y la evaluación y seguimiento de dichas medidas. En tercer lugar, la ergonomía participativa permite identificar y abordar muchos problemas de seguridad de cumplimiento de los protocolos básicos.

Palabras clave

Carga física, trastornos musculoesqueléticos, participación, prevención de riesgos laborales, salud laboral

Autores¹

Rafael Galán
María Jesús Sevilla
Sara M. García

DOCUMENTO
PROVISIONAL

SÓLO PARA
USO
PERSONAL

SE RUEGA
NO CITAR NI
CIRCULAR

¹ Por facilitar la lectura de este documento, se han utilizado algunas expresiones y la nomenclatura del sistema que otorga a los investigadores y editores del sistema nacional de representación de trabajo como, hombres y mujeres. No hemos distinguido las personas que se refieren a los trabajadores.

1) Presentación del método

2) Preparación para la intervención

3) Intervención

- Diagnóstico
- Tratamiento

Anexos (herramientas)

1. Presentación del método

1.	Presentación del Método ERGOPAR.....	3
1.1.	La prevención del riesgo ergonómico.....	3
1.2.	Una apuesta por la participación y la autonomía.....	4
1.3.	Cumplimiento de la normativa.....	5
1.4.	Condiciones para el éxito.....	6
1.5.	Características generales de la intervención.....	8

Cumplimiento normativa

Condiciones para el éxito

Cumplimiento normativa

- Promueve y garantiza **la seguridad y salud de los trabajadores**.
- Asegura los derechos de **información, consulta y participación** de los trabajadores y sus representantes.
- Orienta la acción hacia el principio fundamental de la actividad preventiva de **evitar los riesgos**.
- Proporciona **herramientas y técnicas útiles** para la identificación de daños y riesgos ergonómicos, sus causas, búsqueda de medidas preventivas y seguimiento de su eficacia.
- Potencia la **integración de la actividad preventiva** en la empresa.
- Potencia la creación de **cultura preventiva** en la empresa orientada hacia el éxito de la prevención y la mejora continua.

Condiciones para el éxito

Elementos clave para el éxito de las intervenciones de ergonomía participativa

Apoyo
(dirección, encargados, trabajadores)

Asignación de recursos de la empresa
(humanos, tiempo, materiales)

Composición y funcionamiento del grupo de trabajo
(Grupo Ergo)

Formación

Plan de comunicación en la empresa

2. Preparación para la intervención

2.	Preparación para la intervención	9
2.1.	Por dónde empezar	9
2.2.	Organización y funciones del Grupo Ergo	11
2.3.	El plan de formación del Grupo Ergo.....	14
2.4.	El plan de comunicación en la empresa	16
2.5.	Acuerdo en la empresa	17

Grupo Ergo

Plan de comunicación

Grupo Ergo

“Un **Grupo Ergo** es un **grupo de trabajo** que reúne, en el seno de la empresa, **personas con distintas competencias y diferentes puntos de vista** sobre el trabajo. El grupo tiene como **objetivo** fundamental la **prevención de trastornos musculoesqueléticos** y para conseguirlo, estudia, aplicando **métodos y herramientas específicas y validadas**, las situaciones de trabajo en las que existen riesgos. A continuación, elabora **propuestas de modificación de las condiciones de trabajo** que permitan reducir dichos riesgos. Finalmente, **supervisa la implantación de dichas medidas y las evalúa**”

Plan de comunicación

QUÉ COMUNICAR	A QUIÉN				
	Dirección empresa	Comité de Seguridad y Salud / representantes trabajadores	Técnicos / Encargados*	Servicio de Prevención	Trabajadores*
Objetivos y etapas del Método ERGOPAR	X	X			
Términos del acuerdo con la empresa			X	X	X
Constitución del Grupo Ergo (miembros, funciones, accesibilidad)	X	X	X	X	X
Actas de las reuniones del Grupo Ergo	X	X			X
Realización de los cuestionario (distribución, respuesta, recogida)		X			X
Realización de las entrevistas a informantes clave			X		X
Realización de las observaciones de puestos de trabajo			X		X
Realización de los círculos de prevención			X		X
Informes parciales en cada etapa del proceso	X	X		X	X
Informe final	X	X		X	X

3. Intervención

3.	Fases de la intervención	18
3.1.	Una visión de conjunto	18
3.2.	Cuestionario de daños y riesgos	22
3.3.	Entrevista a informantes clave.....	25
3.4.	Observación del puesto de trabajo	27
3.5.	Ordenación de los puestos de trabajo por problemas y causas.....	29
3.6.	Propuesta de cambios	31
3.7.	Seguimiento de las medidas.....	33

Fase DIAGNÓSTICO

Fase TRATAMIENTO

Método ERGOPAR

Fase de DIAGNÓSTICO



Cuestionario



Entrevistas



Observación

Análisis de la información en sesiones de trabajo del Grupo Ergo

Objetivo: identificar los riesgos ergonómicos y sus causas



Círculos de prevención

- Propuesta medidas preventivas
- Seguimiento



Entrevistas



Observación

Objetivo: proponer acciones preventivas y evaluar su efectividad

Anexos: herramientas

Anexos	36
Anexo 1. Condiciones para el éxito	36
Anexo 2. Plan de comunicación	38
Anexo 3. Acuerdo en la empresa	40
Anexo 4. Cuestionario de daños y riesgos	42
Anexo 5. Entrevista a informantes clave.....	51
Anexo 6. Guía de observación	57
Anexo 7. Listado de situaciones de riesgo ergonómico	60
Anexo 8. Ordenación de los puestos de trabajo	62
Anexo 9. Guía para el desarrollo del círculo de prevención	64
Anexo 10. Entrevista de evaluación	66

Método ERGOPAR - situación actual:

- Publicaciones y divulgación en el ámbito científico (revistas, congresos)
- Alianzas y divulgación en el ámbito profesional (instituciones, servicios de prevención, empresas, sindicatos)
- Validación en empresas, 2010-11
- Versión final manual y herramientas: 2011