

HERRAMIENTA DESCRIPTIVA CON PERSPECTIVA DE GÉNERO PARA LA GESTIÓN DEL RIESGO ERGONÓMICO

Ficha técnica



Coordina:

CCOO de Catalunya

Elaborado por:

María José Sevilla Zapater y Montse López Bermúdez (FIMayo-ISTAS)

Mónica Pérez Cardoso, Carles Pérez Espona y Sergi Roselló Mayà (CCOO Catalunya)

Traducción de la versión al catalán:

Estíbaliz Medel (FIMayo-ISTAS)

Departamento lingüístico de CCOO de Catalunya

Maqueta:

Pilixip

Edita:

CCOO de Catalunya

Edición:

Valencia, diciembre 2023

Agradecimientos a las tres empresas participantes en el proceso de validación de la herramienta descriptiva, a las personas que han constituido los equipos de trabajo en cada una de ellas y a los trabajadores y trabajadoras que han facilitado información para la cumplimentación de la Ficha Técnica. Gracias a todas ellas, ha sido posible el desarrollo de este proyecto.

Con el apoyo de:



HERRAMIENTA DESCRIPTIVA VALIDADA

FICHA TÉCNICA PARA LA IDENTIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DEL RIESGO ERGONÓMICO CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

Objetivo: Facilitar la recogida de la información relevante a considerar para el diseño y el rediseño de un puesto de trabajo y en la identificación y evaluación de riesgos ergonómica con perspectiva de género.

PRIMERA PARTE: Datos de cabecera y Bloque A-B-C-D

Fecha/periodo de recogida de información:

Denominación del puesto de trabajo:

*Puesto de trabajo entendido como el conjunto de tareas desarrolladas a lo largo de una jornada de trabajo habitual, con condiciones concretas y por un colectivo de personas.

TODA LA INFORMACIÓN DE ESTA FICHA SE REFIERE ÚNICAMENTE A ESTE PUESTO.

Duración diaria de la jornada:

Descripción y objetivo: *(qué hacen y para qué)*

¿Se aplica un sistema de métodos y tiempos en el puesto de trabajo?

- Sí, se adjunta a esta ficha descriptiva.
- No, no existe, al menos predefinido.

INFORMACIÓN PREVIA

Posición del puesto en el organigrama:
 Departamento o sección al que pertenece:
 Puesto/s del que depende:
 Puesto/s que dependen de él:

Número de MUJERES que desarrollan habitualmente el puesto de trabajo:
 Número de hombres que desarrollan habitualmente el puesto de trabajo:

Mecanismos de comunicación y coordinación empleados:

Croquis correspondiente al espacio físico ocupado en el desarrollo del puesto de trabajo.
(se adjunta a la ficha descriptiva)

¿Se prevé algún cambio en el puesto de trabajo a corto o medio plazo?

- Sí
- No, ninguno

¿Para qué?

Si se prevé algún cambio que puede afectar a las condiciones de trabajo del puesto se debe valorar la continuidad del proceso de análisis actual; o incluso emplear la información de esta ficha en el diseño inicial de las condiciones ergonómicas asociados a los cambios previstos a corto o medio plazo. Si de lo contrario, no se prevé ningún cambio, continuar completando la ficha descriptiva.

¿Qué personas recopilan la información de manera consensuada? *(puedes marcar varias)*

- Miembros del Comité de Seguridad y Salud (CSS o representantes de la empresa y de la plantilla).
- Delegados y delegadas de prevención de CCOO.
- Delegados y delegadas de prevención de las distintas organizaciones sindicales en la empresa.
- Personal técnico del Servicio de Prevención.
- Otros:

¿Qué técnicas se emplean al recoger la información? *(puedes marcar varias)*

- Entrevista individual
- Entrevista grupal
- Conocimiento y experiencia profesional
- Observación directa
- Grupo de discusión
- Información documental del CSS
- Otras:

Documentos adjuntos con información complementaria de interés preventivo

- Descripción del puesto de trabajo existente.
- Normas y procedimientos de trabajo aplicables.
- Evaluación de riesgos laborales del puesto de trabajo.
- Evaluación de riesgos ergonómicos.
- Normas y procedimientos de trabajo.
- Sistema de métodos y tiempos.
- Croquis correspondiente al espacio físico ocupado.
- Datos sobre daños a la salud musculoesquelética: estudios epidemiológicos, resultados de aptitud de vigilancia de la salud, relación de accidentes de trabajo por sobreesfuerzo con y sin baja, relación de enfermedades profesionales por trastornos musculoesqueléticos con y sin baja, incidencias y quejas relacionadas con problemas de salud musculoesqueléticos.
- Otros:

PUESTO DE TRABAJO A ANALIZAR

Relación de tareas en el puesto de trabajo	Clasificación de la tarea	Duración de la tarea (horas)	Personas que desarrollan la tarea	Posición del cuerpo en la tarea
<i>(Denominación de la tarea)</i>	<input type="checkbox"/> Habitual, cada día. <input type="checkbox"/> Habitual, varios días por semana. <input type="checkbox"/> Habitual, varios días al mes. <input type="checkbox"/> Esporádica, 2 o 3 días al mes de forma irregular. <input type="checkbox"/> Esporádica, sin periodicidad y de forma aislada.	<input type="checkbox"/> Menos de 1 hora <input type="checkbox"/> Entre 1 y 2 horas <input type="checkbox"/> Entre 2 y 4 horas <input type="checkbox"/> Entre 4 y 6 horas <input type="checkbox"/> Prácticamente, toda la jornada. <input type="checkbox"/> Toda la jornada.	<input type="checkbox"/> Solo mujeres <input type="checkbox"/> Solo hombres <input type="checkbox"/> Mujeres y hombres por igual <input type="checkbox"/> Más mujeres que hombres <input type="checkbox"/> Más hombres que mujeres	<input type="checkbox"/> Sentada <input type="checkbox"/> De pie sin apenas moverse <input type="checkbox"/> Semisentada o apoyada <input type="checkbox"/> De rodillas o en cuclillas <input type="checkbox"/> Tumbada sobre la espalda <input type="checkbox"/> Caminando
<i>(Crear una fila por tarea)</i>	"	"	"	"
<i>(Crear una fila por tarea)</i>	"	"	"	"

¿Cuál es la zona corporal con mayores exigencias físicas y posturales en el desarrollo del puesto de trabajo? (según sexo)

MUJERES	HOMBRES
<input type="checkbox"/> Cuello <input type="checkbox"/> Espalda dorsal <input type="checkbox"/> Hombros <input type="checkbox"/> Espalda lumbar <input type="checkbox"/> Miembros superiores (codos, brazos y antebrazos, manos, muñecas y dedos) <input type="checkbox"/> Miembros inferiores (piernas, rodillas y pies)	<input type="checkbox"/> Cuello <input type="checkbox"/> Espalda dorsal <input type="checkbox"/> Hombros <input type="checkbox"/> Espalda lumbar <input type="checkbox"/> Miembros superiores (codos, brazos y antebrazos, manos, muñecas y dedos) <input type="checkbox"/> Miembros inferiores (piernas, rodillas y pies)

Descansos y pausas preestablecidas (listado y duración en la jornada):
 Otros tiempos de recuperación físicos y posturales (listado y duración en la jornada):
 Trabajo aislado o en equipo:

Listado de equipos, dispositivos, herramientas y útiles empleados:
 Listado de equipos de protección individual empleados:
 Variedad de piezas/productos manipulados y/o transformados:

Formación mínima requerida para el desempeño del puesto de trabajo:

Posibilidades de promoción en el puesto de trabajo (ascensos):

¿Para qué?

Se trata de una información básica para poder conocer un mínimo de las características del puesto de trabajo a analizar. Además, el tener que identificar previamente las zonas corporales con mayores exigencias físicas y posturales en el puesto, pone en alerta a la persona o personas que completan la ficha descriptiva en los posibles problemas musculoesqueléticos que puede llevar asociado el puesto de trabajo.

CONDICIONES DE EMPLEO

	MUJERES	HOMBRES
Tipo de jornada y horario	Número de mujeres	Número de hombres
<input type="checkbox"/> Jornada completa <input type="checkbox"/> Jornada parcial <input type="checkbox"/> Jornada reducida por cuidado <input type="checkbox"/> Horario partido (mañana y tarde) <input type="checkbox"/> Horario fijo de mañana <input type="checkbox"/> Horario fijo de tarde <input type="checkbox"/> Horario fijo de noche <input type="checkbox"/> Turnos rotativos excepto el de noche <input type="checkbox"/> Turnos rotativos con el de noche		
Tipología de contrato de trabajo	Número de mujeres	Número de hombres
<input type="checkbox"/> Contrato fijo o indefinido (empresa pública o privada) <input type="checkbox"/> Contrato fijo discontinuo <input type="checkbox"/> Contrato temporal (empresa pública o privada) <input type="checkbox"/> Contrato formativo <input type="checkbox"/> Otro:		
Tipo de remuneración económica	Número de mujeres	Número de hombres
<input type="checkbox"/> Salario fijo (sin rendimientos ni logros) <input type="checkbox"/> Salario mixto (variables y/o pluses relacionados con la cantidad, tipo y/o calidad del trabajo realizado) <input type="checkbox"/> Salario en especie (pagos que no son dinero, tarjeta de comida, transporte, formación, alojamiento, etc.)		

¿Para qué?

El análisis según sexo permitirá identificar si existen desigualdades de género (determinantes sociales) entre los hombres y las mujeres que desarrollan el mismo puesto de trabajo, aunque pudiera ser que con distintas condiciones de empleo.

PERSONAS QUE DESARROLLAN EL PUESTO DE TRABAJO

		MUJERES	HOMBRES
Edad		Nº mujeres	Nº hombres
<input type="checkbox"/> Menos de 31 años <input type="checkbox"/> Entre 31 y 44 <input type="checkbox"/> Entre 45 y 54 <input type="checkbox"/> Entre 55 y 64 <input type="checkbox"/> 65 años o más			
Estatura, peso y mano dominante	Nº mujeres	Estatura, peso y mano dominante	Nº hombres
<input type="checkbox"/> Menos de 152cm (percentil mujer <3) <input type="checkbox"/> Entre 153 y 163cm (percentil mujer >3-50) <input type="checkbox"/> Entre 164 y 174cm (percentil mujer >50-97) <input type="checkbox"/> 175cm o más (percentil mujer >97) <input type="checkbox"/> Menos de 45kg (percentil mujer <3) <input type="checkbox"/> Entre 45 y 57kg (percentil mujer >3-50) <input type="checkbox"/> Entre 58 y 74Kg (percentil >50-97) <input type="checkbox"/> 75kg o más (percentil mujer >97) <input type="checkbox"/> Diestra <input type="checkbox"/> Zurda		<input type="checkbox"/> Menos de 152cm <input type="checkbox"/> Entre 153 y 163cm <input type="checkbox"/> Entre 164 y 174cm <input type="checkbox"/> Entre 175 y 178cm (percentil hombre >37-50) <input type="checkbox"/> Entre 179 y 189cm (percentil hombre >50-97) <input type="checkbox"/> 190cm o más (percentil hombre >97) <input type="checkbox"/> Menos de 45kg <input type="checkbox"/> Entre 45 y 57kg <input type="checkbox"/> Entre 58 y 74Kg <input type="checkbox"/> Entre 75 y 84kg (percentil hombre >65-90) <input type="checkbox"/> Entre 85 y 91kg (percentil >90-97) <input type="checkbox"/> 92Kg o más (percentil hombre >97) <input type="checkbox"/> Diestro <input type="checkbox"/> Zurdo	
<i>*Estatura y peso basado en el estudio transversal de crecimiento de Bilbao según sexo hasta los 18 años, elaborado por el Instituto de Investigación sobre crecimiento y desarrollo, Fundación Faustino Orbeagoiz Eizaguirre, Edición 2011.</i>			
Antigüedad en la empresa		Nº mujeres	Nº hombres
<input type="checkbox"/> Menos de 1 año <input type="checkbox"/> Entre 1 y 3 años <input type="checkbox"/> Entre 3 y 5 años <input type="checkbox"/> Entre 5 y 10 años <input type="checkbox"/> Más de 10 años			
Antigüedad en el puesto de trabajo		Nº mujeres	Nº hombres
<input type="checkbox"/> Menos de 1 año <input type="checkbox"/> Entre 1 y 3 años <input type="checkbox"/> Entre 3 y 5 años <input type="checkbox"/> Entre 5 y 10 años <input type="checkbox"/> Más de 10 años			
Nivel de estudios		Nº mujeres	Nº hombres
<input type="checkbox"/> Sin EGB/ESO <input type="checkbox"/> EGB/ESO <input type="checkbox"/> Bachillerato/Formación Profesional <input type="checkbox"/> Enseñanzas de régimen especial (artísticas, deportivas, oficiales de idiomas) <input type="checkbox"/> Enseñanzas Universitarias			

PERSONAS QUE DESARROLLAN EL PUESTO DE TRABAJO			
BLOQUE D		MUJERES	HOMBRES
	Formación recibida en ergonomía laboral	Número de mujeres	Número de hombres
	<input type="checkbox"/> Específica de los riesgos ergonómicos del puesto de trabajo (manipulación manual de cargas, movimientos repetitivos, posturas forzadas, etc.) <input type="checkbox"/> Específica sobre calentamiento y ejercicios de estiramiento o similar, al inicio y/o final de la jornada laboral. <input type="checkbox"/> Curso básico de salud laboral (30 o 50 horas) <input type="checkbox"/> Ninguna. <input type="checkbox"/> Otra:		

FICHA TÉCNICA PARA LA IDENTIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DEL RIESGO ERGONÓMICO CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

SEGUNDA PARTE: Bloque E y Bloques F-G-H

BLOQUE E Definición del perfil de personas consideradas representativas en el puesto de trabajo según la información recopilada en los bloques B, C y D y que deben participar en la recogida de la información de los bloques F, G y H:

Número de personas que desarrollan el puesto de trabajo y que participan en la toma de datos descriptivos de los bloques F, G y H para la elaboración de esta ficha:

- Número de mujeres:
- Número de hombres:

Definitivamente, ¿las personas que participan en la toma de datos se corresponden con el perfil definido en este BLOQUE E?

- Sí, se corresponden con el perfil definido.
- No, por el siguiente motivo:

¿Para qué?

El análisis según sexo permitirá identificar si existen desigualdades de género y diferencias biológicas significativas entre los hombres y las mujeres que desarrollan el mismo puesto de trabajo y se presupone, con las mismas condiciones de trabajo (y de empleo). Además, la definición del perfil de personas consideradas representativas en el puesto de trabajo permitirá involucrar y hacer partícipes a estas personas en el proceso descriptivo del puesto de trabajo y en las acciones posteriores en la identificación y evaluación de los riesgos laborales. .

A continuación, cada persona trabajadora seleccionada en el BLOQUE E, cumplimenta individualmente la información del Bloque F-G-H, indicando su nombre y apellidos y respondiendo en la columna correspondiente según sexo.

Nombre y Apellidos:
Puesto de trabajo:
Fecha de cumplimentación:

CONDICIONES DE TRABAJO EN EL PUESTO

BLOQUE F Respecto a las **características del espacio** en el que se desarrolla el puesto de trabajo y condiciones ambientales, marca las situaciones presentes diferenciando según sexo:

MUJER	HOMBRE
<input type="checkbox"/> Calor <input type="checkbox"/> Frío <input type="checkbox"/> Humedad excesiva o deficiente <input type="checkbox"/> Corrientes de aire molestas <input type="checkbox"/> Ruido elevado <input type="checkbox"/> Vibraciones mecánicas <input type="checkbox"/> Iluminación inadecuada <input type="checkbox"/> Escaso espacio de trabajo <input type="checkbox"/> Exceso de espacio de trabajo (desplazamientos, alcances, alturas, dimensiones, etc.) <input type="checkbox"/> Suelo irregular, desniveles o rampas <input type="checkbox"/> Otros:	<input type="checkbox"/> Calor <input type="checkbox"/> Frío <input type="checkbox"/> Humedad excesiva o deficiente <input type="checkbox"/> Corrientes de aire molestas <input type="checkbox"/> Ruido elevado <input type="checkbox"/> Vibraciones mecánicas <input type="checkbox"/> Iluminación inadecuada <input type="checkbox"/> Escaso espacio de trabajo <input type="checkbox"/> Exceso de espacio de trabajo (desplazamientos, alcances, alturas, dimensiones, etc.) <input type="checkbox"/> Suelo irregular, desniveles o rampas <input type="checkbox"/> Otros:

Respecto a las **características de la organización del trabajo** en el puesto, marca las situaciones presentes diferenciando según sexo:

MUJER	HOMBRE
<input type="checkbox"/> Ritmo de trabajo elevado <input type="checkbox"/> Variaciones estacionales en la producción <input type="checkbox"/> Exigencias de calidad <input type="checkbox"/> Tiempos improductivos por fallos ajenos al trabajador o la trabajadora <input type="checkbox"/> Otras:	<input type="checkbox"/> Ritmo de trabajo elevado <input type="checkbox"/> Variaciones estacionales en la producción <input type="checkbox"/> Exigencias de calidad <input type="checkbox"/> Tiempos improductivos por fallos ajenos al trabajador o la trabajadora <input type="checkbox"/> Otras:

Respecto a las **características de la organización del trabajo** en el puesto, marca las situaciones presentes diferenciando según sexo:

MUJER	HOMBRE
<input type="checkbox"/> Levantar, sostener y/o depositar objetos, personas o animales manualmente de 3kg o más. <input type="checkbox"/> Transportar 3kg o más, a una distancia mayor de 1 metro. <input type="checkbox"/> Empujar y/o arrastrar 3kg o más manualmente mientras se camina. <input type="checkbox"/> Empujar y/o arrastrar objetos, personas o animales mediante medios mecánicos con ruedas. <input type="checkbox"/> Ejercer fuerza con las manos o el cuerpo. <input type="checkbox"/> Posturas del cuerpo estáticas. <input type="checkbox"/> Posturas del cuerpo forzadas en cuanto al ángulo de movimiento. <input type="checkbox"/> Movimientos repetitivos de miembros superiores.	<input type="checkbox"/> Levantar, sostener y/o depositar objetos, personas o animales manualmente de 3kg o más. <input type="checkbox"/> Transportar 3kg o más, a una distancia mayor de 1 metro. <input type="checkbox"/> Empujar y/o arrastrar 3kg o más manualmente mientras se camina. <input type="checkbox"/> Empujar y/o arrastrar objetos, personas o animales mediante medios mecánicos con ruedas. <input type="checkbox"/> Ejercer fuerza con las manos o el cuerpo. <input type="checkbox"/> Posturas del cuerpo estáticas. <input type="checkbox"/> Posturas del cuerpo forzadas en cuanto al ángulo de movimiento. <input type="checkbox"/> Movimientos repetitivos de miembros superiores.

¿Para qué?

La presencia de alguna de estas situaciones en el puesto de trabajo a analizar puede suponer la exposición a factores de riesgo negativos para la salud musculoesquelética. Será necesario considerarlos en la consecuente identificación y evaluación del riesgo ergonómico en el puesto de trabajo. Además, su análisis según sexo permitirá identificar si existen diferencias en el desarrollo del trabajo entre hombres y mujeres que desarrollan el mismo puesto de trabajo, aunque pudiera ser en distintas condiciones.

VALORACIÓN DEL ESFUERZO PERCIBIDO (Escala CR-10 de Borg)

BLOQUE C Según la siguiente tabla, ¿Cómo valoras el esfuerzo físico y postural de tu puesto de trabajo diario?

			MUJER	HOMBRE
Nivel indicador	Valor	Denominación	Respuesta (X)	Respuesta (X)
	0	Nada en absoluto		
	0,5	Muy, muy débil (casi ausente)		
	1	Muy débil		
	2	Débil		
	3	Moderado		
	4	Moderado +		
	5	Fuerte		
	6	Fuerte +		
	7	Muy fuerte		
	8	Muy, muy fuerte		
	9	Extremadamente fuerte		
	10	Máximo		

¿Para qué?

En el mundo laboral, la percepción de esfuerzo físico y postural describe la intensidad de las exigencias físicas a las que están expuestos los trabajadores y las trabajadoras, por lo tanto, es un buen reflejo de la aparición de fatiga muscular y/o de los TME, que se generan a partir de desajustes entre las capacidades de la persona trabajadora y sus demandas laborales. Además, su análisis según sexo permitirá identificar si existe distinta percepción del esfuerzo físico y postural entre hombres y mujeres que desarrollan el mismo puesto de trabajo y en las mismas condiciones.

OBSERVACIONES DE LAS PERSONAS TRABAJADORAS PARTICIPANTES

BLOQUE H

MUJER

HOMBRE

¿Para qué?

La opinión, las ideas y los razonamientos de las mujeres y hombres que desarrollan un puesto de trabajo, facilita información de primera mano, por parte de los protagonistas en el día a día en la empresa. El análisis de esta información agilizará enormemente la identificación de causas de exposición a los riesgos laborales y la búsqueda de medidas preventivas eficaces.

Con el apoyo de:

