“Mejorar el confort del trabajador mejora la productividad…”

Así lo señaló el Lic. José Luis Melo, experto en Ergonomía, que comentó la realidad de la disciplina en Argentina, las ventajas de implementar un plan en la materia y cómo realizarlo de manera exitosa.

FISO: A lo largo de la historia; ¿qué posicionamiento logró la ergonomía en Argentina?
José Luis Melo: Argentina fue un país de avanzada en la materia. A principios de siglo XX una figura como Alfredo Palacios –diputado nacional- instaló temas -sin saberlo- muy ligados a la ergonomía. Incluso trabajó para promover legislación que involucró directamente la salud del trabajador en el ámbito del trabajo como la Ley de la Silla o el Feriado Higiénico entre otros que sentaron precedente incluso a nivel internacional ya que décadas después de que se promulgaran sirvieron como base para leyes similares en Francia entre otros países.

FISO: Por lo que señala, aún sin tener claro que se trataba de la ergonomía, la inquietud de mejorar las condiciones de trabajo a favor de la salud de las personas fue una preocupación que se instaló tempranamente en nuestra sociedad…
J.L.M.: En efecto fue así pero a partir de la década del ’60 ese impulso no se aprovechó a favor de explotar el ámbito de la investigación y el desarrollo en la materia. Teníamos todas las condiciones dadas para transformar a nuestro país en pionero de la ergonomía y sin embargo ello quedó sólo en un buen propósito.

FISO: ¿A qué atribuye este fracaso?
J.L.M.: No podría señalar una única causa. Desde ya no hubo un firme propósito político, salvo algunas excepciones, de instalar el tema en “agenda”. También prevalecen factores económicos y culturales que no permiten ni a empresas ni a trabajadores considerar con seriedad las problemáticas que involucra esta

multidisciplina.

En algunos casos las empresas siguen enmarcando el tema de la seguridad y el bienestar de los empleados como un gasto. Por su parte, los trabajadores no logran concientizarse sobre la importancia de cuidar su salud durante la jornada laboral.

FISO: La realidad de la ergonomía en la Región, ¿es similar?

J.L.M.: Países como Chile, México y Venezuela lograron un desarrollo muy importante en la materia. Actualmente son los que poseen los laboratorios de ergonomía con mayores avances en la región.

En el caso de Argentina el retraso en la materia es significativo, de hecho no poseemos ni siquiera una antropometría del trabajador medio argentino. Este es un dato fácil de obtener pero muy valioso ya que sería de gran utilidad para la adquisición de máquinas o elementos de trabajo normativizados de acuerdo a la contextura física exacta y no desarrollados según la antropometría de un trabajador alemán (más grande) o un trabajador chino (más pequeño) por ejemplo.

FISO: ¿Cuál es la realidad actual de la ergonomía en Argentina?

J.L.M.: Si bien como señalé se produjo un estancamiento un claro intento de incluir la disciplina en la ponderación de las condiciones de trabajo lo contiene la Resolución 295 de 2003 que implica su estudio desde el aspecto ergonómico.

FISO: Más allá de la obligatoriedad por ley, desde su vasta experiencia, ¿por qué es relevante que una empresa involucre a la ergonomía en la evaluación y mejora de sus prácticas laborales?

J.L.M.: Principalmente porque la actual ética empresaria no avala bajo ningún punto de vista que la persona trabaje en condiciones que atenten contra su integridad y su dignidad. Pero, visto desde un ángulo práctico, no hay duda de que un trabajador sano que labore de manera confortable es un trabajador que produce más y mejor.

FISO: Dentro de la ergonomía, que como ya señalamos es una multidisciplina, un aspecto que no se relaciona con la misma es la actividad física como un recurso para mejorar las condiciones del trabajador y de sus tareas…

J.L.M.: En efecto, si bien para aquellos que no son especialistas no se establece esta relación es importante considerar que cualquier actividad laboral implica un esfuerzo físico similar al que se pone en juego en la práctica de un deporte, por lo tanto, no habría diferencia entre la preparación física que implica una y otra.

FISO: Visto de esa forma ¿qué se debería considerar durante la jornada de trabajo?

J.L.M.: Una etapa de precalentamiento y puesta a punto del tono muscular, para la ergonomía: la *calistenia*. No importa el tipo de trabajo, aún para aquellos que en su trabajo realizan una actividad tan sedentaria como ingresar datos en un ordenador es necesario considerar iniciar la actividad en forma paulatina.

Dada cierta cantidad de tiempo realizar pausas o pausas activas. Si la jornada implica tomar el almuerzo o la cena realizar un breve precalentamiento al regresar. Por último, próximo a finalizar la jornada comenzar a bajar de a poco el nivel de actividad, como una especie de relax.

No olvidemos que Argentina casi el 90% de los problemas de salud relacionados con el trabajo son los trastornos musculoesqueléticos.

FISO: ¿Qué otros aspectos son importantes considerar para incluir un plan de actividad física en el trabajo como medida ergonómica?

J.L.M: Otros puntos a considerar serían; integrar la teoría y la práctica que me brinda la disciplina con un buen control de gestión, es decir un seguimiento que me permita registrar los cambios.

Concientizar a los trabajadores del valor de incorporar hábitos o rutinas en este sentido.

*Si desea suspender el TecniFISO o modificar su dirección de e-mail, escriba a info@fiso-web.org

Por último transformar a los mandos medios de la empresa en aliados que sepan llegar no sólo con el control del cumplimiento de la norma sino con un discurso que los exhorte a cuidar de su salud e involucrarse con su propio bienestar.

Los buenos resultados no tardarán en llegar y en multiplicarse ya que además muchos de los logros son acumulativos.

*Si desea suspender el TecniFISO o modificar su dirección de e-mail, escriba a info@fiso-web.org