

Experiencias de ergonomía participativa en cuatro centros de atención al discapacitado



M.ª José Sevilla Zapater
Ergónoma de ISTAS
CCOO

A LO LARGO DE 2012, la Federación de Enseñanza ha desarrollado **cuatro experiencias en ergonomía participativa en centros de Atención a Personas con Discapacidad** con la financiación de la Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales (FPRL, acción IS- IS-0173/2011).

El interés por analizar los riesgos ergonómicos de este sector, emana de los datos obtenidos en un estudio realizado en 2011 (FPRL, acción IS-193/2010) que muestra como principal riesgo laboral, la exposición a factores ergonómicos directamente relacionados con el colectivo con el que se trabaja —personas con discapacidad— dependientes tanto física como psicológicamente.

La ineficacia de la prevención de los riesgos ergonómicos en este sector, hizo que la Federación buscara para el análisis, otras alternativas metodológicas, otro modo de hacer prevención, incorporando en el desarrollo del proyecto un procedimiento participativo denominado **Método ERGOPAR**, desarrollado por ISTAS (Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud) y validado en 2011. Su objetivo es prevenir los daños musculoesqueléticos de origen laboral mediante la implementación de medidas preventivas en los puestos de trabajo, creando un grupo de trabajo (Grupo Ergo) en el que participarán la dirección de la empresa, técnicos en prevención, trabajadores y trabajadoras y sus representantes legales.

Las diferencias fundamentales que ofrece el Método ERGOPAR en comparación con el modo de hacer tradicional son las siguientes:

- Define un procedimiento en el que los ocupantes del puesto analizado participan en cada fase (principalmente, identificando los daños y factores de riesgo ergonómicos, sus causas y en la elaboración de la propuesta de medidas preventivas), ya sea directamente o a través de sus representantes legales.
- Permite analizar los riesgos ergonómicos de puestos en una jornada completa, teniendo en cuenta todos los factores de riesgo del conjunto de tareas.
- Permite obtener un informe de resultados sobre daños y factores de riesgo del colectivo de trabajadores/as que desempeña el mismo trabajo.

Como conclusiones del proyecto, indicar que las cuatro empresas participantes han coincidido en la **elección del puesto**

de trabajo de cuidador/a (otras denominaciones, educador/a o auxiliar). En las cuatro empresas los cuidadores/as vienen realizando las mismas tareas diarias: actividades domésticas, traslados del usuario fuera y dentro del centro, duchas y aseo, vestido y desvestido, alimentar, transferencias y movilizaciones... El motivo de la elección ha sido también coincidente: las elevadas exigencias físicas del puesto de cuidador/a.

Las **molestias y dolor por trastornos musculoesqueléticos comunes en las cuatro empresas**, según la percepción de los cuidadores/as encuestados afectan a la espalda lumbar, cuello, muñecas y manos y rodillas. **Los factores de riesgo comunes** son las acciones de caminar, inclinar espalda/tronco hacia delante, coger y/o dejar manualmente usuarios y empujar y/o arrastrar a usuarios que caminan o el equipo en el que está.

Respecto a la **propuesta de medidas preventivas elaborada por los distintos grupos de cuidadores y cuidadoras** (según el Método ERGOPAR, círculos de prevención), se han obtenido soluciones preventivas que suponen el rediseño del espacio de trabajo para el uso de medios mecánicos (Ej. reformar los baños de los usuarios, reformar la piscina...), también medidas técnicas que elevan el plano de trabajo y/o mejoran el apoyo lumbar del cuidador/a (Ej. colocar ruedas a las camas, comprar sillas regulables en altura, uso de cojines de lactancia cuando se trabaja en colchoneta, uso de ladrillos de yoga para sentarse...), organizativas (Ej. evitar actividades en colchoneta realizándolas en camilla, crear mecanismos de coordinación entre cuidadores y departamento de compras, replantear los itinerarios dentro y fuera del centro para evitar desplazamientos innecesarios...) y medidas orientadas a la mejora de la formación de los ocupantes del puesto, tanto en materia preventiva (conocimientos para la identificación de factores de riesgo ergonómicos y sus causas) como en la definición de procedimientos de trabajo claros que faciliten el desarrollo de la tarea (tareas a desarrollar entre dos personas, uso de equipos mecánicos, particularidades del usuario...)

El número total de cuidadores y cuidadoras que han visto mejoradas sus condiciones de trabajo con este proyecto, es de 85, viendo además con el Método ERGOPAR como **en la empresa se inicia una dinámica participativa**, que comienza a contar con él y con ella, dándoles voz, considerándoles fuente de información fundamental para lograr una prevención de los riesgos laborales eficiente y eficaz.