

PRODUCTIVIDAD Y ERGONOMÍA EN EL PUESTO DEL TRABAJO

Un estudio de:



Con la colaboración de:





Hoy en día la tecnología permite a las empresas llegar más lejos que nunca, pero, aunque esto suponga una ventaja, también implica que la carrera de la competitividad se ha vuelto todavía más intensa.

A las empresas se les impone ser más productivas para conseguir mayores beneficios y así poder destacar frente a la competencia, esto es, hacer más con menos. Por supuesto, todo esto debe realizarse sin mermar en las condiciones laborales de los trabajadores.

La definición clásica de la productividad consiste en la relación entre la cantidad de productos obtenida por un sistema productivo y los recursos utilizados para obtener dicha producción. En muchas ocasiones, para mejorar la productividad se requiere una inversión por parte de la empresa que tiene como objetivo conseguir una producción más eficiente, buscando mantener el mismo número de empleados.

Precisamente, la tecnología es un factor fundamental en el aumento y mejora de la productividad. Los avances permiten a las empresas, a partir de una pequeña inversión, mejorar en sus ratios productivos. Los empleados pueden contar con herramientas más completas que les permite llevar a cabo su trabajo de manera más eficiente y cómoda.

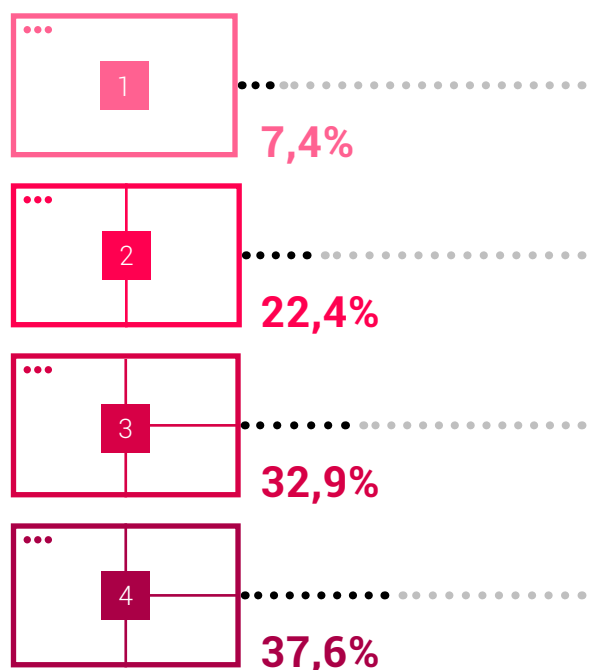
En este estudio hemos querido conocer si el hardware (ordenadores portátiles o sobremesa, monitores, estaciones de acoplamiento, impresoras...) de los trabajadores cuentan con todas las condiciones para llevar a cabo su día a día de manera eficiente, o si todavía existe margen de mejora.



Para saber si el hardware está preparado, lo primero que hay que tener en cuenta es el software que necesitan los empleados en su trabajo.

Los 814 trabajadores participantes han posicionado al correo electrónico, el navegador y los programas de ofimática como los softwares más utilizados en su rutina. De éstos, un 37,6% ha declarado que tiene que tener 4 o más programas de manera simultánea en la pantalla de su ordenador. Seguido de un 32,9% que utiliza 3 a la vez, un 22,4% que tiene que trabajar con dos y tan solo un 7,1% que únicamente precisa de un programa abierto.

Un 34,2% de los consultados comenta que su pantalla no le permite trabajar de manera cómoda con varios programas a la vez y de estos un 92,6% explica que de poder hacerlo su productividad mejoraría.



▲ Número programas de manera simultánea en la pantalla

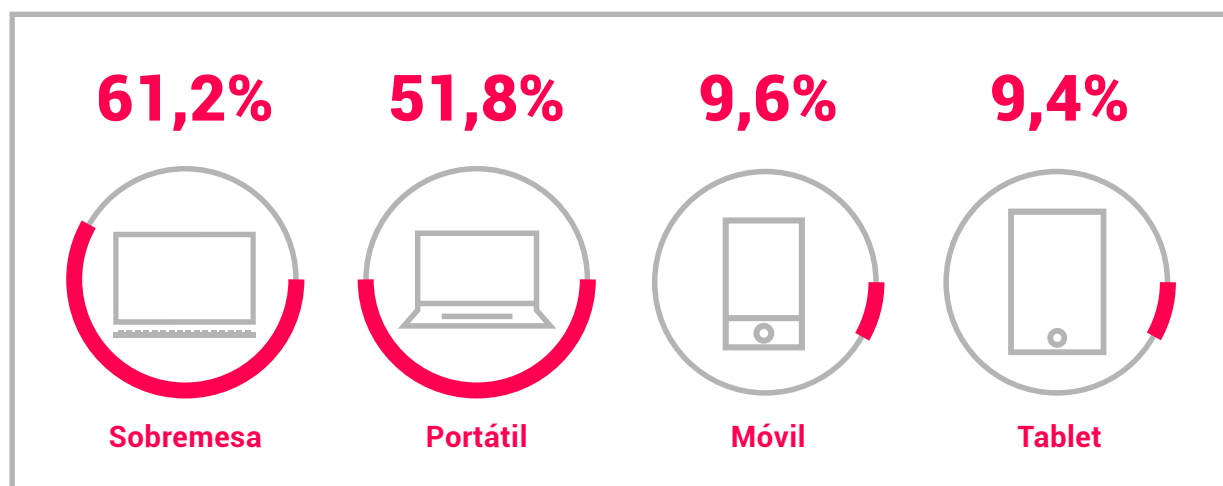
Los participantes en el estudio utilizan, principalmente, el ordenador de sobremesa (61,2%), seguido de portátiles (51,8%), el smartphone (9,6%) y la tableta (9,4%).

El 52,9% de los encuestados utiliza un monitor de entre 20 y 30 pulgadas, le siguen aquellos que trabajan con uno de menos de 20 pulgadas (42,4%) y existe un 4,7% que cuentan con uno de más de 30 pulgadas.

Solo un 28,2% trabaja con más de un monitor y un 51,8% necesita un monitor más grande para trabajar de manera más cómoda.



▲
Trabajadores con pantallas que permiten trabajar con varios programas a la vez



▲
Dispositivos más usados en el trabajo



Cuando analizamos la productividad en el puesto de trabajo es importante tener en cuenta la ergonomía del mismo. Es decir, que el espacio esté adaptado a las características fisiológicas, anatómicas, psicológicas y las capacidades del trabajador.

La aplicación reporta beneficios evidentes: Para el trabajador, unas condiciones laborales más sanas y seguras; para el empleador, el mayor beneficio es el aumento de la productividad. En este caso, para analizar la ergonomía de los puestos de trabajo hemos analizado la colocación del monitor y las características del área de trabajo.

Cuando se trabaja con ordenadores es importante que el monitor esté una altura similar a la de los ojos, o ligeramente más baja. El monitor se sitúa así en la zona óptima de visión, comprendida entre los 5°

y los 35° por debajo de la horizontal visual, y desde la cual se contempla todo sin ningún esfuerzo.

De esta manera se evita la sobreexigencia de los músculos de la columna vertebral sobre todo los de la nuca, que dan como resultado dolores de cabeza, espalda, hombros y/o cuello. Para mantener el ángulo, la pantalla o la mesa deben tener la altura regulable y además el monitor poseer una inclinación de por lo menos 3° hacia adelante y 15° hacia atrás desde el plano vertical.

En este sentido, los datos son positivos ya que un 85,9% contesta que su monitor está posicionado enfrente suyo. Además, un 70,6% respondió que su monitor está por debajo del nivel de los ojos.

Por otro lado, la pantalla ha de colocarse perpendicular a las ventanas. Nunca enfrente o de espaldas a ellas. En el primer caso, al levantar la vista, se pueden producir deslumbramientos. En el segundo, los reflejos de la luz natural sobre el cristal son inevitables.

En nuestro estudio, un 63,1% dijo que su monitor y su superficie de trabajo está libre de reflejos. Además, un 80% cuenta con una luz adecuada para leer o escribir documentos.

La distancia también es importante, y que en las tareas que impliquen la lectura de datos o de un texto, la distancia entre la pantalla y la persona debe ser superior a 40 cm e inferior a 70cm. Más o menos a un brazo de distancia. Aquí un 76,5% declaró tener colocado el monitor a esta distancia.





Si analizamos el área de trabajo vemos que la gran mayoría, un 92,9% tiene que utilizar elementos ubicados en este espacio, como bolígrafos, cuadernos, documentos, etc.

La mayoría, un 64,7% no cuenta con soporte especial para utilizar documentos. Solo un 35,3% tiene que utilizar un auricular mientras habla por teléfono. Además del ordenador para realizar su trabajo, un 81,2% utiliza también una impresora, seguido por un 67,1% que precisa de un teléfono fijo y tercer lugar un 50,6% que necesita un escáner.

Los portátiles han demostrado tener un gran protagonismo en los puestos de trabajo actuales. Más de la mitad (54,1%) lo utiliza. Cuando lo hacen por largos periodos de tiempo, un 77,1 % cuenta con teclado

y ratón externo y un 51,4% con monitor externo. Por último, solo un 22,9% cuenta con una estación de acoplamiento.

Para terminar, el trabajo a distancia ha demostrado ser una tendencia clave en muchas empresas, de hecho, un 80% han contestado que en ocasiones necesitan trabajar fuera de su puesto de trabajo. Al 54,4% su empresa le facilita un portátil para hacerlo y de éstos, un 27% no se adapta a sus necesidades. La mayoría (70%) necesitarían uno con una mayor potencia, seguidos de un 50% que quiere que sea más ligero y con mayor autonomía (50%).





RESUMEN EJECUTIVO

PRODUCTIVIDAD Y ERGONOMÍA EN EL PUESTO DE TRABAJO

Elaborado por MuyComputerPro y Total Publishing Network con el patrocinio de LG a partir de los datos obtenidos de una encuesta realizada a 814 trabajadores

Redacción: María Guilarte

Maquetación: Sara MM. Landrobe

Imágenes: Freepik, Graphicstock, Unsplash

(+34) 914 136 549 | marketing@tpnet.es tpnet.es

