

Nuestro mejor papel es ayudarte

Introducción

En México, los riesgos ergonómicos constituyen un factor significativo en el desarrollo de enfermedades ocupacionales. En GCP, analizamos las consultas proporcionadas por el área médica para identificar la incidencia, causalidad y severidad de las lesiones musculoesqueléticas.

Objetivo

Fomentar una cultura organizacional comprometida con la promoción de entornos laborales que faciliten la identificación, prevención, análisis y control de los factores de riesgo ergonómicos derivados del manejo manual de cargas en nuestros centros de trabajo, con el objetivo de prevenir alteraciones en la salud de nuestros colaboradores.



- Se conformó y capacitó un comité multidisciplinario de ergonomía para analizar los puestos de trabajo y actividades, utilizando una matriz de identificación ergonómica y un triage de severidad, enfocado en los riesgos relacionados con el manejo manual de cargas, posturas forzadas y movimientos repetitivos.



- Se recolectaron características detalladas de las actividades, como el peso de los objetos manipulados, las posturas adoptadas, el acoplamiento mano-carga, el patrón de trabajo, las distancias de traslado, las superficies de trabajo, los obstáculos en la ruta y los factores ambientales.



- Se analizaron los datos obtenidos utilizando métodos adecuados para determinar el nivel de riesgo ergonómico.



- Se propusieron mejoras, correcciones y soluciones, que incluyeron aditamentos, modificaciones estructurales, capacitaciones y la implementación de nuevas prácticas.



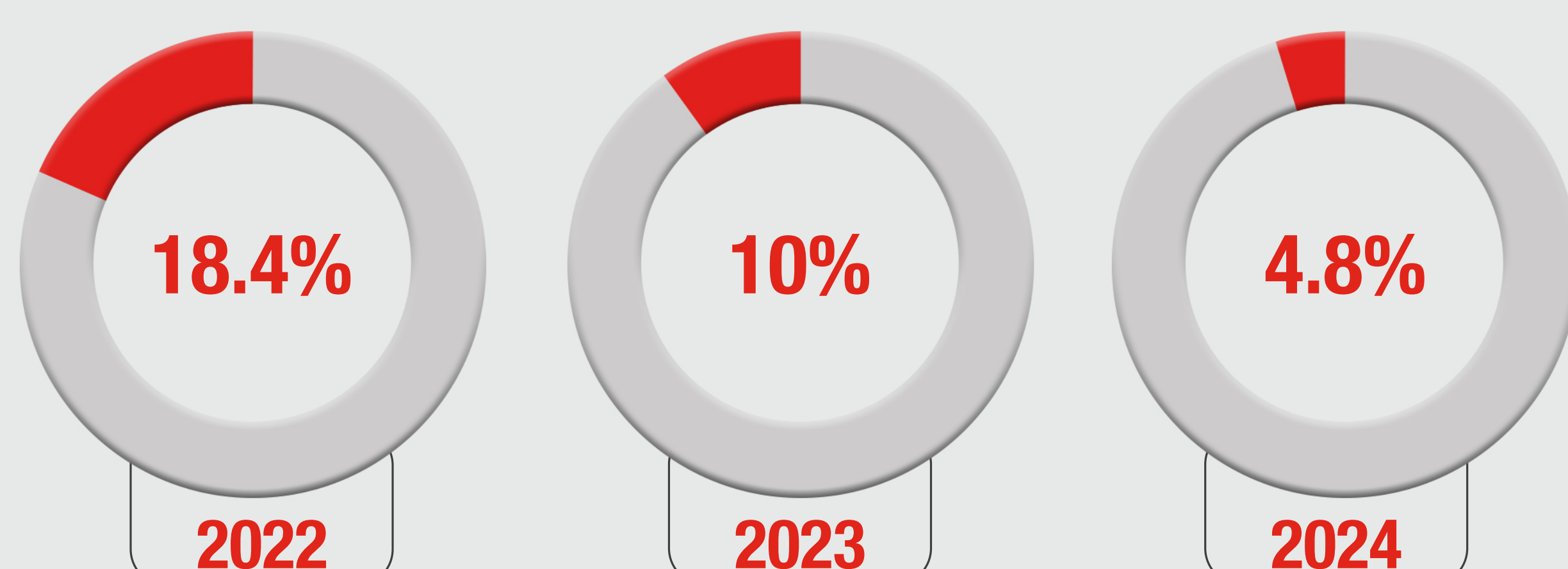
- Se elaboró un instructivo seguro de trabajo, que incluyó plantillas ergonómicas específicas para cada puesto.

Descripción de la buena práctica y su aplicación



- Se realizó un seguimiento de las implementaciones, asegurando la efectividad de las acciones tomadas.

Resultados



Disminución de la incidencia de **consultas musculoesqueléticas**.

- Mitigación de los riesgos ergonómicos e implementación de aditamentos adecuados.
- Fomento del trabajo en equipo y rotación de actividades.
- Incorporación de pausas para la salud.

Conclusiones

Las diversas medidas ergonómicas implementadas han demostrado su efectividad al lograr una reducción en la incidencia y severidad de las lesiones musculoesqueléticas.

