



Cómo se llama / DENOMINACIÓN

LISTA DE COMPROBACIÓN ERGONÓMICA. ERGONOMIC CHECKPOINTS. SOLUCIONES PRÁCTICAS Y DE SENCILLA APLICACIÓN PARA MEJORAR LA SEGURIDAD, LA SALUD Y LAS CONDICIONES DE TRABAJO.



En qué se centra / CATEGORÍA

GENERAL.
IDENTIFICACIÓN INICIAL Y EVALUACIÓN ERGONÓMICA (Y PSICOSOCIAL).



Quién lo desarrolla y/o promueve / ORGANIZACIÓN

Surgió en 1991 de la colaboración entre la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Asociación Internacional de Ergonomía (AIE), publicada en 1996. Fue adaptada por el Ministerio de Trabajo e Inmigración, Gobierno de España, y publicada en el año 2000 (en español). La segunda edición de este manual (2010) fue realizada por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en colaboración con la Asociación Internacional de Ergonomía. Supone la revisión y ampliación de la primera edición (solo versión en inglés).



Cuál es su objetivo / OBJETIVO DEL MÉTODO

Fue desarrollada con el propósito de ofrecer soluciones prácticas y de bajo coste a los problemas ergonómicos, particularmente para la pequeña y mediana empresa. Pretende mejorar las condiciones de trabajo de una manera sencilla, a través de la mejora de la seguridad, la salud y la eficiencia.



Qué sabemos de él / DESCRIPCIÓN DEL MÉTODO

El manual consta de tres partes:

Primera edición: realiza un análisis de diez áreas diferentes en las que la ergonomía influye en las condiciones de trabajo. Para cada área existen de 10 a 20 puntos de comprobación. En su totalidad la lista está formada por 128 puntos. Cada punto de comprobación indica una acción. Para cada una de las acciones se dan opciones y algunas indicaciones adicionales. De esta manera, existe la posibilidad de seleccionar los puntos de comprobación que sean de aplicación a un lugar de trabajo concreto y utilizar las propuestas de acción como una lista de comprobación adaptada.

Segunda edición: cuenta con 132 intervenciones ergonómicas que pretenden obtener efectos positivos sin necesidad de grandes costes o de soluciones muy sofisticadas. Para ello se han fusionado intervenciones y se han creado 20 "fichas" nuevas, destacando la inclusión de temas como el ejercicio físico en el trabajo y la **ergonomía participativa***.

Potencialidad: destaca soluciones realistas que pueden ser aplicadas de manera flexible.



Para qué sirve / SITUACIONES DE RIESGO QUE CONSIDERA

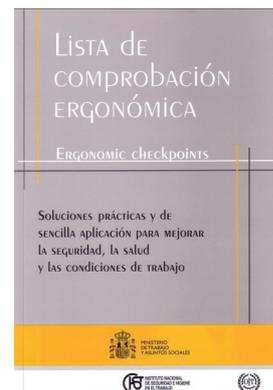
Atiende los principales factores ergonómicos de los lugares de trabajo. Incluye 10 áreas (primera versión):

- Manipulación y almacenamiento de los materiales (21 ítems).
- Herramientas manuales (15 ítems).
- Seguridad de la maquinaria de producción (20 ítems).
- Mejora del diseño del puesto de trabajo (14 ítems).
- Iluminación (10 ítems).
- Locales (6 ítems).
- Riesgos ambientales (6 ítems).
- Servicios higiénicos y locales de descanso (4 ítems).
- Equipos de protección individual (10 ítems).
- Organización del trabajo (21 ítems).



Quién puede aplicarlo / FORMACIÓN MÍNIMA REQUERIDA

Disponer del curso de nivel básico en salud laboral según el Real Decreto 39/1997, de servicios de prevención y mejoras reguladas por convenio colectivo.



FINANCIADO POR:

COD. ACCIÓN: EI 2017/0002



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE TRABAJO, MIGRACIONES Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN ESTATAL PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, F.S.P.





Cómo se realiza el análisis / MODO DE APLICARLO

El modo de empleo de la lista es el siguiente:

1. Definir el área de trabajo a analizar. En el caso de una empresa pequeña, el área seleccionada puede llegar a ser toda la empresa.
2. Conocer las características y los factores de riesgo más importantes del lugar de trabajo que se van a analizar, como por ejemplo los diferentes productos y procesos que se realizan, el número total de la plantilla, los turnos, las pausas, las horas extras y cualquier problema o particularidad que pueda existir en el lugar de trabajo.
3. Utilizar la lista de comprobación para seleccionar y aplicar los puntos de comprobación que sean relevantes en el lugar de trabajo.
4. Leer detenidamente cada ítem para saber cómo aplicarlo, en caso de duda hay que preguntar a la gerencia o a la plantilla del centro de trabajo.
5. Organizar un grupo de discusión empleando la lista de comprobación específica del usuario como material de referencia. El grupo puede examinar el lugar de trabajo para realizar un estudio de campo.
6. Marcar en cada punto de comprobación, en el apartado “¿Propone alguna acción?”, un “SÍ” si el punto de comprobación se está cumpliendo. Si piensa que debería cumplirse y no es así, marcar un “NO”. Utilizar el apartado de “Observaciones” por si se quiere añadir alguna sugerencia.
7. Una vez terminado, volver a analizar los ítems marcados con “NO”. Seleccionar aquellos cuyas mejoras parezcan más importantes y marcarlos como prioritarios.

Durante la discusión del grupo, la información existente sobre “acciones preventivas” y “recomendaciones” podría ser útil como información adicional a los puntos de comprobación seleccionados.



Qué se obtiene / RESULTADOS QUE SE OBTIENEN

Se obtiene una serie de ítems marcados con un “NO” por precisar una acción preventiva que puede ser prioritaria y una serie de recomendaciones o soluciones prácticas genéricas que sirven para orientar en la búsqueda de soluciones específicas y eficaces al riesgo.

En el caso de no encontrar soluciones eficaces, sería necesario evaluar los riesgos identificados con métodos de evaluación específicos según los factores de exposición.



Cuáles son sus principales limitaciones / CARENCIAS

- Reduce la parte analítica en favor de las soluciones prácticas que son excesivamente genéricas.
- Parte de las situaciones favorables, lo que puede llevar a confusión en la identificación del factor de riesgo ergonómico.
- Las listas se organizan por áreas y no por factor de riesgo.
- **No realiza ninguna distinción según sexo y edad de los trabajadores y las trabajadoras que desempeñan el puesto analizado.**



Y en la práctica / EN TU EMPRESA

Como trabajadora o trabajador y/o representante legal en la empresa puedes emplear la lista de comprobación Ergonomic checkpoint como una herramienta para la identificación inicial de situaciones de riesgo ergonómicas a resolver. Busca el apoyo del conjunto de la plantilla y completa cada uno de los ítems propuestos, centrándote en primer lugar en aquellos puestos de trabajo con mayor número de trastornos musculoesqueléticos, quejas por parte del personal, exigencias físicas y posturales elevadas. Si detectas condiciones inadecuadas, plantéalas a la dirección de la empresa y, mediante los grupos de discusión (participación), buscar soluciones ergonómicas eficaces.



Por si quieres saber más / REFERENCIAS PARA AMPLIAR INFORMACIÓN

- Ministerio de Trabajo e Inmigración, 2000. Lista de comprobación ergonómica, primera edición (español). Ergonomic checkpoints. Soluciones prácticas y de sencilla aplicación para mejorar la seguridad, la salud y las condiciones de trabajo.
- OIT (2010). Ergonomic checkpoints (segunda edición, en inglés): Practical and easy-to-implement solutions for improving safety, health and working conditions. Second Edition. OIT, Ginebra, 2010.
- Diego-Mas, José Antonio. Análisis de riesgos mediante la Lista de Comprobación Ergonómica. Ergonautas, Universidad Politécnica de Valencia, 2015. Versión 1.

* Puedes encontrar la definición de los términos subrayados con una línea de puntos en el glosario del área de formación e información del portal web “Herramientas de prevención de riesgos laborales para pymes”.

