

ALBERTO RESINO. TÉCNICO SUPERIOR EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Diseño del centro de trabajo (II)

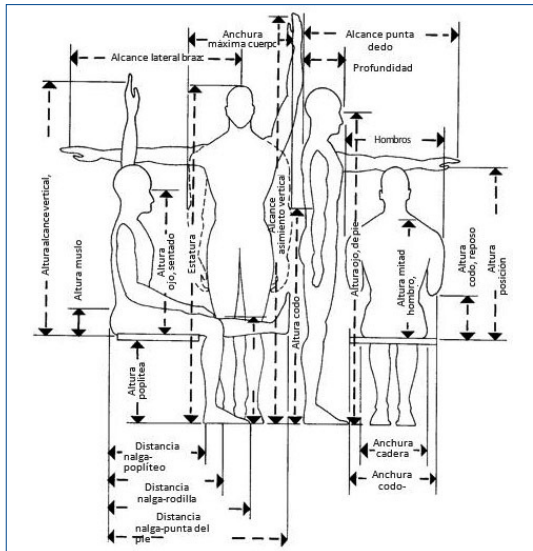


Figura 1. Características estáticas.

Equipamientos sociales

Los dos tipos básicos de equipamientos sociales que cabe considerar en el diseño del centro de trabajo se comentan brevemente a continuación.

Áreas de descanso

El trabajador en general y el personal sanitario en particular necesita, en función del tipo y ritmo de trabajo, una serie de pausas y descansos para, además de realizar el trabajo sin una excesiva carga física y mental, llegar al final de su jornada laboral sin que su fatiga le impida dedicarse a ciertas actividades de ocio, y no sea únicamente el descanso total o la inactividad la única alternativa viable.

De un modo general, se considera que un lugar de descanso debería reunir una serie de características básicas tales como: el aislamiento de agentes agresivos ambientales (ruido, calor, etc.), la calidad y confortabilidad del espacio que hagan factibles funciones asociadas al descanso, la proximidad a los servicios higiénicos, la disponibilidad de agua potable fresca, etc.

El diseño y distribución de las áreas de descanso debe contemplar también aspectos como posibilidad de conciliar el sueño o bien separación entre fumadores y no fumadores, ya que, aunque existe la recomendación taxativa de no fumar en los centros sanitarios, es también cierto que ésta es una práctica aún no desterrada totalmente en los hospitales españoles.

La existencia de áreas específicas de descanso no evita, evidentemente, la necesidad de diseñar el conjunto de tareas del puesto de trabajo para conjugar un equilibrio entre aquellas que requieren mayor esfuerzo y las que contribuyen a descansar de las anteriores y que el propio lugar de trabajo sea un marco físico no solamente no agresivo sino también agradable. Por otro lado, debe tenerse en cuenta que la fatiga viene determinada por las condiciones de trabajo, pero también por las características de cada persona.

Comedores y cafeterías

Es conveniente que todo hospital disponga de un lugar idóneo donde el personal, tanto interno como externo, pueda comer. Por un lado, los lugares diseñados para pausas y descansos pueden fácilmente habilitarse para que el personal pueda tomar algún pequeño alimento, infusiones o refrescos, lo que facilitará la mejora de su calidad de vida. Por otro lado, hay que tener en cuenta que la pausa para la comida, cuando interrumpe la jornada laboral, debe favorecer, además, el descanso; ello implica que la cafetería y/o comedor sean lugares debidamente equipados, de agradable estancia, totalmente diferenciados de las áreas de trabajo.

En cuanto al equipamiento mínimo necesario, dependerá de si se ofrecen comidas hechas (restaurante) o simplemente se facilita un lugar en el que el

personal pueda comer (cantina). En este último caso, es imprescindible que el personal pueda calentar sus comidas y disponer de varios tipos de bebidas.

Respecto al ambiente físico del local, debería reunir las características apuntadas en las áreas de descanso con algunas peculiaridades adicionales como pudieran ser: una decoración que genere un ambiente agradable y diferenciado, disponer de un ambiente personalizado y de calidez, evitando espacios excesivamente grandes con elevado nivel de ocupación y largas mesas, son preferibles espacios más reducidos y mesas que faciliten pequeños grupos de cuatro, seis u ocho personas y, sobre todo, un diseño acústicamente adecuado, ya que el ruido es habitualmente el mayor inconveniente de estas áreas en los hospitales.

Otro factor clave es el tiempo hábil del que dispone el personal para comer, que habrá de ser suficiente para esta función y también para facilitar el descanso tras un tiempo de trabajo. Es recomendable que, dentro de las posibilidades organizativas, exista flexibilidad horaria para las comidas.

Diseño del puesto de trabajo

Como se ha comentado anteriormente, al realizar el diseño de cualquier puesto de trabajo se deben tener en cuenta los elementos que lo componen que son las personas, los medios de trabajo, el espacio y el ambiente en el que se llevan a cabo las distintas tareas.

En cuanto a la persona, es fundamental considerar las dimensiones corporales, tanto las estructurales, que se refieren a las medidas de las distintas partes de la anatomía (longitudes del brazo, el antebrazo, la pierna, el muslo, etc.), como las funcionales, que son las que hacen referencia a los alcances verticales y horizontales.

El objetivo fundamental del diseño del espacio es garantizar la adaptación del mismo a las características de las personas (nunca al revés) que van a ocupar dicho espacio, de modo que puedan llevar a cabo su trabajo de forma eficaz minimizando los esfuerzos que requieran algunas tareas.

Según la enciclopedia de la OIT se puede clasificar el diseño de tareas según los siguientes criterios:

- Diseño de sistemas: se centra en la relación hombre-máquina-proceso.
- Diseño del espacio de trabajo: intenta que el entorno físico se adapte a las características del cuerpo humano.
- Diseño ambiental: pretende garantizar que iluminación, ruido, temperatura, etc. sean los adecuados a los requerimientos de los trabajadores.
- Diseño del interfaz: se basa en el intercambio de la información entre la persona, la máquina y el ambiente, moviéndose en las dos direcciones, entrada y salida de la información. Incluye el diseño de pantallas y el de controles de ocupación y largas mesas, son preferibles espacios más reducidos y mesas que faciliten pequeños grupos de cuatro, seis u ocho personas y, sobre todo, un diseño acústicamente adecuado, ya que el ruido es habitualmente el mayor inconveniente de estas áreas en los hospitales.

- Diseño de la situación de trabajo: trata la organización del tiempo de trabajo. Generalmente a la hora de diseñar los puestos de trabajo, se prima la eficacia y la calidad técnica de los equipos y locales, en detrimento del grado de confort que pueden representar para las personas que van a utilizarlos. Esta falta de consideración de las características individuales provoca en muchos casos una inadaptación de la persona a su puesto de trabajo.

- Diseño de la situación de trabajo: trata la organización del tiempo de trabajo. Generalmente a la hora de diseñar los puestos de trabajo, se prima la eficacia y la calidad técnica de los equipos y locales, en detrimento del grado de confort que pueden representar para las personas que van a utilizarlos. Esta falta de consideración de las características individuales provoca en muchos casos una inadaptación de la persona a su puesto de trabajo.

En función de estas premisas, el marco del análisis ergonómico se acota en los siguientes ámbitos de aplicación: el diseño ergonómico de los objetos, el diseño ergonómico de los espacios de trabajo, el diseño ergonómico de los elementos operacionales y de funcionamiento y el diseño ergonómico ambiental.

La calidad del espacio de los puestos de trabajo tiene una influencia primordial en la consecución del confort y por lo tanto de la eficacia en el trabajo.

El análisis ergonómico de un puesto de trabajo se realizará ponderando una serie de factores que permitan realizar una valoración global de la situación de confort del mismo. Los factores de análisis a considerar se pueden desglosar en dos grandes grupos: la organización del puesto de trabajo y el estudio dimensional del puesto de trabajo.

Organización del puesto de trabajo

La primera necesidad que surge, a la hora de

organizar y diseñar los puestos de trabajo, es la de determinar los espacios necesarios para desarrollar la actividad.

Esto significa que deben considerarse las dimensiones corporales que engloben a un mayor número de personas y no considerar las dimensiones del "individuo medio" como la solución a las necesidades de diseño.

Resulta más apropiado y correcto tener en cuenta los valores extremos, es decir, tener en cuenta a los individuos más altos para acotar el espacio reservado para las piernas debajo de la mesa, y a los individuos de menor estatura para acotar las dimensiones de zonas de alcance, considerando para ello los individuos comprendidos entre los percentiles 5 y 95.

El diseño de los puestos de trabajo parte de la antropometría y la biomecánica para determinar las características estáticas y dinámicas del cuerpo humano.

Características estáticas

Las características estáticas, es decir, las dimensiones estructurales del cuerpo son las que van a servir para establecer las separaciones entre el cuerpo y lo que le rodea y se toman en individuos estáticos en las posiciones de trabajo fijas, de pie, sentado, etc. (figura 1).

Su conocimiento es imprescindible para crear un entorno que considere las dimensiones de los espacios y objetos contenidos en él, subordinadas a las del usuario que debe desenvolverse en su interior.

Características dinámicas

Las características dinámicas del cuerpo humano, o dimensiones funcionales, son las que se toman a partir de las posiciones de trabajo resultantes del movimiento asociado a ciertas actividades.

Aunque tanto las dimensiones estáticas como las dinámicas son indispensables para conseguir un diseño adecuado de situaciones de trabajo, estas últimas son probablemente mucho más útiles para la mayor parte de proyectos de diseño, ya que no se permanece inactivo en el puesto de trabajo, sino que, en general, se está en movimiento. La utilización de las medidas dinámicas ayuda a centrarse en el estudio de los movimientos que se deben realizar durante las diferentes tareas.