AUMENTAR
LA PRODUCTIVIDAD
CON LA ADECUADA
E R G O N O M I A

TRESTON

Technology & Chemical, S.L.
www.tch.es info@tch.es 902 114 495

No importa las vueltas que le des, está demostrado que,

LA ERGONOMÍA MEJORA LA PRODUCTIVIDAD

El bienestar de los empleados aumenta la productividad y con eso los beneficios para la empresa. Para los jefes de producción o directores de planta, la eficiencia es siempre primordial. Es lo que no les deja dormir por las noches y su objetivo principal durante el día. Siempre están luchando por crear un lugar de trabajo mejor. Las ideas para lograrlo siempre son bienvenidas. Esta es una guía de 7 pasos que puede ayudarle para transformar su puesto de trabajo obsoleto en un puesto altamente ergonómico, mucho más adecuado para su personal y más eficiente. Aproveche estas indicaciones para mejorar la ergonomía y la productividad en su centro de trabajo.

¿Qué es la ergonomía?

Si preguntamos a varias personas qué significa "ergonómicamente amigable" probablemente nos den múltiples respuestas. Muchas nos dirán que es algo enfocado a la postura de la espalda o quizás a la altura de los brazos al trabajar. La realidad es que la mayoría de las personas no están equivocadas. Pero tampoco tienen razón necesariamente. Solo están viendo una pequeña parte de lo que es la ergonomía. La ergonomía está relacionado con todo aquello relacionado con el cuerpo, los movimientos, la visión, el ruido, los niveles de iluminación y mucho más, todo un conjunto de factores que permite al trabajador desarrollar su actividad en un entorno seguro, cómodo y sin molestias.

Esta es una definición sencilla para describirlo: La ergonomía permite a los trabajadores llevar a cabo su cometido. Hacerlo de forma correcta, segura, con comodidad y con precisión. Un buen puesto de trabajo ergonómico tiene en consideración muchos tipos de herramientas, dispositivos y equipos que puedan mejorar por si solos el espacio de trabajo para el operario. Esto incluye puestos de trabajo ajustables, sillas, accesorios, soluciones de almacenaje, contendores colgantes, pantallas de ordenador ajustables, reposabrazos, reposapiés, controles de temperatura, aire acondicionado, iluminación y mucho más.

La ergonomía es la suma de todo esto. Teniendo todos los elementos y zonas al alcance se minimizan la cantidad de movimientos de los trabajadores, en consecuencia se reduce las molestias, el estrés, la tensión y se tiende a una posición más relajada y a aumentar la eficiencia. El resultado es que el rendimiento se ve afectado de forma positiva cuando se aplica la ergonomía en el puesto. Las compañías deberían mejorar la ergonomía para asi, reducir el absentismo, mejorar la moral del trabajador, reducir las lesiones de los operarios, mejorar la calidad y aumentar la producción.

"Como ingeniero industrial, gran parte de mi trabajo es mejorar la eficiencia en el trabajo a desarrollar, principalmente en todo aquello concerniente al ahorro en mano de obra y costes. El uso de principios de ergonomía puede alterar en gran medida la cantidad de trabajo que un operario dedica a su actividad. Incluso si en un proceso de ahorra 1.6 segundos por caja, si procesamos 3 millones de cajas al día, podemos ahorrar hasta £70,000 en horas de trabajo. También aplicamos la ergonomía directamente para el beneficio del trabajador. Mucha de la fuerza de trabajo requiere un trabajo manual, estar de pie mucho tiempo o en continuo movimiento. Como ingeniero, necesitamos entender la fatiga y el cansancio del operario. En estos casos, podemos ayudar a reducir los factores de fatiga implementando recursos como alfombras antifatiga. Esto no solo crea un entorno de trabajo más relajado para el operario sino que nos garantiza un operario más active y productivo."

- Parker Asmus,
De una gran compañia logística y cadena sumistradora en Louisville, KY.

¿Te preguntas cómo puedes entrar en el mundo de la ergonomía y crear un puesto de trabajo más productivo? Aquí te lo contamos:

1 INVESTIGACIÓN Y CREACIÓN DE UN PLAN

Como profesional, sabe lo mucho que cuesta reiniciar un proyecto desde cero. Pensemos sobre esto en términos de un puesto industrial. Durante años, hemos caído más y más en un abismo de desactualización del puesto de trabajo, con un diseño obsoleto y nada funcional. El mobiliario, tableros, accesorios, etc. se compraron en 1985 y algunas piezas añadidas y customizadas se han añadido durante todos estos años. El coste o la falta de conocimiento ha sido lo que ha dictado la compra inicialmente y ahora se requiere un gran esfuerzo de trabajo, tiempo y presupuesto para corregir y hacer ergonómicamente adecuado el entorno de trabajo. Asumamos que ha heredado las condiciones del puesto de trabajo de alguien que simplemente no estaba en línea con las ideas sobre ergonomía. Una pena. Pero ahora debe empezar de nuevo.

Básicamente tiene dos opciones. Tratar de adaptar el puesto de trabajo actual o tomar la decisión y hacer una remodelación completa. El antiguo entorno puede ser aún útil dependiendo de sus necesidades pero conocer a fondo los problemas actuales que hay, el estado del equipamiento, los procesos y las personas que interactúan con ellos, le permitirá decidir si merece la pena una renovación completa.

Una buena manera de comenzar es investigar y crear un plan. La gerencia de su compañía querrá conocer por qué está tomando ciertas decisiones y también sentirse bien con ellas. Teniendo un plan detallado podrá responder a todas las cuestiones que se presenten. Lleve a cabo una investigación e incorpore sus descubrimientos al informe a medida que avanza en su proyecto.

Debe investigar para obtener la solución más adecuada tanto para a su empresa como al conjunto de empleados de forma individualizada. Puede evitar pérdidas de dinero a corto plazo si se toman ahora las decisiones correctas para el largo plazo. Tome un tiempo para entender qué es la ergonomía (¡ya ha comenzado leyendo está guía!) y qué tipo de mobiliario y herramientas existen en el mercado que le ayuden a diseñar un puesto ergonómico. Con todo este conocimiento será más sencillo revisar las necesidades o hablar con suministradores.

Muchas empresas están redefiniendo sus entornos de trabajo para conseguir beneficios incrementado la productividad. ¿Hay empresas de su sector que presten atención a la iluminación, el proceso de ensamblaje, la disposición de las herramientas, las posibilidades de trabajo de pie o sentado u otras cuestiones? Observe sus procedimientos, el mobiliario y equipamiento adquirido (si es posible) y el resultado de estos cambios. ¿Puede usted replicar estos pasos? Aunque el coste será una parte muy importante de la decisión final, no deje que sea el factor decisivo. Trate de ver qué beneficios le aportará frente a la inversión a realizar.

Si un empleado alcanza piezas extendiendo el brazo 1 minuto más rápido cada hora, en un espacio con 10 personas supondrá -> 10 personas x 220 días x 8 horas x 1 min => 36 días por año de trabajo.

Finalmente, querrá medir el impacto que los nuevos puestos tienen en su empresa. Recuerde, su trabajo no termina con la compra. Necesitará comprobar que la inversión ha merecido la pena. Asegúrese de registrar los datos relativos con la seguridad, eficiencia y desempeño antes de la implementación. Incorpore estos datos al plan. De esta forma será fácil comparar y contrastar los resultados de implementar estas mejoras al entorno de trabajo.

2 CONDUCTA ENTREVISTAS Y OBSERVACIÓN

¿Cómo va a saber qué corregir si no conoce lo que ha fallado anteriormente? La mejor manera de identificar los problemas de ergonomía es mediante los informes médicos y las entrevistas con los usuarios de los puestos de trabajo. El pasado nos cuenta la historia. Desde las molestias puntuales a los grandes problemas médicos, son una referencia sobre lo que está ocurriendo con su personal a través del tiempo, ofreciendo una visión detallada de qué está fallando con el equipamiento actual y ayudarle así a desarrollar una lista de prioridades a corregir en el nuevo puesto de trabajo y las herramientas necesarias. Esta será una pieza fundamental para desarrollar su plan y tomar una decisión.

No hay secretos. Un buen diseño ergonómico reduce las lesiones en el trabajo. Un ambiente de trabajo ergonómico ofrece al operario un entorno confortable para alcanzar sus herramientas y realizar movimientos rápidos sin lesionarse o sir producir molestias.

¿Qué causa las molestias en un puesto poco ergonómico? Algunos factores de riesgo son:

- Posturas extrañas o poco cómodas
- Fuerza excesiva
- Objetos fuera de alcance
- Forzar visión o el cuerpo
- Exposición a vibraciones
- Exposición a ventilación insuficiente (humedad, polvo, suciedad)
- Mala iluminación

¿Están estos factores presentes en su entorno de trabajo? Con el tiempo, esto puede haber causado daños importantes en su cuerpo que pueden llevar a incapacidades temporales o incluso permanentes. Además de no querer que sus empleados sufran, considere los costes relacionados con las compensaciones por bajas o pérdidas derivadas por estos factores.

Preste atención no solo al puesto de trabajo individualmente sino que también el entorno debe incluirse en el proceso. Preste atención a la rotación de los puestos y movimientos de personas. Cuánto tiempo y cómo de repetitivo son las acciones que se desarrollan le ayudarán a tener una imagen global.

LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS COMUNES QUE UN AMBIENTE POBRE EN ERGONOMÍA PUEDE CAUSAR PUEDEN SER:

Síndrome del túnel carpiano
Dedos dormidos o con sensación de frio
Pérdida de coordinación
Dolor, picor o pinzamientos musculares
Reducción del rango de movimientos
Hernias
Inflamación o rigidez articular
Tendinitis
Codo de tenista
Inflamación o entumecimiento de las manos

Recuerde que los problemas no siempre están en el exterior. Hay que intentar ver más allá de la superficie. Una ergonomía pobre puede estar causando estrés, puede estar afectando de forma diferente a los trabajadores y producir algún problema mental. Tenga en cuenta a los empleados que sufren dolores de cabeza, problemas en la piel, depresión, presión alta, malas digestiones o metabolismo lento. Los informes médicos no pueden cubrir todo. Hable con sus empleados sobre su salud tanto física como mental y cómo el puesto de trabajo puede influir en esto. Escuche y documente los resultados.

The Chartered Institute of Ergonomics and Human Factors (CIEHF) dice:

”El uso de equipamiento que posee una buena ergonomía ayuda a reducir el riesgo de problemas musco-esqueléticos. Además ofrece al trabajador una muestra de compromiso por parte del empleador con la salud y bienestar de los empleados. Esto ayuda a atraer y retener a los trabajadores y ofrece una imagen y experiencia positiva a los posibles clientes.”

Reúnase con su departamento de recursos humanos y/o su departamento de salud. Revise las quejas o reclamaciones que estén documentadas las últimos 5 años. Tome su tiempo en revisar cada departamentos y sus cambios, observe cómo los trabajadores interactúan con sus puestos de trabajo, herramientas y entre ellos. ¿Cómo realizan sus cometidos? ¿Parecen cómodos? ¿Identifica alguna forma de mejorar su eficiencia?

Observe. Mida los resultados. Si las lesiones o incomodidades están presentes, debe saberlo. Entender cómo y dónde sus trabajadores sufren más problemas le ayudará a tomar mejores decisiones en la compra de mobiliario, equipamiento y herramientas. Así es como sabrá qué pedir, qué modificar y como debe ajustarse cada puesto de trabajo. Reducir lesiones y promover la salud reportará empelados más felices. Una vez que trabajemos en un entorno mejor y más cómodo notaremos que se aumentará la producción y la eficiencia.

3 RODEAR LAS TROPAS

¿Cambiar todo el equipamiento y mobiliario para crear un ambiente ergonómicamente amigable para su empresa, centro de producción o laboratorio? No es tan complicado como puede parecer. Empiece por involucrar las partes implicadas.

Puede parecer contraproducente perder tiempo en convencer a su equipo, ya que cuanto antes estén adaptados al nuevo entorno antes notaremos el aumento de productividad y producción. Pero en una carreda de fondo, tener a todo el mundo a favor hará que las decisiones sean más rápidas de tomar y mejor aceptadas por todos.

Considere realizar una conferencia con los miembros de su empresa o realizar un curso para explicar la ergonomía y el rol crítico que juega en la organización del espacio de trabajo. Incluya ejemplos basados en puestos de trabajo ergonómicos y estadísticas. Muestre imágenes de entornos industriales modernos. Luego comparta los detalles de su plan y sugiera los cambios que debería llevar a cabo su empresa y por qué. Muestre lo que ha descubierto en su investigación y preséntelo como un experto. Consiga que las tropas le sigan y estén de su lado.

Ellos estarán buscando la motivación “EEPM” (¿es esto para mí?) y en este caso será fácil de explicar. Un ambiente mejorado ergonómicamente beneficiará a los empleados permitiéndoles trabajar en un entorno que será menos estresante y extenuante, de manera que tendrán un interés directo. Esté abierto a discusión y pregunte por sus inquietudes y por ideas para mejorar el puesto de trabajo ¿Qué es lo que buscan? ¿Qué echan de menos actualmente? Ellos pueden ayudarle a crear una solución mejor y sus comentarios pueden también derivar en acciones sencillas y rápidas de adoptar.

En la parte contraria se encuentra el director general. El que debe aprobar la orden de compra cuando esté listo para presentarla. Es importante que él crea en su plan y que esté impaciente por tener nuevos puestos de trabajo que mejorarán el trabajo en la compañía. Céntrese en el impacto a largo plazo. Sea transparente sobre las ineficiencias del sistema actual y el resultado estadístico de lesiones y baja productividad. Asegúrese de explicar el objetivo que espera conseguir con un mobiliario y equipamiento ergonómico. Ofrezca la seguridad de que es en el mejor interés de la empresa.

Consiguiendo involucrar a todo su equipo, se sentirá más respaldado al realizar comprar que va a afectar a tanta gente. Además todo el mundo conocerá sobre la importancia de la ergonomía en el puesto de trabajo y garantizará que estos recursos se usen con todo su potencial.

Technology & Chemical, S.L.
www.tch.es info@tch.es 902 114 495

como se demuestra en la implementación Six Sigma, que ha sido aprobada para mejorar un proceso previniendo o eliminando defectos, mejorando la ergonomía del entorno podemos obtener resultados similares. Jack Welch, CEO de ***General Electric*** durante más de 20 años, entendió la importancia de implementar un programa como Six Sigma en una compañía. Él dijo: "Six Sigma es un programa de calidad, que cuándo ya se ha comentado y realizado completamente mejora la experiencia del cliente, reduce los costes y crea mejores líderes." Con los mismos objetivos en mente, un entorno de trabajo ergonómico apropiado es de suma importancia para permitir que un empleado refleje el mismo estándar de excelencia en las tareas diarias.

Muchas partes trabajando juntas crean un espacio de trabajo funcional, confortable y eficiente. Para determinar el equipamiento ergonómico correcto para un puesto de trabajo tendrá que evaluar varios factores. Algunas de las preguntas que querrá realizar para determinar qué productos necesita serán:

1) ¿EL TRABAJO REQUIRE ESTAR SENTADO, DE PIE O AMBAS?

Si la operativa requiere papeleo, escribir, no levantar cargas pesadas y/o las herramientas para el trabajo están al alcance la mano, entonces el puesto de trabajo debe diseñarse para estar sentado pero con posibilidad de levantarse. Los últimos estudios cognitivos muestran lo beneficioso que pueden ser los cambios de postura. Por ejemplo, trabajando de pie de vez en cuando. Se ha demostrado que incluso pequeños movimientos como trabajar de pie de vez en cuando mejora la memoria, la atención y mejora el desarrollo cognitivo. ¿Qué mejor manera de mejorar la eficiencia que una persona no atada a su puesto de trabajo?

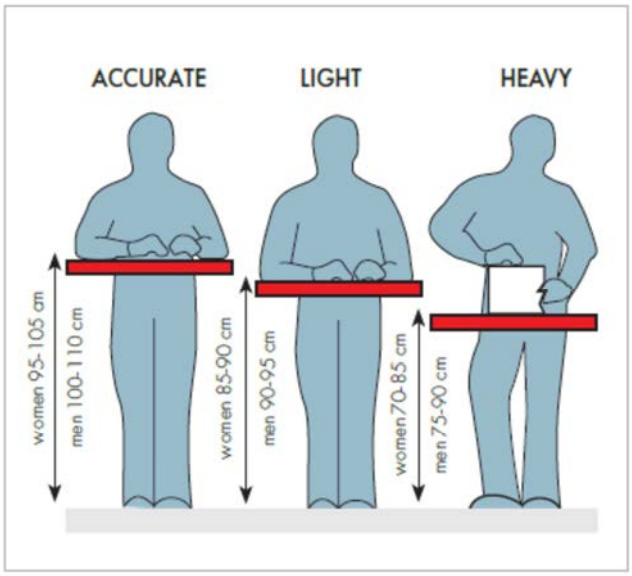
Si las actividades requieren levantar pesos, movimientos continuos, recuperación de piezas y/o no hay espacio para las piernas, entonces el puesto de trabajo debe diseñarse para estar de pie pero con posibilidad de poder descansar cada cierto tiempo cuando sea posible.

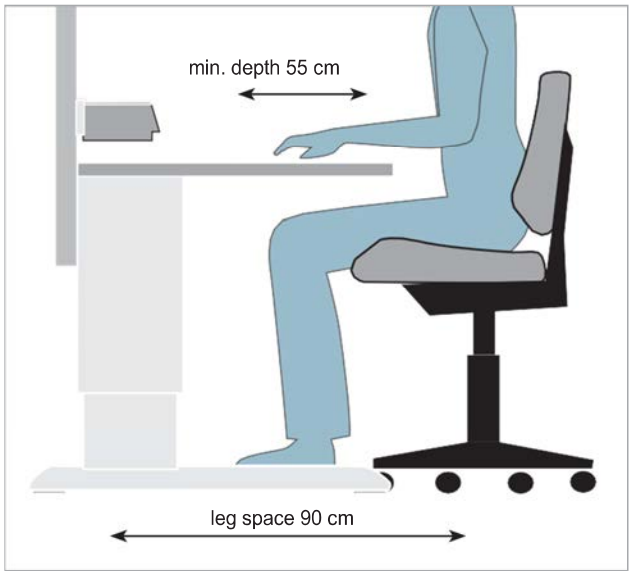
Cuando busquemos potenciales soluciones, consideraremos sillas, taburetes, reposapiés y puestos de trabajo fácilmente ajustables que permitan trabajar de pie y sentados y que sean idóneos para el entorno y el personal.

2) ¿EL PUESTO DE TRABAJO Y SU SUPERFICIE ES ÚTIL PARA LA PERSONA Y EL TRABAJO QUE EJECUTA?

Cuando estamos sentados, la superficie de la mesa está normalmente entre 63 y 76 cm de alto para escribir o teclear y puede situarse como mucho unos 25 cm más alta si las acciones requieren una plataforma elevada. En función de las preferencias personales la superficie debe ofrecer versatilidad para ajustarla 5 cm por debajo del tamaño del cuerpo.

Cuando trabajamos de pie, la mesa debe estar entre 76 y 114 cm de alta y una vez más, ser ajustable unos 5 cm si fuese necesario. Los ajustes aquí son críticos ya que deben ser útiles a varios tipos de cuerpos y alturas. Hay que asegurar que es confortable para reposabrazos, alcanzar objetos o mirar un monitor. Lo mejor es evitar mesas muy grandes o profundas. Una opción es fabricar mesas a medida.



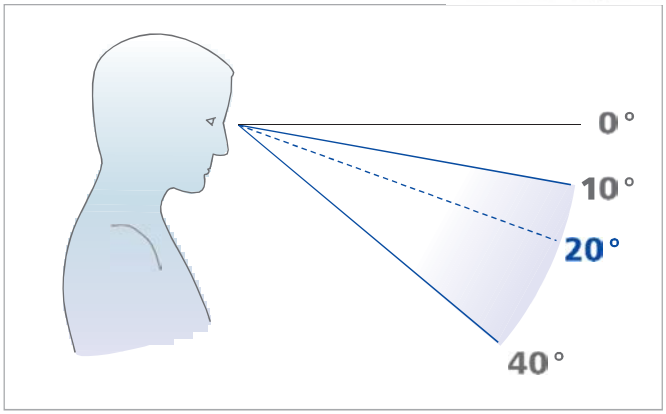


3) ¿QUÉ TIPO DE SILLA ES MEJOR?

Proporcionar unas sillas confortables es la clave para crear entornos ergonómicamente amigables. La silla correcta proporcionará el confort y el correcto apoyo lumbar a través de los ajustes del respaldo, de los reposabrazos, de la base de estrella de 5 puntas y los ajustes del asiento par aun óptimo confort. Debe subir o bajar en función del tamaño del usuario y las restricciones de la superficie de trabajo. Desde un punto de partida maniobrable la opción de ruedas o pies estáticos queda determinada por el tipo de suelo y dónde debe situarse y desplazarse el operario para llevar a cabo su trabajo.

4) ¿DÓNDE DEBEMOS COLOCAR LOS MONITORES?

Los monitores deben colocarse entre 50 y 100 cm desde la cara del trabajador para ayudar a evitar el cansancio ocular y ver el texto en pantalla fácilmente. La altura debe ser ajustable entre 20-30 grados por debajo del nivel de visión y estar colocada directamente enfrente del operario si es posible. No olvide que el contraste y el brillo debe ser ajustable de forma individual para que cada persona alcance su propio confort visual y aque una pantalla poco iluminada o una pantalla desenfocada puede causar estrés adicional..



5) ¿AFECTA LA ILUMINACIÓN EN EL TRABAJO? ¿CÓMO?

El confort visual es tan importante como el del resto del cuerpo. Determine si su trabajo requiere una observación intensa de detalles. Identifique si el proceso de realizar su trabajo crea sombras, en cuyo caso serían recomendables dos luces. Si hay un contraste pobre entre el objeto de trabajo y la superficie sobre la que trabaja la iluminación debe mejorarse. Estudie los niveles de iluminación ambiental y cómo cambian en las distintas zonas de la habitación. El tipo de luz y su ajuste dependerá del entorno y puede significar que debe usar luces LED, de mercurio, o de sodio de baja presión. Una buena iluminación hace que el cerebro trabaje menos para procesar la información y evita dolores de cabeza y fatiga.

Normalmente los valores de la iluminación o lux (lx) en un puesto de ensamble están entre 300-1000 lx y el índice de reproducción del color, que nos dice como de bien se reproducen los colores en nuestros ojos, es 80 CRI.

Hoy en día, puede incluso descargar alguna aplicación en su teléfono que le dice al instante los valores lux. Pruebe "lux meter" desde su app store. Pregunte a su suministrador por los niveles de iluminación y compruebe que son los adecuados para el tipo de trabajo a desarrollar.

COMPONENTES DE UNA BUENA ILUMINACIÓN

Lumninosidad y su disrtibución (dependiendo de la luz y superficies)

Iluminación

Índice de reproducción de color y color de luz.

Prevención de brillos (directos, reflejos)

Dirección de la luz (paralelismos, reflejos de brillos)

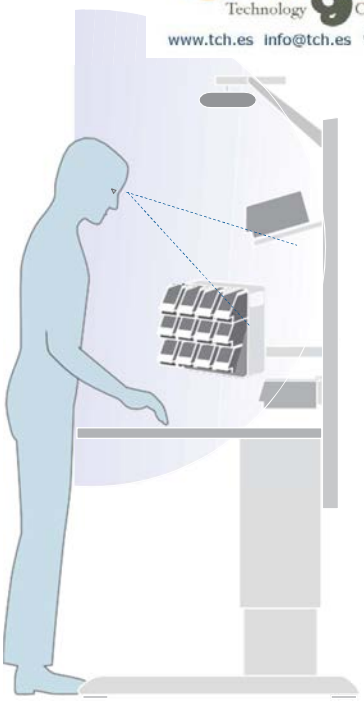
Variaciones de la cantidad de luz

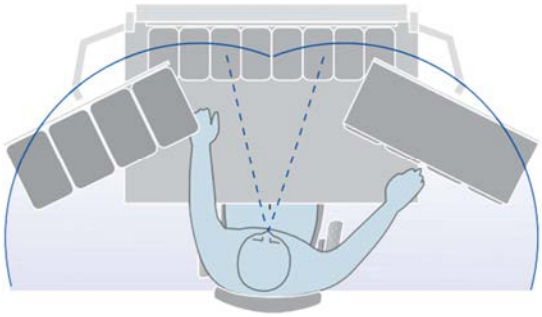
Parte de luz diaria

Sin parpadeos (sin efecto estroboscópico)

6) OTROS FACTORES

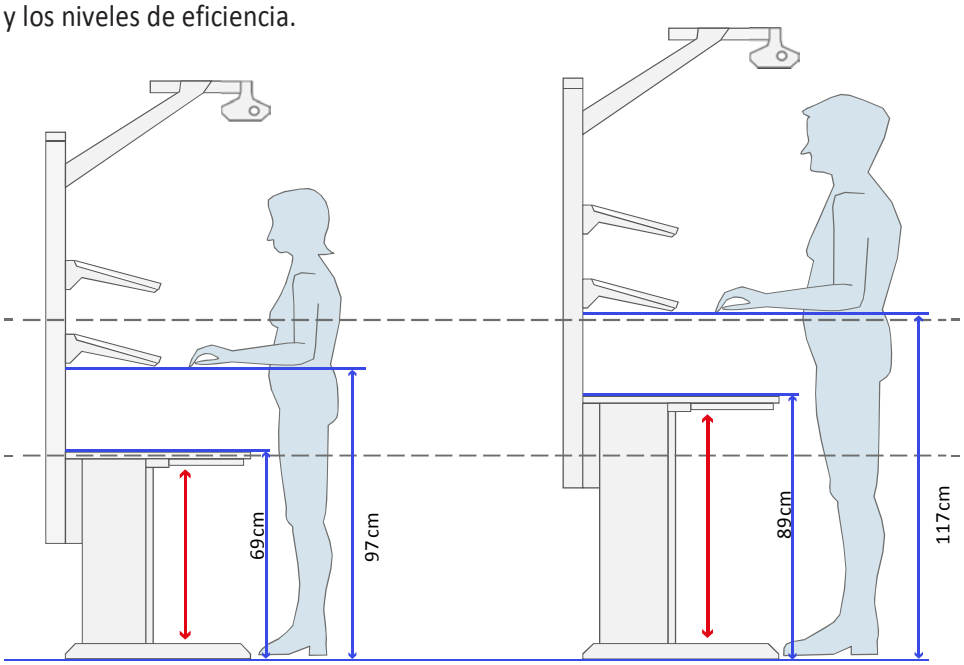
Otros factores a considerar son: la distancia del teclado, bandejas para el teclado, la distancia para alcanzar herramientas o material en la mesa, si se necesitan varios monitores, reposamuñecas y la posibilidad de usar elementos de almacenamiento como contenedores, cubiletes, etc. Además el aire acondicionado, la ventilación y las vibraciones también influyen en la ergonomía del entorno. Más allá de los elementos físicos, debería aminar a los trabajadores a mantener buenas posturas y tomar descansos regularmente para evitar tensiones, fatigas o molestias. Los estiramientos frecuentes pueden también ayudar a reducir las molestias.





Es importante recordar que la ergonomía no significa crear una solución específica para una persona en particular. La mayoría de los equipos de producción están compuestos por personas diversas. Diferentes físicos, tamaño de brazos, habilidades, niveles de visón diferentes… deben ser adaptados. El verdadero entorno ergonómico está creado de manera que pueda ofrecer flexibilidad, tener capacidad de ajuste y ser adaptable. Esto quiere decir que un hombre grande de 195 cm debe poder trabajar cómodo en un puesto mientras que una señora bajita y más delgada trabaja en otro. Las soluciones de ergonomía reconocen esto y ofrecen soluciones para acomodar todo tipo de cuerpos.

Un entorno ergonómico es perfectamente conseguible. Puede comenzar por pequeñas cosas e ir dando pasos a medida que obtiene resultados. Cultive un ambiente de trabajo sano y comenzará a ver cómo mejora la productividad y los niveles de eficiencia.

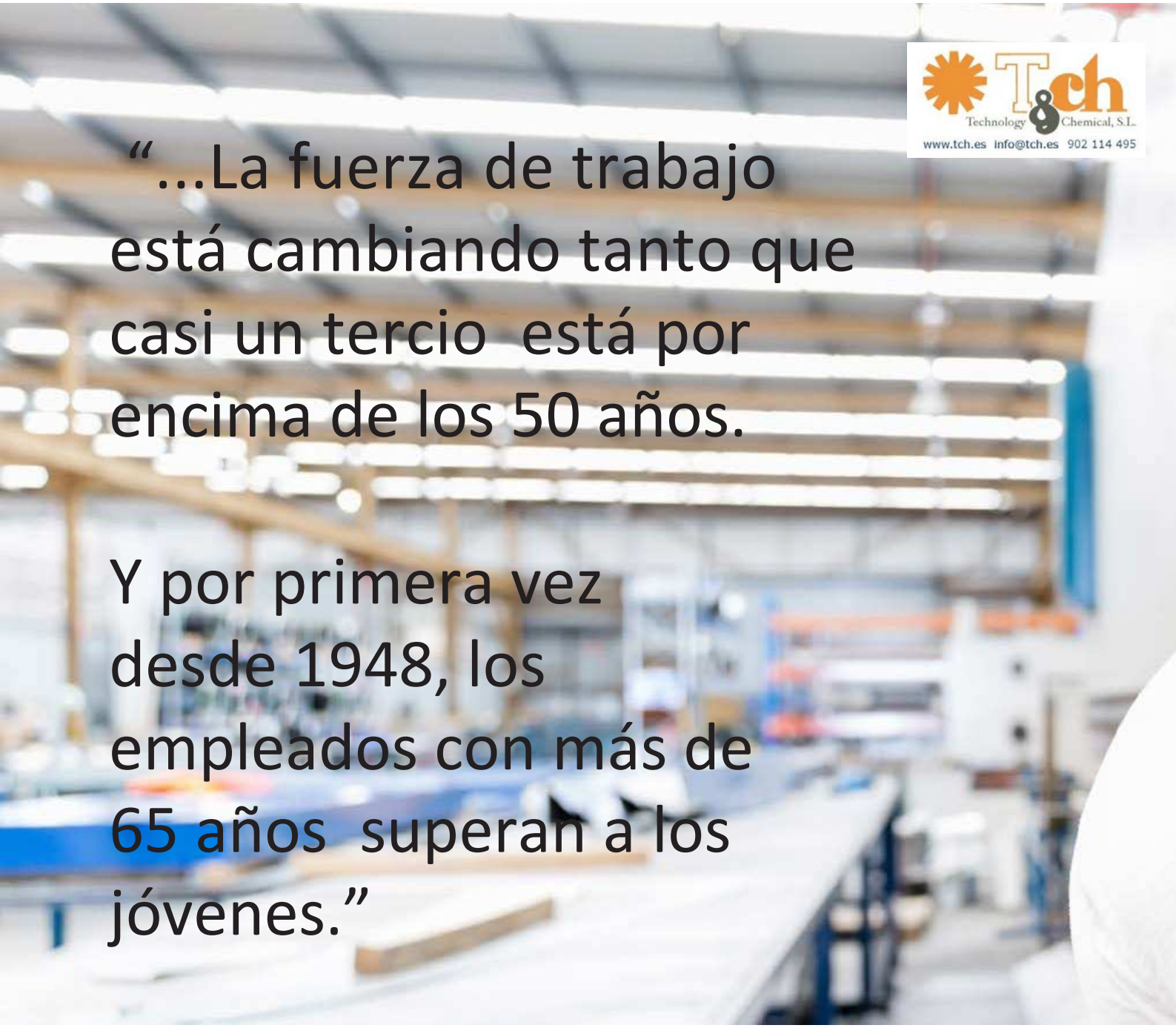


5 DESAFÍE A SUS PROVEEDORES

Nuestro espacio de trabajo es ahora más diverso que nunca. Mezclando géneros y culturas, nuestros equipos son ahora una mezcla de tamaños, formas y habilidades. Los equipos multiculturales necesitan estar equipados con los puestos de trabajo adecuados para conseguir que cada individuo consiga desarrollar todo su potencial para producir. Conocer cómo trabaja su equipo es primordial para implementar el mobiliario y equipamiento adecuado que permita hacer el trabajo de forma eficiente y confortable.

Luego debe asegurarse de que los proveedores seleccionados pueden adaptarse a esas necesidades. El mobiliario debe tener los ajustes necesarios para crear espacios de trabajo personalizados. Piense en la altura y distancia de los monitores, la altura de las sillas y mesas, la iluminación, etc. Considere y explore adaptaciones futuras como brazos articulados, extensiones, ganchos para colocar determinadas herramientas en alguna posición, etc. Recuerde que una mejora, por pequeña que sea, puede dar como resultado una mejora en la productividad. Haga que su proveedor demuestre sus funcionalidades, calcule sus beneficios y ofrezca sus referencias.

Un fabricante de confianza y que sepa de ergonomía puede suministrar puestos de trabajo con todas las posibilidades de ajuste necesarias con componentes estándar, sin costosas modificaciones adicionales. Y no se concentre únicamente en la importancia de esto en términos de la base actual de trabajadores, estructura de los cuerpos o la altura. La capacidad de cambiar y modificar el entorno es igual de importante. Como muchos otros, su equipo de producción está envejeciendo. La generación “Baby Boom” todavía tiene varios años de trabajo productivo en el futuro, pero sus necesidades son diferentes a las de los trabajadores más jóvenes, como los Millennials. Tal vez ya estén trabajando en el mismo puesto de trabajo, o tal vez esa sea la realidad en unos pocos años. En cualquier caso, querrá crear un entorno ergonómico sostenible, a largo plazo y que funcione bien, que continúe brindándole beneficios en términos de trabajadores productivos y saludables.



“...La fuerza de trabajo está cambiando tanto que casi un tercio está por encima de los 50 años.

Y por primera vez desde 1948, los empleados con más de 65 años superan a los jóvenes.”

Piense en esto. A nivel global, la fuerza de trabajo está cambiando tanto que casi una tercera parte está ahora por encima de los 50 años. Y por primera vez desde 1948, los empleados de más de 65 años superan a los jóvenes. Estos números están creciendo. Las empresas quieren mantener empleados de calidad en sus equipos por la experiencia que aportan, la madurez y la lealtad a la compañía. Algunos aún no pueden retirarse por motivos económicos. Así, hay que acomodar a trabajadores de estas edades. La ergonomía juega un papel muy importante aquí. Se necesita adaptación y soluciones para ajustarse a las necesidades. Tenga en cuenta sus movimientos, velocidad y niveles de visión para crear espacios que les ayuden a ser tan productivos como sea posible. La edad es algo más que un número. Puede significar una adaptación extra para conseguir la ergonomía en ese espacio.

También, al trabajar con un proveedor seleccionado, asegúrese de elige uno que puede dar respuesta a sus preguntas y cumplir con cualquier requerimiento que le pueda hacer. Desde una pequeña pieza hasta un puesto de trabajo completamente adaptado, vea si acepta el reto y puede entregárselo.

¿Cuál es el cronograma de esta estación personalizada? Después de todo, sus empleados todavía trabajan en sus estaciones incómodas y desactualizadas hasta que este proveedor pueda entregar las nuevas. Desafíe a su proveedor y asegúrese de que puedan entregar a tiempo y con cuidado. Verifique si el proveedor realiza capacitación de usabilidad después de la venta para que los usuarios de las estaciones de trabajo aprovechen al máximo la inversión. Y no se olvide de la instalación, soporte y servicio al cliente. Todos estos factores deberían tenerse en cuenta al seleccionar a su proveedor. Construya una relación sólida y elija uno que pueda satisfacer sus necesidades ergonómicas más importantes.

Recuerde, no existe la opción de "talla única". La naturaleza misma de la ergonomía significa que los puestos de trabajo se construyen teniendo en cuenta al usuario final para que trabaje de manera eficiente y cómoda. Por lo tanto, su compra para puestos de trabajo industriales ergonómicos no será la misma que la compra de cualquier otra compañía. Trabaje con un proveedor que le ayude a comprender sus necesidades en función de su personal, el tipo de trabajo que están realizando, el tipo de trabajadores, el espacio disponible y más. Los mejores fabricantes o proveedores de equipos y muebles ergonómicos trabajarán con usted para brindar las soluciones que mejor se adapten a sus necesidades.

6 LA FELICIDAD ES EL OBJETIVO

Los espacios de trabajo de calidad a menudo hacen que los empleados sean más felices. Si se sienten mejor, trabajarán y se desempeñarán en un nivel superior. Esto hará que esa compañía sea más productiva y rentable permitiendo reinvertir en sus empleados de otras maneras (incentivos, beneficios, retiros, etc.). El espacio de trabajo juega un papel crítico en ese sistema circular para crear la felicidad de los empleados y aumentar la moral general.

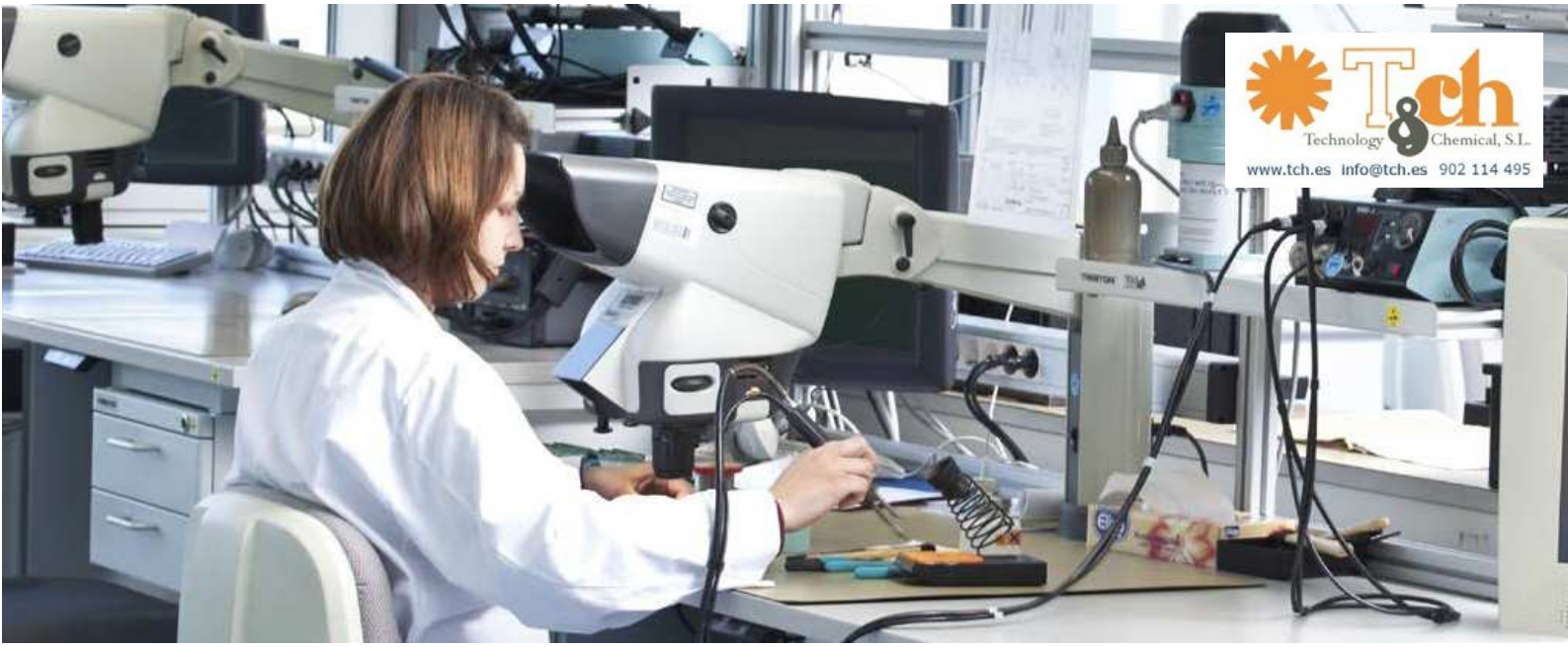
¿Sabía que los empleados que afirman que son felices en el trabajo toman 10 veces menos días de enfermedad que los empleados infelices? ¡Y en los EE.UU., El 36% de los empleados regalaría hasta $ 5,000 de su salario anual si eso significa que pueden ser más felices en el trabajo! Estas estadísticas son extremadamente reveladoras en términos de cómo el bienestar de los empleados es realmente el factor más importante para la satisfacción y la retención de los empleados. Desde el punto de vista de los recursos humanos, la seguridad y la productividad, toda la empresa debe comprometerse para garantizar que los empleados estén contentos con el entorno y los procesos. La ergonomía tiene mucho más impacto de lo que parece.

Se habla mucho de cuando un empresario invierte en nuevo equipamiento que ayudará a sus trabajadores a realizar sus trabajos mejor, más cómodos y sin molestias. Esta actitud de ayudar al trabajador a realizar su tarea de forma más confortable puede trasladarse a todo el equipo.

Piense en esto. Un trabajador a tiempo completo pasa en un puesto de trabajo en particular 40 horas por semana. Esto equivale a unas 2.000 horas al año. Ahora, continuemos y restamos el tiempo medio de traslado, digamos una hora, y sumemos siete horas para dormir. Ahora tenga en cuenta las compras, los viajes, las vacaciones y cualquier otra actividad semanal típica. El resultado es que el trabajador promedio pasa más tiempo despierto en el puesto de trabajo de la empresa que en cualquier otra actividad, incluso más que en el sofá de su sala de estar. Es abrumadoramente convincente lo importante que es esta área. Debería ser cómoda, amigable, y lo más importante, el trabajador debería sentirse cómodo trabajando aquí. Tómese en serio la satisfacción de los empleados. Con la ergonomía, los trabajadores pueden sentirse mejor y ser más felices en el trabajo.

Según un estudio realizado por la Universidad de Warwick en 2014, los trabajadores infelices han demostrado ser un 10% menos productivos, mientras que la productividad de un trabajador feliz será de un 12% más que el de un empleado medio. Estas estadísticas también probaron que los incentivos financieros por sí solos no son suficientes para impulsar la felicidad de los empleados. Aunque los empleados encuentran valor en sus nóminas, los motivadores claves para la felicidad se activan por el entorno de trabajo del empleado, un espacio de trabajo ergonómico, por ejemplo. Un puesto de trabajo saludable ayuda a los empleados a trabajar cómodamente sin dolores ni dolores.

Si la felicidad del empleado no es suficiente, no olvide los efectos financieros a largo plazo de un entorno de trabajo ergonómico adecuado. Menos lesiones en el lugar de trabajo, menor tiempo de respuesta y mayor producción. Los muebles ergonómicos personalizados pueden costar más que los puestos de trabajo de baja calidad actualmente, pero la inversión en el equipo correcto se amortizará con una mayor productividad y rendimiento.



7 MEDIR Y MEJORAR

A pesar los pasos que hay que dar y de que se necesita algo de tiempo, es sencillo ver cómo las mejoras en ergonomía pueden afectar de forma positiva tanto al bolsillo del empresario como al que toma las decisiones. Recuerde siempre medir y comunicar las medidas a tomar. Recuerde medir la velocidad y el rendimiento antes de la implementación y luego realizar un seguimiento constante o volver a medir para obtener una visión real del crecimiento de la productividad, e incluso del retorno de la inversión.

Si se le está midiendo la seguridad, compare los informes de lesiones históricas de los equipos y estaciones de trabajo anteriores frente a los informes de lesiones presentados después de la instalación de un nuevo equipo ergonómico. Considere más que simples accidentes. Piense en problemas de fatiga, dolores de cabeza u otras tensiones y trastornos musculoesqueléticos. Mantenga la seguridad en primer plano una vez que haya instalado las nuevas estaciones de trabajo y los muebles, y controle los efectos que han tenido.

No se olvide de las medidas más abstractas también, como la satisfacción del empleado y la comodidad del lugar de trabajo. Considere llevar a cabo encuestas con los empleados un poco después de la implementación del producto para garantizar que el nuevo equipo o los puestos de trabajo tengan un impacto positivo. Puede ser difícil para los empleados describir cómo se sienten, especialmente con preguntas abiertas, por lo que podría ser mejor preparar un cuestionario de opción múltiple o escala móvil.

Por ejemplo, en una escala del 1 al 10 (siendo uno el más severo), describa el nivel de incomodidad de su espalda después de terminar un turno de trabajo de 8 horas. ¿O tienes dolores de cabeza en el trabajo ahora? Sí o no. Si utiliza el mismo cuestionario antes y después de la implementación, puede comprender la correlación directa de cualquier mejora relacionada con lesiones, dolor o malestar.

O considere nuevamente las entrevistas 1:1, como las que realizó en las primeras etapas de este proyecto. Hable con su equipo para ver cómo se sienten. ¿Cuáles son sus reacciones ante los nuevos muebles industriales? ¿Cómo son sus niveles de fatiga? ¿Todavía luchan con ciertas tareas de la misma manera que lo hicieron antes? Observe. Documente las notas y respuestas y vea qué ha mejorado.

Deje que la ergonomía sea la fuerza guía para ayudarle a tomar una decisión para los nuevos puestos de trabajo y muebles industriales. El retorno de la inversión puede tomar algo de tiempo para ver resultados, pero el ahorro de costes efectivo y oculto dará lugar a empleados más fuertes, más confiables, más felices y más productivos.

SUMARIO

La Chartered Society of Physiotherapy (CSP) estimó en 2007 que algunas empresas del Reino Unido perdieron más de £ 3 millones anuales debido a la baja productividad. Esto se produjo como resultado de absentismo, lesiones o empleados que trabajan incómodamente. Piense en el ahorro de costes si esto solo se reduce ligeramente. Ahora, tenga en cuenta velocidades más lentas o ineficiencias debido a espacios de trabajo, herramientas y equipos obsoletos y vea cómo se ve afectado el rendimiento. Puede ser muy fácil ver cómo la ergonomía puede tener un profundo impacto en la producción y hacer que una empresa funcione a mejores niveles.

Aunque puede ser satisfactorio limpiarse las manos y darse una palmadita en la espalda después de la implementación, el proceso no se detiene allí. Conoce ya muy bien el deseo inagotable de mejorar hacia una productividad casi perfecta.

Haga los ajustes necesarios. Aproveche la nueva tecnología para complementar y mejorar sus nuevos puestos de trabajo. Continúe midiendo y buscando estas personalizaciones, complementos o mejoras en sus nuevos puestos de trabajo cuando sea necesario. Al continuar mejorando, continuará desarrollando mejoras en el sistema para que continúe funcionando y produciendo al más alto nivel posible, fundado sobre la ergonomía adecuada y moderna.

Un proyecto de puesto de trabajo ergonómico lleva una inversión inicial de tiempo de investigación, presupuesto, personalización y más, pero convierta esas inversiones en una oportunidad para el crecimiento empresarial. Mediante el uso de datos de referencia y KPI para justificar su decisión de inversión (antes y después), podrá justificar el efecto que la ergonomía tiene en los empleados y su trabajo. También puede comenzar poco a poco y aumentar las inversiones con resultados probados allanando el camino para continuar.

COLOQUE A SU EMPRESA EN LA PRIMERA LÍNEA ¡PONIENDO A TRABAJAR LOS PRINCIPIOS DE LA ERGONOMÍA PARA USTED!

TRESTON
DEDICATED TO HUMAN WORKSPACE

Technology & Chemical, S.L.
www.tch.es info@tch.es 902 114 495