

Universidad Nacional de Rosario
Facultad de Ciencias Médicas

GMD

Facultad Cs. Médicas
Biblioteca



TFEM 2518

Carrera de Especialización en Medicina del Trabajo

Condiciones de Trabajo y su relación con la
Salud del personal de limpieza del
Sanatorio Plaza de la ciudad de Rosario.

2021



DIRECTORA: AIELLO SILVIA
TUTORA: MUÑOZ FABIANA
ALUMNA: AYALA JULIETA C.

Índice:

Índice.....	1
Tema e Introducción.....	2
Antecedentes.....	4
Informe de la Organización Internacional del Trabajo	
Cuadernillo Informativo de PRL: CAMARERA DE PISO	
Encuesta realizada a los trabajadores de la salud en Buenos Aires	
Fundamentación.....	7
Marco Histórico.....	9
Objetivos General y específicos.....	14
Metodología.....	15
Marco Teórico y Legal.....	17
Trabajo y Salud	
Importancia de la salud y seguridad en el trabajo	
Ergonomía	
Categorías Generales, Particulares y Singlares	
Consideraciones sobre el proceso de Trabajo en estudio como Proceso Peligroso	
Breve reseña de la legislación laboral vigente	
Diagrama de Flujo.....	36
Análisis de los resultados y Discusión.....	37
Check List y Mapa De Riesgo.....	52
Conclusión.....	61
Anexo.....	64
Bibliografía.....	69

Condiciones de trabajo y su relación con la salud del personal de limpieza del Sanatorio Plaza de la ciudad de Rosario.

Introducción

En este trabajo se abordará como problemática el vínculo entre el trabajo y el proceso salud-enfermedad de los empleados de un sector de una institución de salud privada de la ciudad de Rosario.

Se abordará la situación laboral de los empleados, las exigencias y cargas a las que están expuestos y se caracterizará el perfil de salud mediante el análisis de la situación de salud y las percepciones que los trabajadores tienen de la misma.

La relación trabajo-salud es compleja y teniendo en cuenta la concepción de la epidemiología crítica en el estudio de los elementos del proceso de trabajo, los riesgos y exigencias, como así también los procesos culturales, económicos, políticos y ecológicos de los grupos sociales, podemos ver que son determinantes en la situación de la Salud colectiva.

El proceso de trabajo adquiere facetas o formas destructivas que suelen provocar cambios negativos para la salud, mientras que por otro lado, ese mismo proceso, desencadena consecuencias protectoras importantes, y eso, aun cuando se desarrolla bajo condiciones destructivas.

Estudiar el PSE de un trabajador implica posicionarse en diferentes escalones de análisis para poder conocer como el Plano Individual está determinado por un Plano superior, Particular y ambos por el Plano General.

A nivel general se analizará como las políticas institucionales, legislación, CCT, entre otros determinan los otros niveles.

A nivel Particular se intentará destacar las relaciones interpersonales y familiares y la relación con la sociedad.

A nivel individual se abordará la problemática desde el sujeto en sí y sus experiencias personales. Se plasmarán los datos obtenidos a través de fuentes de recolección directa o primaria por medio de observaciones y de encuestas que resultan de gran interés ya que la información allí encontrada representa la percepción del trabajador acerca de sus condiciones y medioambiente de trabajo.

Antecedentes

Informe de la Organización Internacional del Trabajo¹

Se calcula que cada año 2,34 millones de personas mueren de accidentes o enfermedades relacionados con el trabajo. La gran mayoría a causa de las enfermedades profesionales que existen, de las cuales 5.500 muertes diarias son consecuencia de las mismas. La OIT calcula que cada año se producen 160 millones de casos de enfermedades no mortales relacionadas con el trabajo.

China, por ejemplo, notificó que en 2010 se habían registrado en el país un total de 27.240 casos de enfermedades profesionales, la mayoría provocadas por exposición a partículas de polvo en el lugar de trabajo. En el mismo año, la Argentina informó de que se habían registrado en el país 22.013 casos de enfermedades profesionales, siendo los trastornos musculo-esqueléticos (TME) y las patologías respiratorias más frecuentes. En 2011, el Japón notificó un total de 7.779 casos, relacionadas principalmente con trastornos de la región lumbar, en el mismo año se registraron indemnizaciones en 325 casos de trastornos mentales. Los Estados Unidos informó que en 2011, 207.500 trabajadores sufrieron enfermedades profesionales no mortales; las enfermedades de la piel, la pérdida de audición inducida por el ruido y las patologías respiratorias fueron los tres trastornos de salud más frecuentes

Los tipos y las tendencias de las enfermedades mencionadas varían pero los trastornos musculo-esqueléticos (TME) son los trastornos de salud más comunes relacionados con el trabajo y que además el estrés laboral y sus consecuencias para la salud se han convertido en una gran preocupación.

¹ Organización Internacional del Trabajo, “La Prevención de las Enfermedades Profesionales”, Primera edición 2013.

La Argentina, China, Finlandia, Malasia, Portugal, Reino Unido, Tailandia y Vietnam han instaurado programas nacionales de seguridad y salud en el trabajo en los que la prevención de las enfermedades profesionales es una prioridad.

Cuadernillo Informativo de PRL: CAMARERA DE PISO²

- Caídas al mismo nivel y a distinto nivel
- Cortes, pinchazos y golpes
- Incendio
- Manipulación y uso de los productos químicos utilizados
- Ruido
- Condiciones y medioambiente de trabajo
- Iluminación
- Riesgos derivados de la manipulación de carga, posturas forzadas y movimientos repetitivos
- Estrés laboral
- Acoso laboral
- Violencia en el trabajo

Los Trastornos Musculo-esqueléticos (en lo sucesivo TME) incluyen un gran número de alteraciones de músculos, tendones, nervios o articulaciones que pueden darse en cualquier zona del cuerpo, aunque las más comunes son las que afectan al cuello, espalda y extremidades superiores. Pueden afectar tanto

² Secretaría de Salud Laboral: Cuadernillo informativo de PRL en camareras de piso. UGT-Madrid(2008-2011)

a las extremidades superiores como a las inferiores, y está demostrado que tienen una estrecha relación con el trabajo.

Otro factor que favorece la aparición de los TME relacionado con el ámbito extra-laboral de las trabajadoras es la doble presencia de las mujeres, es decir el tener que realizar las tareas domésticas y el trabajo fuera de casa, produciéndose una sobrecarga de trabajo, fatiga y estrés.

Encuesta realizada a los trabajadores de la salud en Buenos Aires ³

En el análisis por grupos de enfermedades, se mantienen como los daños más prevalentes los referidos a las enfermedades osteo-artículo-musculares y radiculares (81,6%), las oftalmológicas (60,8%), los padecimientos mentales (57,1%) y las enfermedades gastrointestinales –úlceras, gastritis, diarrea, estreñimiento, etc.– (47,9%). A su vez, se revelan algunos daños que de forma aislada no eran jerarquizados como es el caso de las enfermedades neurológicas –cefaleas, neuritis y neuralgias– (42,7%). La distribución porcentual de los problemas incluidos en el grupo de enfermedades osteo-artículo-musculares y radiculares en la población estudiada demuestra que, casi dos tercios de las menciones a este tipo de afecciones corresponden a los dolores de cuello, espalda o columna (37,3%), y los dolores lumbares (26,0%). Entre los grupos ocupacionales más afectados por este tipo de daños se encuentran los trabajadores de otras profesiones asistenciales (84,6%), los administrativos (83,6%) y el personal médico (83,2%).

³ Spinelli, Trotta, Guevel, Santoro y otros (2013). La salud de los trabajadores de la salud. Buenos Aires (Representación OPS/OMS;69)

Fundamentación

El trabajo, como creador de valores de uso, se constituye en un estímulo de potencialidades del ser humano, es decir, un productor de salud.

En este trabajo se abordará como problemática el vínculo entre el trabajo y el proceso salud-enfermedad de las personas que trabajan en servicios generales de una institución sanitaria privada de Rosario, dicha institución fue elegida por tener acceso a la misma, poder observar y recorrerla prestando especial atención a cuestiones que se desprenden del proceso de trabajo.

Estos empleados se encuentran expuestos a un conjunto de riesgos físicos, químicos y mentales que afectan su salud. El centro laboral es una realidad compleja, donde coexisten y se manifiestan simultáneamente un conjunto de procesos que afectan la salud y potencian las capacidades de los sujetos de realizarse.

Se pudo escuchar y vivenciar quejas y malestares de los más variados que hacían referencia a cuestiones asociadas con la salud, que se manifestaban por medio de la palabra, de asistencia al trabajo con dolencias físicas e inasistencias reiteradas por enfermedades emergentes vinculadas al proceso de trabajo o por exacerbación de síntomas de patologías pre-existentes, además de cambios en el estado de ánimo evidenciados por el nivel de tolerancia ante las exigencias del personal superior, compañeros, pacientes y familiares que asistían a dicho lugar.

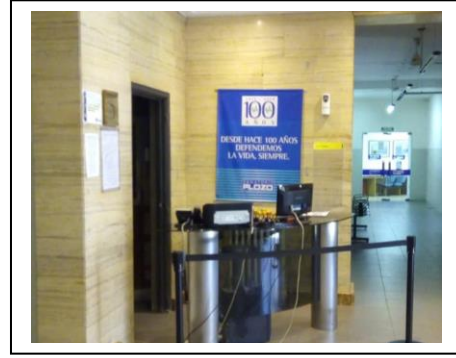
En el campo de la salud laboral, muchos estudios dan cuenta de los cambios y efectos que las nuevas formas de organización del trabajo, han causado en la salud de los trabajadores, y en particular, en los trabajadores de la salud. La mayoría de las investigaciones se han realizado enfocándose a los

profesionales de la salud (médicos, enfermeros, etc.). La poca información que se encuentra del resto de los trabajadores (no profesionales) de estas instituciones se centra en los accidentes laborales, mientras que otros síntomas o padecimientos derivados del proceso de trabajo y de su organización no son estudiados de forma exhaustiva, por tanto, la finalidad de este estudio es ofrecer un panorama de las condiciones y organización de trabajo, caracterizar el perfil de riesgos y exigencias y ver su relación con el perfil patológico que reportan estas trabajadoras.

Marco Histórico

La ciudad de Rosario, está ubicada en el centro-este argentino, en la provincia de Santa Fe. Es la tercera ciudad más poblada de Argentina. El Censo Nacional de Población de 2010 estableció una población 948.312 habitantes. La ciudad forma parte de una región de gran importancia económica.

El Sanatorio Plaza es un centenario efector privado fundado el 01 de diciembre de 1919. Este Instituto Médico Quirúrgico está ubicado en calle Dorrego 1550. El 02 de febrero de 2015 desde tribunales, brindaba el anticipo del ingreso a concurso preventivo de acreedores. El mismo tenía una elevada deuda cercana a los 200 millones de pesos, los principales acreedores eran AFIP, numerosos proveedores y muchos profesionales médicos. La situación financiera del sanatorio se habría complicado a fines del 2012, principios del 2013 con una deuda que tenía el PAMI con la institución. Según su abogado “era una situación circunstancial a la que se había llegado, pero el Sanatorio y sus prestaciones se mantenían sin inconvenientes al igual que las fuentes de trabajo”. En la actualidad, el sanatorio es una institución de salud polivalente que cubre el primero, segundo y tercer nivel de complejidad. Cuenta con médicos especialistas de renombre para todas las especialidades, un sector de internación de 130 camas, Unidad Coronaria, de Terapia Intensiva, de Neonatología, de Hemodiálisis, Medicina Nuclear y un destacado servicio de Cirugía Cardiovascular y Cardiología Intervencionista. En lo que refiere a diagnóstico por imágenes, brinda los servicios de Tomografía, Radiología, Mamografía, Ecodoppler, Ecografía 4 D y Resonancia Magnética, entre otros. Esta variedad de especialidades y prestaciones le posibilitan proyectarse como una institución que brinde la mayor complejidad médica, de manera que si el



paciente ingresa por una patología y requiere derivación a otro servicio médico, no tenga que dirigirse a otro efector de salud. Esto permitirá un crecimiento económico imprescindible para la institución, que no se obtuvo en las últimas décadas, cuando por el contrario se tendió a la descentralización. En lo que respecta a tecnología, entre los proyectos se encuentra el mejoramiento del servicio de Hemodinamia, con la adquisición de un equipo de última generación para el desarrollo de estas prestaciones, la incorporación de nuevos equipos para el diagnóstico de imágenes y el desarrollo del área de quirófano para las prácticas intervencionistas. Fruto de la multiplicidad de prestaciones y de la gran cantidad de obras sociales con las que opera, arriban a sus instalaciones un amplio abanico de pacientes y allegados a los mismos, con diversos requerimientos, demandas y situaciones socioeconómicas. No es difícil concluir entonces, que las emociones y vivencias de las cientos de personas que transcurren por sus pasillos son muchas y de diversa índole. En cuanto al perfil socio demográfico del personal estudiado observamos varias cuestiones que coinciden con los rasgos estructurales del sector salud a nivel nacional: gran presencia femenina, altos niveles de formación de la fuerza de trabajo y un elevado porcentaje de pluriempleo.⁴

⁴ Diario La Capital. (08 de marzo de 2015). El Sanatorio Plaza suma tecnología y redefine las prestaciones a pacientes. La Capital Web, págs. <https://www.lacapital.com.ar/la-ciudad/el-sanatorio-plaza-suma-tecnologia-y-redefine-las-prestaciones-pacientes-n472564.html>

Las condiciones de trabajo en el Sanatorio privado bajo estudio se encuentran reguladas por el Convenio Colectivo de Trabajo N°122/75, el cual fue sancionado a mediados de la década del setenta y agrupa a todo el personal de clínicas, sanatorios, hospitales, geriátricos y neuro-psiquiátricos de índole privada del país. Su contenido refleja distintos acuerdos entre los representantes gremiales y los empleadores, sistematizando una serie de luchas históricas por parte de los trabajadores del sector. El conjunto de regulaciones presentes en dicho convenio impacta en la forma que se organiza el trabajo, normalizando no sólo la evolución salarial sino también la duración de la jornada laboral, el tiempo y el contenido de las tareas a realizar, los periodos de vacaciones, licencias y descansos, entre otros aspectos. En el caso particular del personal de la sanidad algunos puntos de dicho convenio se encuentran rezagados en el tiempo puesto que las condiciones de trabajo han variado considerablemente en relación a la incorporación de nuevas tecnologías y la aparición de enfermedades y patologías propias de nuestro tiempo que al momento de su sanción en la década del setenta no existían.

Las mucamas de piso quienes tienen como tarea principal el mantenimiento de la higiene en su sector y también transportar alimentos para los enfermos y quienes se desempeñan en el área de cirugía, el CCT establece que su función es mantener la higiene de dicho sector sin realizar tareas de instrumentación. Si bien el CCT regula las condiciones laborales en los lugares de trabajo y define una serie de actividades a realizar, existen muchas otras tareas que no se encuentran estipuladas previamente pero que los trabajadores/as realizan en la práctica real o bien con el fin de solucionar imprevistos de la cotidianeidad laboral. Con respecto al sindicato, un 21 de septiembre de 1935 fue creado la

Asociación del Personal de Hospitales y Sanatorios Particulares de la ciudad de Buenos Aires⁵, que fue un pilar esencial en la construcción del sindicato nacional. Continuaron creándose filiales a lo largo el país: ATSA Rosario en 1935. Todas las primeras organizaciones de sanidad tuvieron en común tres objetivos: lograr la jornada de trabajo, lograr el mejoramiento salarial de los compañeros, y un objetivo de una importancia trascendente que demostraba las inquietudes de nuestros compañeros que se lanzaban a la vida gremial: la capacitación de los trabajadores. Actualmente el propósito del sindicato no difiere demasiado desde sus inicios:

- ✓ Ejercer la representación y defensa de los intereses individuales, colectivos y profesionales de los trabajadores que agrupa.
- ✓ Propender al mejoramiento moral, material, técnico, político y cultural de los afiliados.
- ✓ Promover la formación de escuelas de: Capacitación Profesional de las distintas ramas de la Sanidad; Capacitación Sindical para la preparación de futuros delegados y dirigentes y mejor conocimiento de los derechos del trabajador.
- ✓ Propender a la **UNIDAD** y **SOLIDARIDAD** de los trabajadores de la **SANIDAD**, nucleándose en nuestro gremio.



⁵ ATSA Buenos Aires. ¿Quiénes somos? Principios y propósitos.
<https://www.atsa.org.ar/quienes-somos>

P. B.	-Recepción	-Recepcionista y telefonista	- Otorgamiento de turnos - Asesora y deriva las llamadas
	-Estacionamiento	-Personal de seguridad.	-Controla entrada y salida de vehículos y ambulancias
	-Admisión -Consultorio ext.	-Administrativos -Administrativos	-Trámites internación y O.S -Trámites consultas médicas, estudios complementarios y cobro de prestaciones.
	-Laboratorio -Hemodinamia -Sala de Rayos	-Bioquímicos -Hemodinamistas -Técnicos	- Extracciones de muestra -Cateterismo -Obtención de placas RX y revelado
	-Guardia Gral. -Guardia Traumatológica -Mantenimiento -Servicio de Limpieza -Cocina -Farmacia -Consultorios	-Médicos -Traumatólogos	-Atención de urgencias -Urgencias Traumatológicas
		-Técnicos -Mucamas -Cocineras -Farmacéuticos -Oncología y Ginecología	-Arreglos en general -Higiene del sector -Elaboración de alimentos -Entrega de medicamentos -Atención de pacientes
1°	-Neonatología -Terapia -Ecografías -Banco de Sangre -Quirófano -Anat. Patológica -Electrocardiogramas -Consultorios Ext. -Servicio de Limpieza	-Neonatólogos -Terapistas -Ecografistas -Cirujanos, anestesistas -Patólogos -Técnicos -Pediatras, gastroenterólogos, neumonólogos, traumatólogos, cardiólogo y dermatólogos. -Mucamas	-Atención de neonatos -Atención de pacientes críticos -Realización de ecografías -Realización de cirugías de urgencias y programadas -Biopsias -Realización de ECG -Atención de pacientes de las diferentes especialidades -Higiene del sector
2°	-Oncología -Servicio de Limpieza -Office Enfermería	-Oncólogos -Mucamas -Enfermeras	-Internación de pacientes -Higiene del sector, etc. -Control de signos vitales, entrega de medicación, higiene.
3°	-Coronaria -Internación -Servicio de Limpieza -Office Enfermería	-Cardiólogos -Médicos -Mucamas -Enfermeras	-Internación de pacientes -Control de internados -Higiene, entrega de comida -Idem
4°	-Medicina Nuclear -Internación -Servicio de Limpieza -Office Enfermería	-Médicos -Médicos -Mucamas -Enfermeras	-Realización de estudios -Idem 3° piso -Idem -Idem

Cuadro de estructura y funcionamiento del Sanatorio Plaza.

Objetivos

OBJETIVO GENERAL

Describir y analizar el proceso salud-enfermedad de los empleados del Área de Limpieza del Sanatorio Plaza de la ciudad de Rosario, a fin de establecer la relación de dicho proceso respecto del proceso de trabajo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Describir las características generales y la situación laboral de la población estudiada.
- Analizar las cargas laborales, exigencias y riesgos a los que está expuesta la población.
- Indagar sobre el proceso salud-enfermedad y la calidad de vida de los trabajadores.
- Caracterizar el proceso de trabajo, teniendo en cuenta la percepción de los trabajadores.
- Detectar los procesos deteriorantes a los que están expuestos los trabajadores.
- Identificar los procesos protectores y desgastantes que enfrentan los trabajadores en su proceso de trabajo y su vida familiar.

Metodología

Se realizará un estudio observacional y descriptivo mediante un trabajo de campo utilizando fuentes primarias (con observación del lugar de trabajo, de las actividades de los empleados y elaboración de un mapa de riesgo), una encuesta individual (con una exploración sensorial y descriptiva del proceso de trabajo y de los posibles procesos peligrosos que de él se desprenden) de los empleados del Área de Limpieza del Sanatorio Plaza de la ciudad de Rosario, durante el periodo comprendido entre el 1º de febrero y 30 de julio de 2017.

La observación es una técnica de recolección de datos que explora, describe, comprende, identifica y genera hipótesis sobre ambientes, contextos, sub-culturas y la mayoría de los aspectos de la vida social.

Se realizará una encuesta individual, auto-administrada, anónima y con preguntas abiertas y cerradas; sobre condiciones de trabajo y salud. Es un instrumento que releva las condiciones de trabajo, empleo y su impacto en la salud de la población trabajadora, permitiendo obtener información de los factores de riesgo presentes, las condiciones de contratación, la configuración del tiempo de trabajo, los recursos y acciones preventivas desarrolladas por las empresas y los daños a la salud derivados del trabajo, entre otras dimensiones. (Ver anexo).

El Sanatorio Plaza tiene un total de 300 empleados aproximadamente en relación de dependencia, 31 corresponden a personal de limpieza.

En cuanto a la población en estudio, se trata de un grupo de 16 a la mañana y 15 por la tarde. Realizan una jornada laboral constituida por turnos de 8 horas diarias fijas con un sistema de franco 2 por 1. Desempeñan tareas de higiene de toda la institución, entregan las 4 comidas diarias a los pacientes

internados y realizan el recambio de ropa blanca cuando la cama no está siendo ocupada, en el caso contrario lo realiza la enfermera.

La muestra quedará conformada por el total de empleados que acepten participar del estudio en forma anónima y voluntaria, con preservación del derecho a la confidencialidad acorde con lo dispuesto por la Ley N° 26.529, prestando su consentimiento informado. Los datos se tabularán y se confeccionarán tablas y gráficos (en Microsoft Excel) para su presentación.

Marco Teórico-Legal

Los hechos que percibimos como fenómenos de salud y enfermedad ocurren en diferentes dimensiones. Los procesos correspondientes a espacios superiores tienen una relación de determinación sobre los procesos que corresponden a espacios de menor jerarquía.

Sin embargo, la forma como se desarrollan los hechos en un determinado nivel, se traduce en organización, acumulaciones biológicas y sociales, que afectan los niveles superiores de “determinación” y en el sentido contrario hay una relación de “condicionamiento”.

Espacio de lo singular

Las formas de vida y “estilos de vida” o la exposición individual a factores o procesos de riesgo constituyen los “grupos de riesgo”. Este es el espacio donde se ubican la mayor parte de los desarrollos teóricos-metodológicos y técnicos de la epidemiología, para la vigilancia epidemiológica de problemas específicos y para la evaluación de tecnologías. Es en definitiva recoger la forma como los procesos sociales y biológicos de determinación y condicionamiento se articulan para producir las manifestaciones singulares de los fenómenos de salud-enfermedad.

El tipo de acciones que se derivan de esta forma suelen tener carácter de control de daños y riesgos específicos y la organización del modelo asistencial a través de programas o servicios dirigidos a detectar problemas de salud.

Espacio de lo Particular

Los problemas aparecen definidos como variaciones del perfil de salud-enfermedad a nivel de grupos de población y radican en los procesos de reproducción social, condiciones objetivas de existencia (calidad de vida) de

cada grupo, leyes y principios que rigen y las formas como se organizan los diferentes “momentos” de dicho proceso.

Cuando habla de momentos, se refiere a la articulación de la reproducción biológica (gestación, crecimiento, desarrollo y patrones de respuesta inmunológica), ecológica (interacción con otros grupos y especies), de las formas de conciencia y de conducta (forma de percibirse a sí mismos y al resto de los grupos Sociales) y de las relaciones económicas (capacidad de trabajar, producir y distribuir bienes y servicios para satisfacer necesidades básicas).

El tipo de acciones a este nivel, tiende a organizarse con planes y programas de salud por grupos de población, permite redefinir el pensamiento preventivo y de promoción de salud, “estrategia de atención primaria”. Que involucran acciones sociales para transformar la calidad de vida de todos los sectores de la población.

Espacio de lo General

Implica políticas y planes de salud, necesidad de priorizar entre diferentes grupos de población, los perfiles de salud y el modelo asistencial teniendo en cuenta los procesos económicos, políticos, demográficos y las condiciones naturales del lugar. Este es el ámbito donde suelen definirse las características básicas del modelo asistencial.

El abordaje de los problemas de salud-enfermedad a este nivel permite identificar las relaciones entre ellos y los modelos económicos, los cambios históricos en los procesos políticos, el impacto de grandes catástrofes básicas, o naturales.⁶

⁶ Castellanos, P, L (1988). Sobre el concepto de Salud Enfermedad. Un concepto de vista epidemiológico. Vol.11. Revista Facultad Nacional de salud pública, 40-55

Trabajo y Salud

Comenzaré por definir cada uno y luego entender la relación entre ambos a través de la salud ocupacional.

El **Trabajo** es un derecho humano, una de las actividades más nobles, la que estructura su personalidad y es la fuente de los derechos laborales. Además de su carácter creativo, dada su capacidad de producir bienes y prestar servicios indispensables para la reproducción de la especie. Genera condiciones para el desarrollo de todas las dimensiones de la persona humana, y relaciones de intercambio y cooperación, constituyendo el “colectivo de trabajo”.

La **Salud** según la OMS, es “el estado de completo bienestar físico, mental y social y no simplemente la ausencia de infecciones y enfermedades”. A lo largo de los años se han implementado varias clasificaciones pero desde el año 2001 se ha puesto en consideración la CIF (Clasificación Internacional del Funcionamiento, la salud y la discapacidad) evaluando salud y estados de salud, a través de funciones fisiológicas y estructuras corporales (anatomía corporal), actividades y participación; y factores contextuales (ambientales y personales).⁷

A través del trabajo buscamos satisfacer una serie de necesidades: desde mantener el trabajo, hasta el desenvolvimiento profesional, personal y social. Sin embargo en este proceso podemos sufrir “agresiones” en nuestra salud, por ejemplo, si las condiciones y medioambiente de trabajo son inadecuadas.

De acuerdo con la OMS, la **Salud Ocupacional** es una actividad multidisciplinaria dirigida a promover y proteger la salud de trabajadores mediante la prevención y el control de enfermedades y accidentes, la

⁷ Tirelli, J., & Wetsman, S. (2009). Curso a la introducción a la salud Laboral. Santa Fe: Escuela Superior de Sanidad-FBCB-UNL

eliminación de los factores y condiciones que ponen en peligro la salud y la seguridad en el trabajo. Permite el enriquecimiento humano y profesional en el trabajo.

La OIT propone la “adaptación del trabajo a las capacidades de los trabajadores habida cuenta de su estado de salud física y mental” colocando de esa manera al individuo por sobre la tarea y superando el concepto de adaptar el hombre al trabajo. Además afirma que el trabajo ocupa la tercera parte del tiempo de las personas y que los ambientes y organización del trabajo conllevan fuentes de riesgo para la salud.⁸

Importancia de la salud y seguridad en el trabajo⁹

En la relación salud y trabajo existen tres grandes ámbitos:

1- Las condiciones de trabajo: (proceso de trabajo, procesos peligrosos y saludables). El proceso de trabajo, es decir el eje central de lo que sucede en un centro de trabajo y del cual surgen los procesos peligrosos (riesgos y exigencias) causantes de los problemas de salud. Lo importante es la identificación de las características de cada uno de los elementos del proceso de trabajo:

Objeto de trabajo: Es el elemento inicial y principal sobre el cual va a actuar el trabajador para transformarlo y obtener un producto determinado u ofrecer un servicio. Cuando se trata de seres humanos y no de objetos inanimados, es mejor denominarlos como objeto/sujetos de trabajo. En el caso de las mucamas del Sanatorio serían, la cama, el piso, el baño, mobiliario, etc.

⁸ Nieto, H.A (1999). Salud Laboral. En V. E. Mazzáfero, Medicina y Salud Pública (págs 3-16). Buenos Aires: EUDEBA

⁹ Betancourt, O.(2009) Enfoque Alternativo de la Salud y Seguridad en el Trabajo. Prevención es Desarrollo, 3-16

Actividad: Para que el objeto sea transformado es necesaria la participación del trabajador que con su accionar permite la obtención de un bien o servicio. En el ejemplo anterior, sería transformar en camas arregladas, piso, baños, mobiliarios limpios, etc. La Ergonomía es una herramienta muy útil para el análisis de este elemento del proceso de trabajo con base a lo que se ha dado en denominar análisis de la tarea.

Medios de trabajo: Son los elementos que median entre el objeto de trabajo y la actividad. Es decir, los implementos de los que se sirve el trabajador para ejecutar su tarea. En este caso incluye insumos, desinfectantes, instalaciones, etc.

Organización y división del trabajo: existen varias subcategorías

1-Tiempo de trabajo:

Duración de la jornada diaria y semanal

Presencia o no de horas extras, de doblada de turnos

Tipo de turno (diurno, nocturno)

Sistema de rotación de los turnos

Duración y frecuencia de las pausas

2-Cantidad e intensidad del trabajo:

Grados de atención que exige la tarea

Tiempos y movimientos

Repetitividad de la tarea

Ritmo

3-Vigilancia y control del trabajo:

Formas de control (productos, control de calidad, supervisión)

Niveles de supervisión

4-Tipo de actividad:

Posturas o posición en el trabajo

Posturas de las extremidades

Tipo de esfuerzo físico

5-Calidad del trabajo:

Forma salarial (salario fijo, a destajo, etc.)

Grado de conjunción entre la concepción y ejecución de la tarea

Monótono o cambiante

Posibilidad de desplazamiento

Posibilidad de comunicación

Posibilidad de creatividad

El proceso de trabajo determina las **CyMAT**. Con respecto al **medio ambiente** encontramos riesgos o contaminantes físicos (ruido, vibraciones, temperatura, iluminación, humedad, radiaciones, etc.), químicos (polvos, líquidos, humos, gases, vapores, malos olores, etc.), biológicos (virus, bacterias, hongos, parásitos, etc.). Además los factores tecnológicos y de seguridad que están estrechamente relacionados con la organización del trabajo e incluyen: disposición de máquinas, herramientas, instalaciones y productos, orden y limpieza, riesgo eléctrico, de incendio, de explosión, entre otros. Con respecto a las **condiciones de trabajo** además de lo antedicho se tienen en cuenta la ergonomía, sistemas de remuneración, servicios sociales y asistenciales (de las empresas y/o de las organizaciones sindicales) para el bienestar de los

trabajadores y sus familias, posibilidad de participación de los trabajadores en el mejoramiento de las CyMAT.¹⁰

La carga de trabajo puede adoptar una o más de las siguientes modalidades:

- 1- Carga física y el esfuerzo muscular: estática (postura) y dinámica (gestos y movimientos musculares)
- 2- Carga mental:
 - Puesta en funcionamiento de las estructuras mentales
 - Percepción de informaciones
 - Identificación y reconocimiento de las informaciones percibidas recurriendo a la memoria inmediata y/o a largo plazo
 - Procesamiento de la información y adopción de decisiones
 - Realización de la actividad que no siempre coincide con la tarea prescrita, y la evaluación de la misma
- 3- Carga psíquica:
 - Grado de iniciativa que requiere o exige el puesto de trabajo para que el trabajador conciba y ejecute la actividad real en función del trabajo prescripto
 - Reconocimiento social de la actividad propia
 - Comunicación
 - Cooperación
 - Requerimientos ocasionados por las relaciones o contacto con los pacientes y/o acompañantes

¹⁰ Neffa, J.C., & Giraudó, E. D.(1990).*Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo. Área de estudio e investigación en Ciencias Sociales del Trabajo* (págs. 13-117). Gral. Pacheco: HVMANITA

- La carga emergente, producto de la crítica situación política, social y económica que vive el trabajador en forma individual y colectiva

Los riesgos psicosociales en el trabajo que impactan en la salud en un sentido integral (físico, mental y social), pueden ser generados por los determinantes socioeconómicos y, esencialmente, las condiciones que asume el proceso de trabajo, su contenido y organización. En este marco, la salud-enfermedad se manifiesta no como un estado sino como un proceso biopsicosocial que no se reduce a las dimensiones biológicas y físicas del cuerpo individual sino que posee un carácter multidimensional, colectivo y eminentemente histórico. No sólo se debe tomar en cuenta los riesgos para la salud clásicos sino también las condiciones de trabajo resultantes de los factores sociotécnicos y organizacionales, los cuales impactan directamente en la configuración de la carga global de trabajo. El trabajo en sí mismo no es patógeno sino que es necesario analizar las condiciones en las cuales se desarrolla, esas condiciones no son irreversibles sino que son el resultado y el punto de partida de luchas colectivas.

Ergonomía:

Proviene del termino griego “Ergon” (trabajo) y “Nomos” (ley). Según Estrada “Es la Ciencia que estudia y optimiza los sistemas hombre-máquinas, buscando la adaptación de la maquina al hombre, preservando a éste en su salud y su dignidad, buscando la máxima eficiencia conjunta”. Su objetivo es ajustar el trabajo de acuerdo a las características anatómicas, fisiológicas, psicológicas y sociológicas del ser humano con la finalidad de alcanzar una alta productividad, con un mínimo esfuerzo y sin que se produzcan problemas de salud. “El

hombre, la máquina y el medio ambiente son vistos por la ergonomía como un todo complejo funcional en el que el papel rector corresponde al hombre”.¹¹ Teniendo en cuenta el proceso de trabajo de las mucamas influyen los factores Ergonómicos humanos tanto fisiológicos como psicológicos. Debido a que realizan un trabajo estático y dinámico (levantamiento y posturas inadecuadas, movimientos repetitivos en posiciones incómodas que pueden generar accidentes, equipo de protección personal ineficiente, etc.) y además se debe tener en cuenta las condiciones de vida, situación familiar; la salud propia y de los suyos; aptitudes, etc.

Existen comités de normalización ergonómicas: las normas ergonómicas son redactadas por los comités técnicos correspondientes, sus subcomités o por grupos de trabajo. Para ISO (organización internacional de normalización) sería el TC 159, para CEN (comité europeo de normalización) el TC 122 y a nivel nacional, los respectivos comités nacionales. Además la ergonomía es tratada en los comités técnicos de seguridad (TC 199 de ISO y TC 114 de CEN) con los que se mantiene una estrecha relación y cooperación.¹²

Los procesos peligrosos surgen durante el proceso de trabajo, ya sea de los objetos, medios de trabajo, de los insumos, de la interacción entre éstos, de la organización y división del trabajo o de otras dimensiones del trabajo, como el entorno y los medios de protección, que pueden afectar la salud de las trabajadoras o trabajadores. Son elementos concretos, fatigosos, detectables por los órganos de los sentidos y susceptibles de ser valorados con instrumentos.

¹¹ Betancourt, O. (1999). Las Disciplinas en la Salud. Para la Enseñanza y la investigación de la salud y Seguridad en el trabajo (págs 61-62). Quito: OPS/OMS-FUNSA

¹² Nachreiner, F. (1998). Ergonomía y Normalización. En OIT, Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo. Vol.1, parte IV, capítulo 29 (págs. 12-15). Madrid: Chantal Dufresne

Los Procesos positivos son las condiciones favorables para el desarrollo del ser humano y, por lo tanto son la antítesis de los procesos peligrosos.

- Relación entre concepción y ejecución
- Conjunción equilibrada en el desenvolvimiento de las potencialidades físicas y mentales
- Compañerismo y solidaridad
- Variación de la actividad
- Tareas creativas
- Valoración del trabajo por los compañeros y por los jefes
- Formación permanente

En todo proceso de trabajo se pueden desencadenar los dos tipos de eventos simultáneamente (destructivos y/o protectores). Los que se expresan con más fuerza o se hacen más ostensibles en el perfil epidemiológico depende del modo de vida y de la lógica que opera en la formación social correspondiente.

2- Las Condiciones de salud-enfermedad: Los efectos de las CyMAT sobre la salud de los trabajadores son:

- Fatiga psicológica y patológica
- Envejecimiento prematuro
- Diferente esperanza de vida
- Enfermedades profesionales
- Accidentes de trabajo
- Muerte de los trabajadores
- Efectos sobre dimensiones psíquicas y mentales

Accidente de trabajo: En la Ley 24557, o LRT, se dice claramente en el artículo 6, inciso 1 que: Se considerará **accidente de trabajo** a todo acontecimiento súbito y violento ocurrido por el hecho o en ocasión del trabajo, o en el trayecto entre el domicilio del trabajador y el lugar de trabajo, siempre y cuando el damnificado no hubiere interrumpido o alterado dicho trayecto por causas ajenas al trabajo.

En cambio en el Protocolo 2002, *relativo al Convenio sobre seguridad y salud de los trabajadores de la OIT* dice textualmente en el artículo 1, inc. a) el término **accidente del trabajo** designa los accidentes ocurridos en el curso del trabajo o en relación con el trabajo que causen lesiones mortales o no mortales.

Enfermedades profesionales: las que se presentan con frecuencia constante en un grupo de trabajadores expuestos a las mismas condiciones y medioambiente de trabajo, cabe aclarar la mayor incidencia de la población expuesta con respecto a la población general. En Argentina existe un listado de dichas enfermedades que elabora el poder Ejecutivo anualmente y forma parte de la ley de riesgo de trabajo (24.557), El listado identificará agente de riesgo, cuadros clínicos y actividades, en capacidad de determinar por si la enfermedad profesional. En cambio en el Protocolo 2002, dice en su artículo 1 inciso b): El término **enfermedad profesional** designa toda enfermedad contraída por la exposición a factores de riesgo que resulte de la actividad laboral.

Manifestaciones subclínicas o tempranas: son a estas manifestaciones a las que se debe poner atención antes de que pasen a formar entidades patológicas bien definidas y muchas veces irreversibles.

Manifestaciones saludables: son el resultado de la interacción entre los procesos positivos y el ser humano. Ejemplos de estas manifestaciones pueden ser la alegría, tranquilidad, bienestar, desarrollo de destreza, aumento de las capacidades mentales entre otras. Son las que se deben promover, desarrollar o impulsar, interviniendo en los procesos positivos de las condiciones de trabajo.

3- Las condiciones de vida: reposo, vivienda, recreación, alimentación, aspectos que modulan la relación entre los procesos peligrosos o positivos y las alteraciones de la salud o las manifestaciones saludables. Que dependen de las remuneraciones, bienes y servicios sociales, a los cuales se puede acceder y que satisfacen las necesidades básicas y esenciales.

Categorías Generales, Particulares y Singulares

Como cita Jaime Breilh “trabajar la complejidad del objeto de estudio mediante la categoría perfil epidemiológico, como una construcción que permite estudiar las contradicciones que determinan el modo de devenir la salud”¹³. El proceso de salud-enfermedad de los trabajadores no son fenómenos aislados, se plantean bajo la teoría de determinación y están influidas de distinta manera por las características individuales (estilos de vida) de los trabajadores, por las características de los grupos humanos (modos de vida) organizados en torno a

¹³ Breilh, J. (2009, 3ra. Reimpresión).Epidemiología Crítica. Ciencia Emancipadora e Interculturalidad. Buenos Aires: Lugar Editorial

la familia, gremio, clase social, instituciones, etc. y por las características sociales, económicas de una determinada sociedad, país o nación.

La investigación epidemiológica debe destacar algunos de los procesos del perfil epidemiológico como de mayor importancia estratégica para la acción, sea en el sentido de evitar o contrarrestar los procesos o facetas destructivas (prevención) o sea en el sentido de fomentar los procesos o facetas protectoras (promoción de la salud).

Consideraciones sobre el proceso de Trabajo en estudio como Proceso Peligroso

Con respecto al grupo en estudio se puede aseverar, que en el sector de la limpieza e higiene, existe una serie de riesgos laborales específicos o que se dan con más asiduidad. Gran parte de estas enfermedades o dolencias se pueden evitar con una formación adecuada y con la utilización de los equipos de protección necesarios.

Pero, en primer lugar, es importante identificar los riesgos específicos del sector de la limpieza, para lo que hay que basarse en el análisis del puesto de trabajo, de sus herramientas y de los locales en los que se desarrolla la actividad. Analizando las herramientas empleadas en la actividad de limpieza, se puede observar el tipo de trabajo y de movimientos que se precisa realizar.

El trabajo de limpieza implica una actividad intensiva con un alto ritmo cardiaco y con una evidente carga física de trabajo. Además, una buena parte de la jornada conlleva el manejo prolongado de equipos de trabajo.

Con respecto a la **Ergonomía**, el trabajo de limpieza implica frecuentes manipulaciones manuales de cargas (cubos de basura, bolsas de basura,

transporte de baldes cargados de líquidos varios, desplazamiento de mobiliario u otros obstáculos) para la más adecuada realización de las tareas.

Igualmente destacable resultaría el mantenimiento de posturas forzadas, es decir, aquellas que implican forzar de manera excesiva las articulaciones (para limpieza de una superficie elevada) o el mantenimiento durante períodos prolongados de una flexión de las articulaciones (para limpieza de zonas bajas y poco accesibles).

Los principales riesgos en este sector son los trastornos músculo-esqueléticos (problemas de espalda: lumbalgias, dorsalgias o lesiones cervicales). Se pueden producir en cualquier parte del cuerpo, pero son más sensibles los hombros, brazos, manos y espalda, en especial la zona dorso lumbar (lumbago, ciática, etc.). A continuación, señalaré cuáles son los factores que propician los problemas relacionados con la espalda y qué podemos hacer para prevenir los riesgos.¹⁴

- Carga demasiado pesada: Comprobar y evaluar el peso de la carga para dosificar el esfuerzo necesario. En general, y en condiciones ideales: límite 25kg ya que por sí mismas generan un riesgo independientemente de las condiciones ergonómicas.
- Carga inestable: Asegurar el agarre adecuado de la carga (esto nos garantiza un correcto levantamiento de la misma, así como evitar cortes y pinchazos con elementos cortantes en el interior de bolsas de basura).
- Carga voluminosa, falta de espacio y/o largos desplazamientos: Avisar a un compañero para que nos ayude.

¹⁴ Fuentes, M. (03 de mayo de 2009). Riesgos laborales específicos en el sector de la limpieza. <http://empresaylimpieza.com/art/672/riesgos-laborales-especificos-del-sector-de-la-limpieza>

- Posturas forzadas o procedimiento incorrecto al levantar carga: Siempre que sea posible, se debe empujar o deslizar la carga y emplear elementos mecánicos o ruedas, que deben ser puestos a disposición de los trabajadores por parte del empleador.
- Movimientos repetitivos: Evitar trabajar siempre en la misma postura. Tratar de alternar la posición de pie-sentado.

También son habituales los aplastamientos, los golpes contra los objetos (herramientas, mobiliario) y contusiones por caídas de la carga.

En lo que respecta a la especialidad de **Higiene Industrial**, podemos destacar riesgos derivados de: – Manipulación y uso de los productos químicos para realizar las tareas de limpieza, desinfección, abrillantado, etc., que implican una serie de riesgos que hay que conocer y evitar. Con el objetivo de ofrecer una información clara, comprensible y normalizada en relación a los peligros asociados a dichos productos, se elaboró una herramienta de alcance internacional denominada Sistema Mundialmente Armonizado de Clasificación y Etiquetado de Productos Químicos (GHS).

Precisamente, estar bien informado es una de las medidas preventivas más eficaces frente a estos productos. También es fundamental seguir las instrucciones del fabricante, tener una formación adecuada y disponer de los equipos de protección individual necesarios.

– Ruido provocado por los equipos de trabajo (aspiradoras, pulidoras, enceradoras, etc.). – Condiciones ambientales en los lugares de trabajo (temperatura, humedad). – Iluminación de los lugares de trabajo.

Con respecto a la **Seguridad en el trabajo**, se pueden destacar los cortes, pinchazos, heridas o arañazos producidos por esquinas demasiado afiladas,

residuos cortantes que se pueden encontrar en las basuras, superficies demasiado rugosas, clavos, etc.

En el sector de la limpieza, otro de los riesgos más habituales son las caídas, que pueden ser a distinto nivel que suelen producirse cuando se usan escaleras de mano para acceder a limpiar lámparas, estanterías, techos, etc. o al mismo nivel (resbalones, caídas, tropiezos, choques, etc.). A continuación, señalamos las causas más comunes de las caídas al mismo nivel y qué medidas se pueden tomar para prevenir estos riesgos:

- Suelos mojados: En tareas de limpieza en mojado, se debe limpiar y secar inmediatamente, si es posible. Si no, dejar siempre una zona de paso seca. A todo lo anterior, como complemento, se le debe añadir la señalización de la zona.
- Suelos pulidos o encerados: Se deben evitar los suelos pulidos. Asimismo, las tareas de encerado deben ser limitadas a los momentos del día sin presencia de trabajadores o con una mínima presencia.
- Suelos irregulares: Las zonas de trabajo deben disponer de suelos regulares, estables y con materiales antideslizantes. En caso contrario, se recomienda el empleo de calzado cerrado, con suela estriada y de goma para evitar resbalones.
- Si el suelo está desgastado y resbaladizo, hay agujeros o irregularidades, se debe comunicar rápidamente al responsable de seguridad.
- Máquinas portátiles desubicadas, o en zonas de paso y sin control, y falta de orden y limpieza en los lugares de trabajo (favorecen tropiezos y golpes): Se solventa favoreciendo la recogida selectiva de residuos

(para el personal de limpieza), facilitando recipientes adecuados en función a las características de cada tipo de residuo. También poniendo a disposición de los trabajadores en el lugar de trabajo elementos que sirvan para evitar residuos alrededor de las zonas de trabajo.

- Falta de iluminación o iluminación pobre en escaleras y zonas de paso: Ajustar la intensidad de luz a la tarea a realizar, así como informarse e informar al resto de trabajadores y mandos intermedios del estado de las luminarias.

Por otro lado, el riesgo de incendio es especialmente alto debido a la importante concentración de personas cuyos comportamientos preventivos no siempre pueden ser eficazmente controlados y por acumulación de fuentes de ignición (cocinas, calderas, etc.) y de materiales inflamables (telas, papeles, etc.). Por otra parte, la instalación eléctrica puede ser un importante factor de riesgo de electrocución e incendio. Igualmente, los equipos empleados en la limpieza, como aspiradoras, pueden suponer un riesgo si no son empleados y mantenidos adecuadamente.

Para prevenir o minimizar los riesgos mencionados anteriormente se debe garantizar un correcto diseño de los edificios, del mobiliario, de las instalaciones, de las máquinas (pulidoras, enceradoras, etc.) y de los métodos de trabajo.

Asimismo, otros factores que sirven para garantizar la seguridad, entre los que podemos destacar el estado del suelo, los obstáculos fijos o provisionales (techos bajos, columnas, esquinas, maquinaria portátil), las escaleras, la iluminación, la señalización entre otros. Con respecto a la Bioseguridad teniendo en cuenta la Prevención de Enfermedades y accidentes laborales de

los trabajadores de la salud, generalmente requiere interrumpir las vías normales de transmisión a través de las siguientes medidas: higiene de manos, elementos de protección personal como guantes, barbijos, protección ocular, camisolín)¹⁵, el empleador debe facilitar a los trabajadores todos los medios de protección necesarios, además de dar formación e instrucciones claras y precisas sobre su utilización; evitar accidentes corto-punzantes y además recibir las inmunizaciones: Difteria/Tétano, Hepatitis B e Influenza.

A continuación hare una breve reseña de la legislación laboral vigente:

Ley N° 24.557 (Riesgos del Trabajo): tiene como objetivo la prevención de los riesgos derivados del trabajo, reparar los daños derivados de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales incluyendo la rehabilitación de los trabajadores damnificados y promover la negociación colectiva laboral para la mejora de las medidas de prevención y de las prestaciones reparadoras.

Ley N° 19587 (Higiene y Seguridad en el Trabajo): tiene como objetivo proteger y preservar la integridad de los trabajadores neutralizando o aislando los riesgos y sus factores más determinantes y así poder disminuir los accidentes y enfermedades.

Ley N° 20.744 (Contrato de Trabajo): tiene como principal objeto la actividad Productiva y creadora del hombre en sí, media entre las partes una relación de intercambio y un fin económico en cuanto se disciplina por esta ley. Rige todo lo relativo a la validez, derechos y obligaciones de las partes.

Ley N° 12.913(Comité mixto): tiene por misión velar y promover la protección de la vida y la salud de los trabajadores, cualquiera fuera a modalidad o plazo

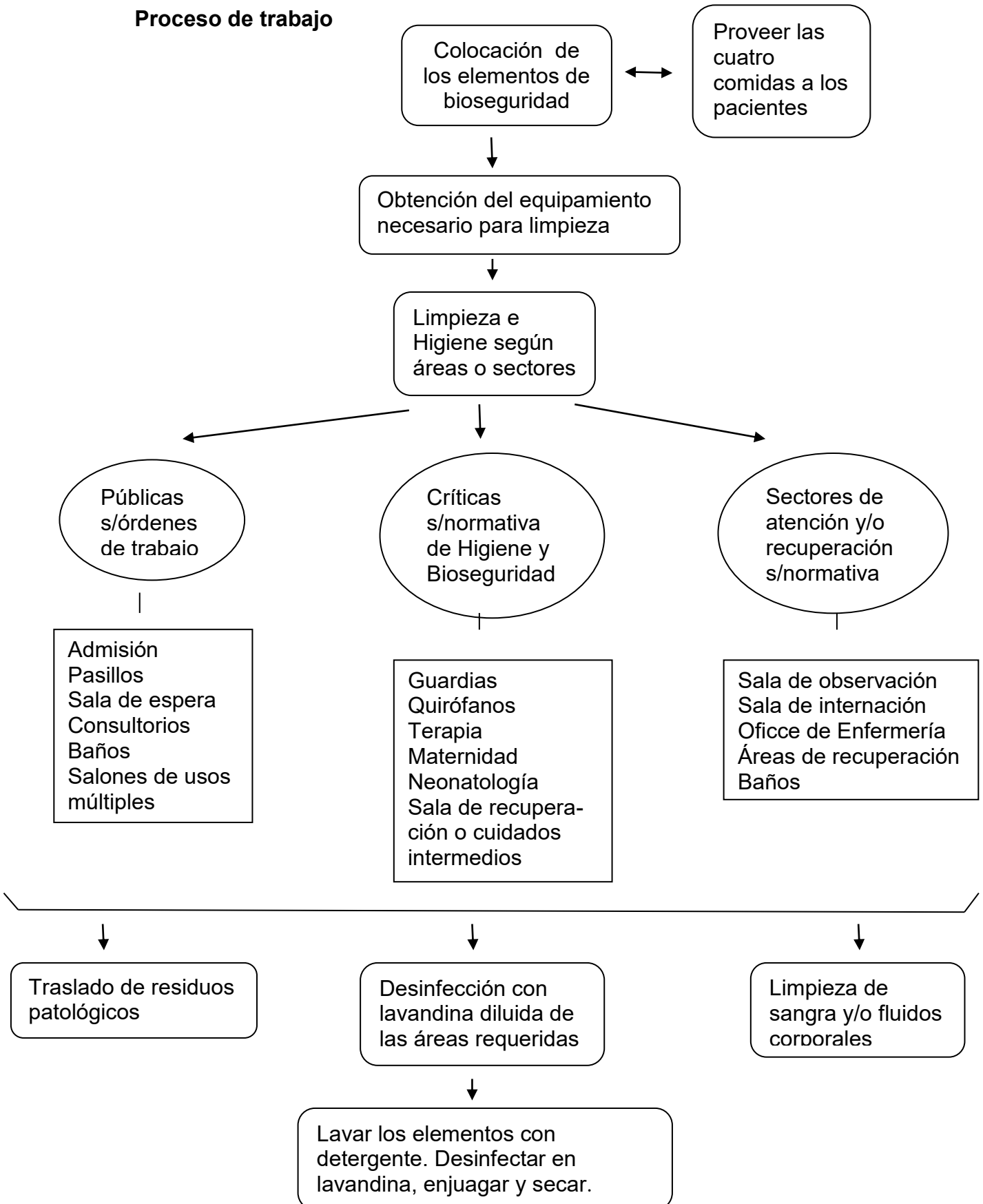
¹⁵ Ministerio de Salud 2013. Manual de Mucamo/a. Santa Fe.

de su contratación o vínculo laboral y el mejoramiento de las condiciones y medio ambiente de trabajo a través de la coparticipación de los trabajadores.

Ley N° 12.434(Violencia Laboral): tiene como objetivo prevenir, controlar y sancionar la violencia laboral, y brindar protección a los/as trabajadores víctimas de las mismas, los/las denunciantes y/o testigos de los actos que la configuren.

Diagrama de flujo

Proceso de trabajo

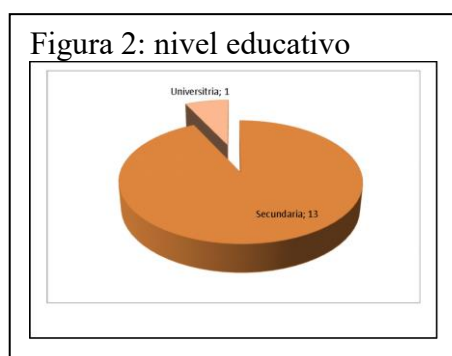
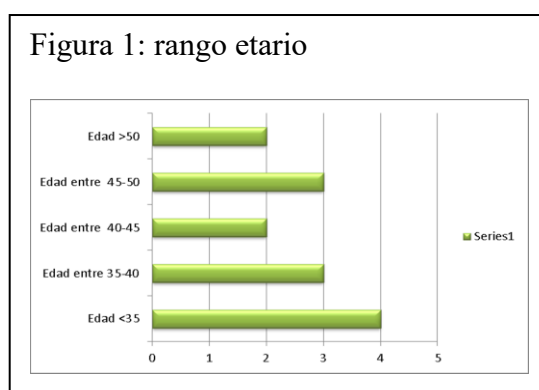


Análisis de los Resultados y Discusión

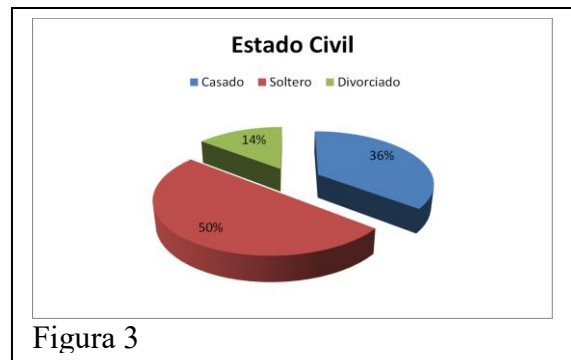
Para analizar este proceso de trabajo bajo estudio me enfoqué en las 14 encuestas obtenidas del grupo de mucamas del Sanatorio Plaza. Teniendo en cuenta los siguientes factores:

Generales:

Para ello, se analizarán variables como: edad, sexo, nivel educativo y estado civil/situación conyugal.



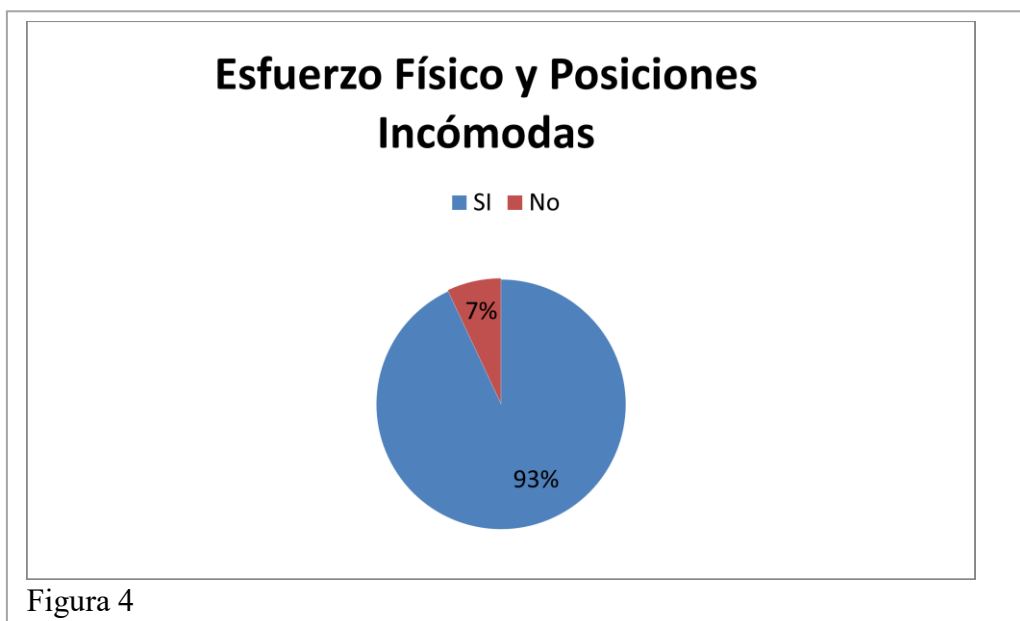
Como se puede visualizar en las figuras 1 y 2, el rango etario varía desde los 30 hasta los 55 años de edad y además solo una de ellas estudia carrera universitaria, el resto finalizó los estudios secundarios, lo que es concordante con el perfil de las trabajadoras. Como se observa a continuación en la figura 3, el 50% de las encuestadas son solteras, 36% casadas y un 14% divorciadas.



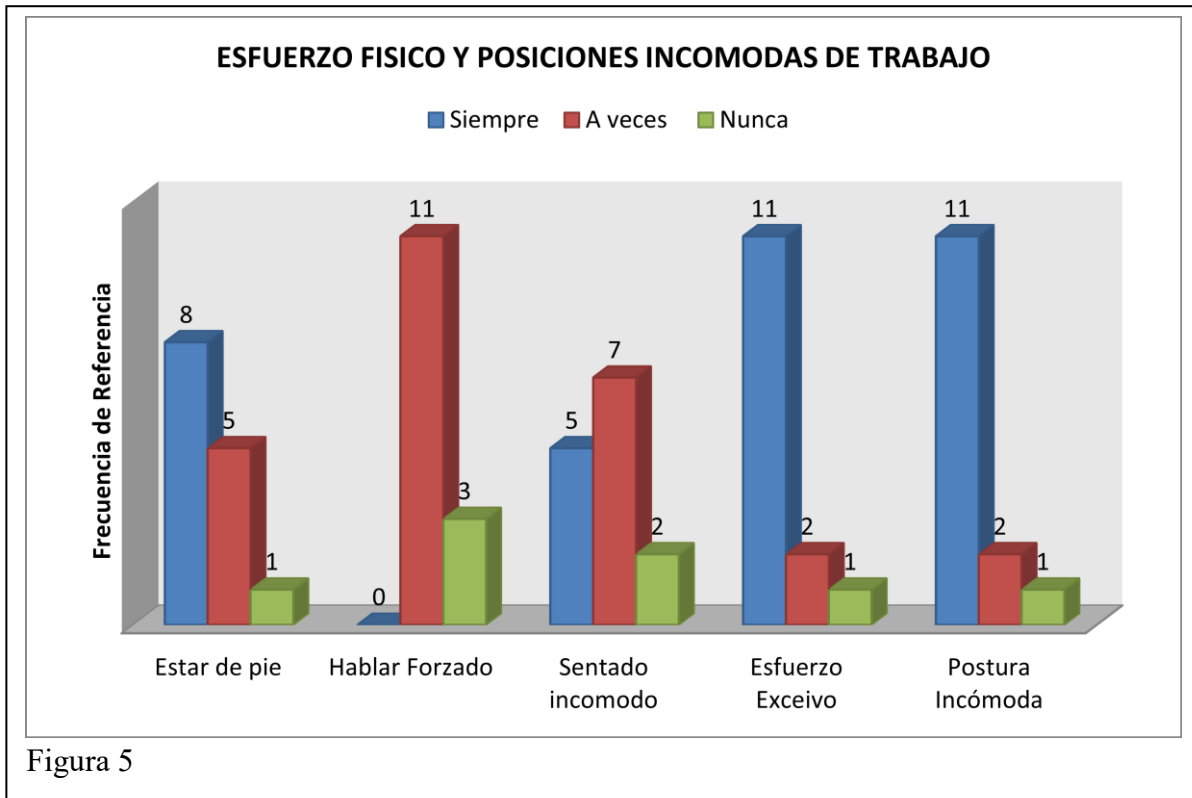
Cargas Laborales

A continuación se analizará la carga laboral –tanto física como mental- y los riesgos del medio ambiente de trabajo, en la institución privada bajo estudio.

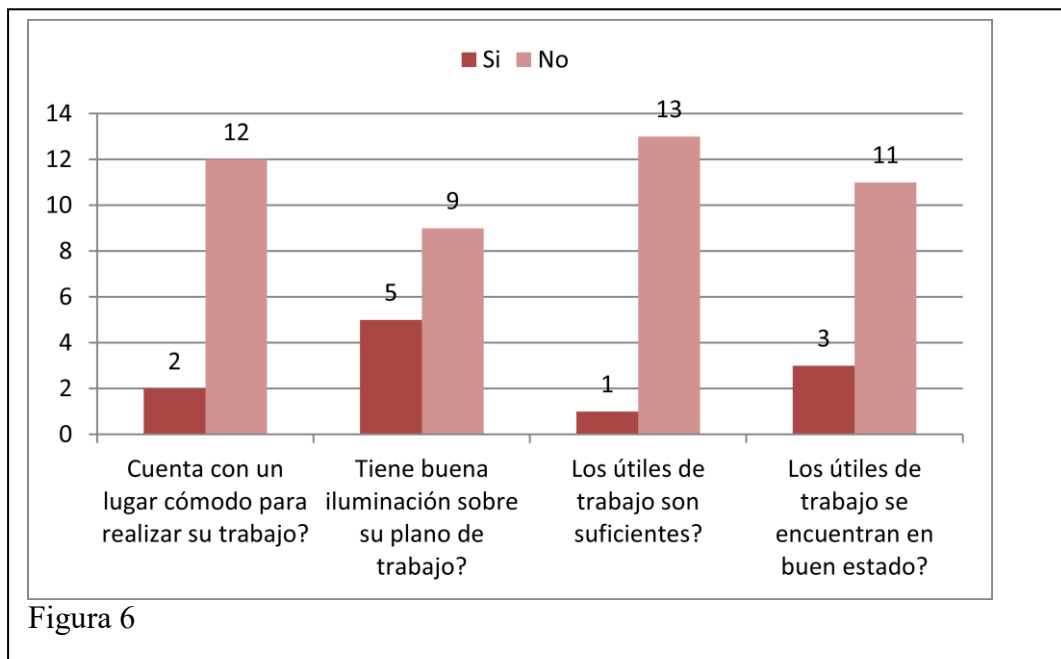
Carga Física:



El 93 % de las encuestadas refieren realizar esfuerzo físico y posiciones incómodas durante su jornada laboral (Figura 4), además de estar de pie por tiempo prolongado. Algunas refieren que “algunas veces” hablan forzado y se sientan en mobiliario incómodos, como lo evidencia el cuadro a continuación (Figura 5).



Cabe destacar que se ha observado que buena parte de las tareas asignadas al personal de limpieza, implican el contacto físico con pacientes o bien trasladar, levantar y desplazar a quienes no pueden moverse por sí mismos, estar en continuo movimiento, permanecer en posturas incómodas, manejar objetos de gran peso e incluso realizar tareas repetitivas y en grandes volúmenes. La manipulación de cargas pesadas, el sobreesfuerzo y la repetición continua de movimientos cansadores o dolorosos son problemáticas comunes a los empleos en salud que pueden derivar en trastornos musculares. Con respecto a los medios e instrumentos de trabajo, se puede visualizar en el cuadro siguiente (Figura 6), que la mayoría de las encuestadas refieren que NO cuentan con un lugar cómodo para la realización de su trabajo, los útiles no son suficientes y tampoco se encuentran en buen estado, además de no contar con buena iluminación en el plano de trabajo.



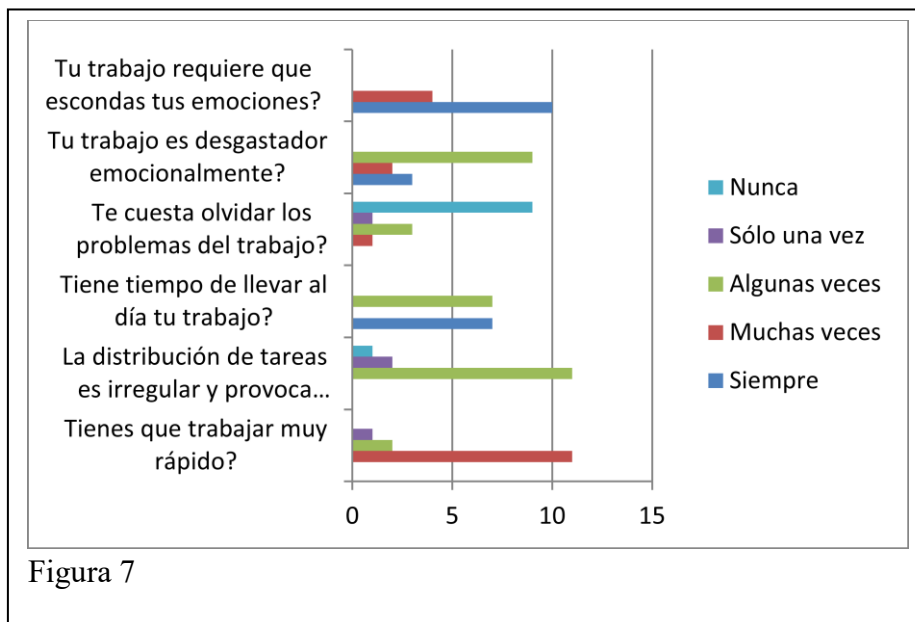
Los resultados coinciden con otras investigaciones antes mencionada y detallada en la bibliografía sobre trabajadores de la salud, en los que se destacan los movimientos repetitivos, los esfuerzos localizados y las posiciones anti-ergonómicas como elementos nocivos del trabajo en salud. Este tipo de exposiciones se han observado con frecuencia en el personal de limpieza.

Carga mental:

Teniendo en cuenta que la mayor parte de los procesos laborales en la institución estudiada están atravesados por el cuidado y la atención de pacientes, ya sea de forma directa o indirecta, el trabajo en el sector salud implica un manejo de los tiempos mucho más acotados, debido a la demanda de los usuarios que se encuentran muchas veces en situaciones de urgencia.

Como se puede apreciar en el siguiente cuadro (Figura 7), la mayoría refiere que “siempre o muchas veces” tienen que esconder sus emociones, trabajar muy rápido y otras que “algunas veces” su trabajo es desgastador

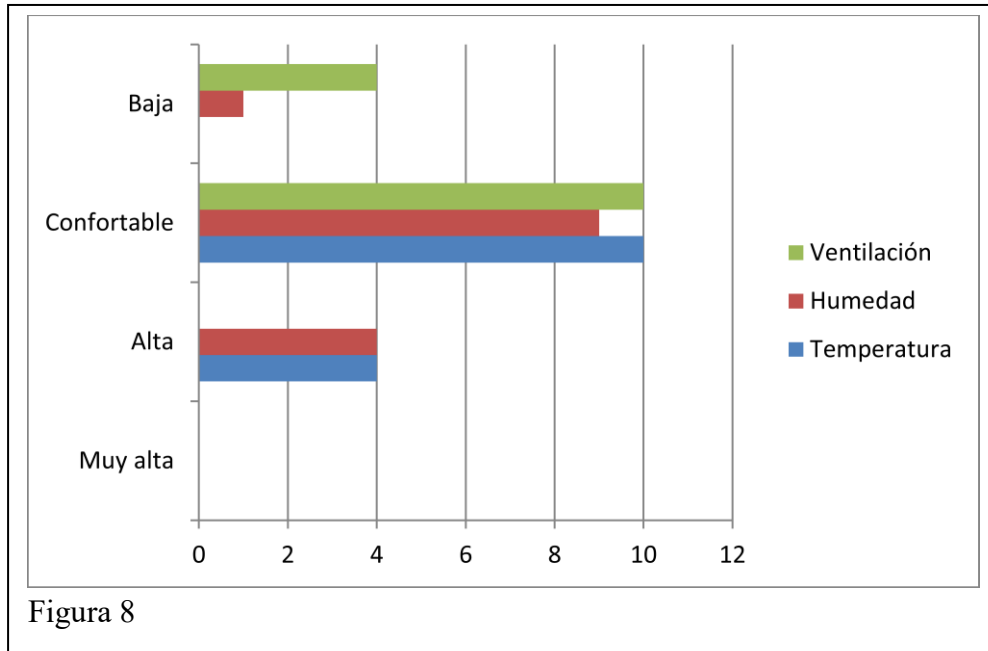
emocionalmente y que la distribución es irregular por lo cual provoca que se le acumule.



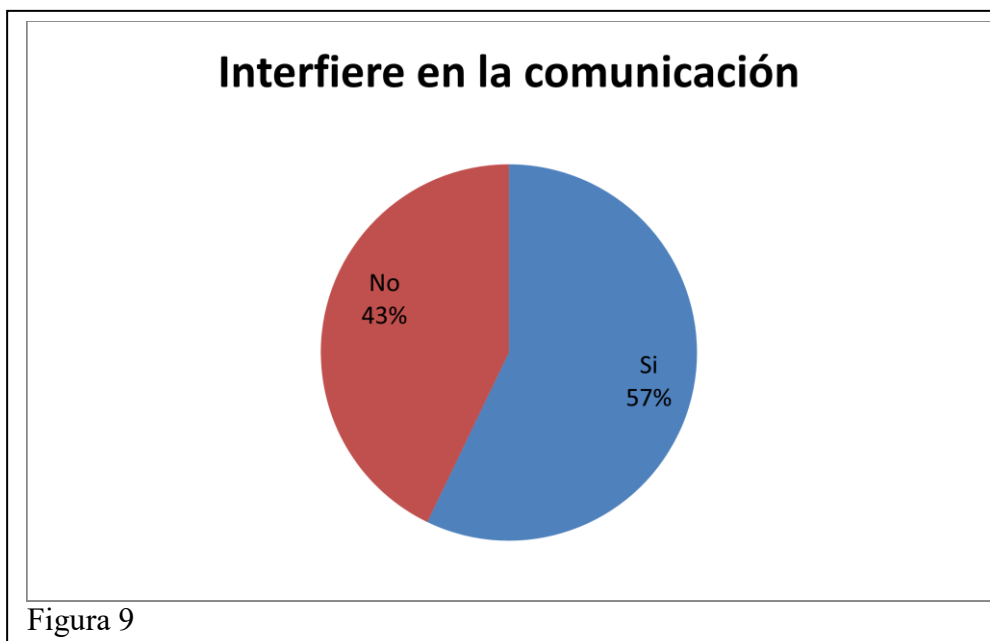
Riesgos del medio ambiente laboral:

Teniendo en cuenta las características que revisten los espacios en salud sus trabajadores, también están expuestos a una serie de riesgos externos asociados a los agentes químicos, físicos y biológicos del medio ambiente laboral. Como se ve en la figura 8, la mayoría de las encuestadas refieren que la ventilación, humedad y temperatura es confortable, pero algunas que la humedad es alta y la ventilación es baja. Si bien la mayoría ha coincidido que es confortable es entendible debido a que es una institución que se dedica al cuidado y atención de pacientes. Coincido con este último grupo en algún sentido ya que depende del sector donde realizan su labor, en planta baja y pasillos es escasa porque no cuentan con sistemas de ventilación, además se suma que durante la mayor parte de la jornada se acumula gran cantidad de

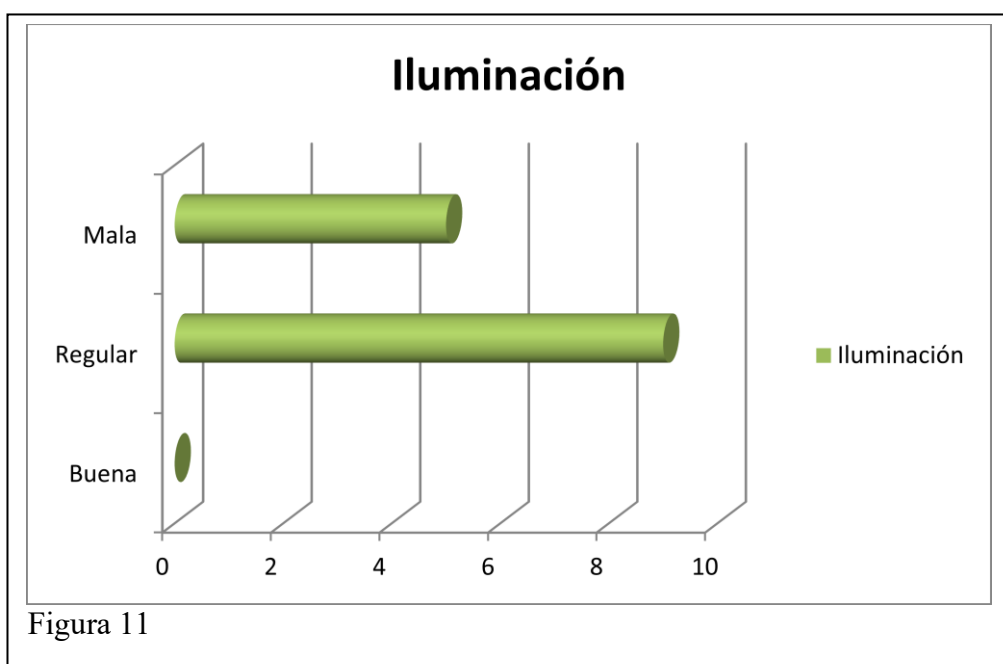
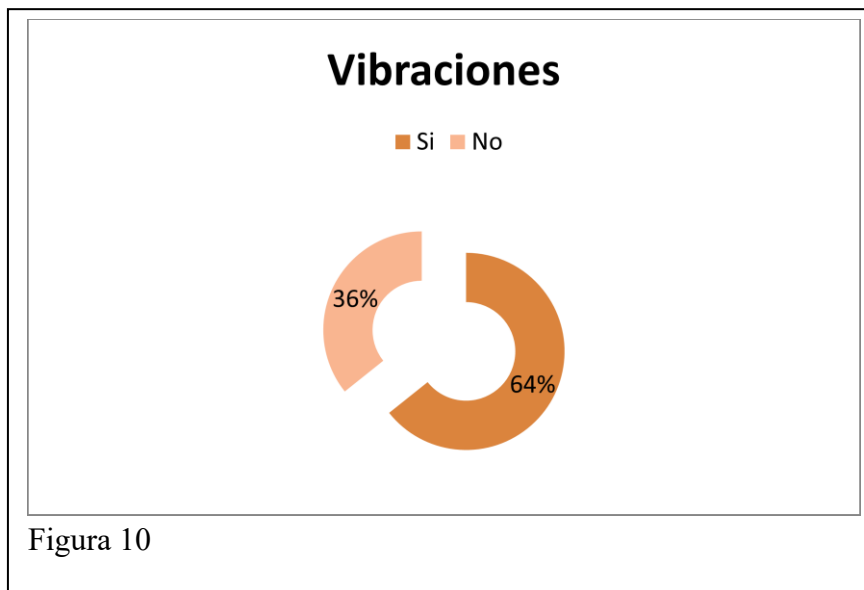
personas en las salas de espera para ser atendidas, y en algunos sectores las paredes mostraban deterioros por la humedad reinante.



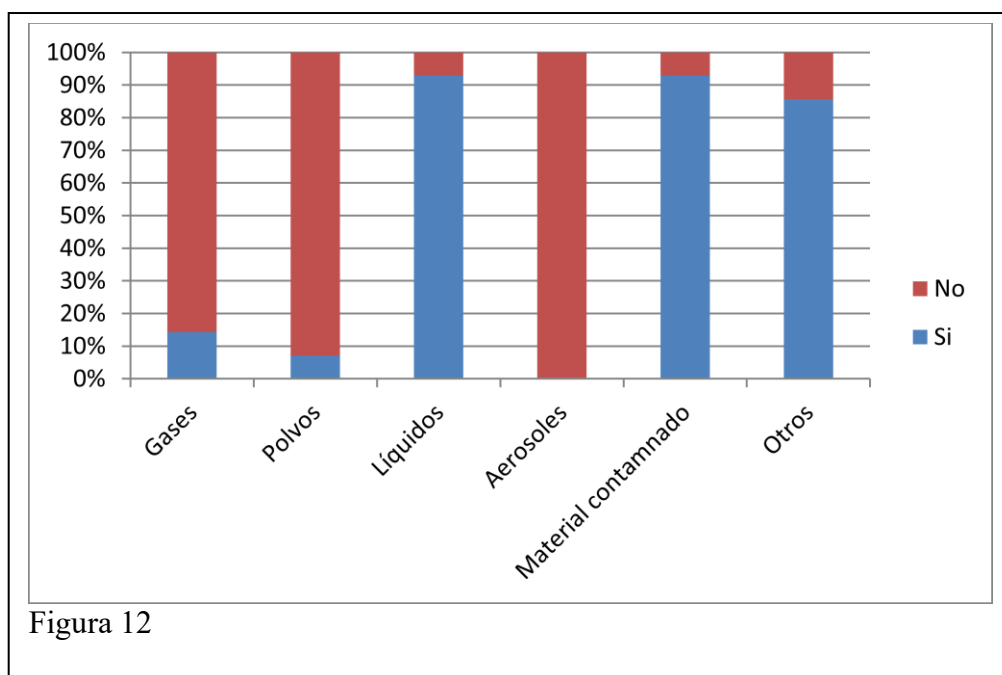
Como se puede apreciar en la figura 9, el 57% refiere que la presencia de ruido interfiere en la comunicación debido a la presencia constante de personas en el ámbito laboral que es coincidente con lo observado.



En los cuadros siguientes (10 y 11) se puede analizar que el 64 % de las encuestadas afirma la presencia de vibraciones en su lugar de trabajo. Además la mayoría refiere tener una iluminación regular. Cabe destacar que la mayoría de los ambientes no cuentan con luz natural porque en algunos sectores la edificación lo impide.



En el siguiente gráfico (Figura 12), se puede visualizar que aproximadamente el 90% refiere estar expuestas a riesgos químicos y biológicos como material contaminado, líquidos o fluidos y otros. Mientras que un 10% a gases y polvos.



Teniendo en cuenta que el 90 % respondió estar expuesta a otros riesgos, por lo observado hacen referencia a las radiaciones ya que una de las encuestadas realizó una sugerencia al final de la misma:

“Considerar al empleado con mayor seguridad, ya que estamos en un sector donde hay radiación y las instalaciones no son las adecuadas para las personas que estamos expuestas 8 horas diarias”

Cabe mencionar que la cercanía o manipulación de sustancias peligrosas - como gases, esterilizantes y desinfectantes- que si son inhaladas, ingeridas o penetran en la piel pueden derivar en una serie de alteraciones para la salud tales como reacciones cutáneas, respiratorias, alergias, irritaciones e incluso, si

la exposición prolongada, contribuir a otro tipo de enfermedades de mayor gravedad.

Relaciones interpersonales:

Los resultados presentados en el siguiente gráfico (Figura 13), destacan la frecuencia con que los trabajadores respondieron “Algunas veces o nunca” a las preguntas formuladas.

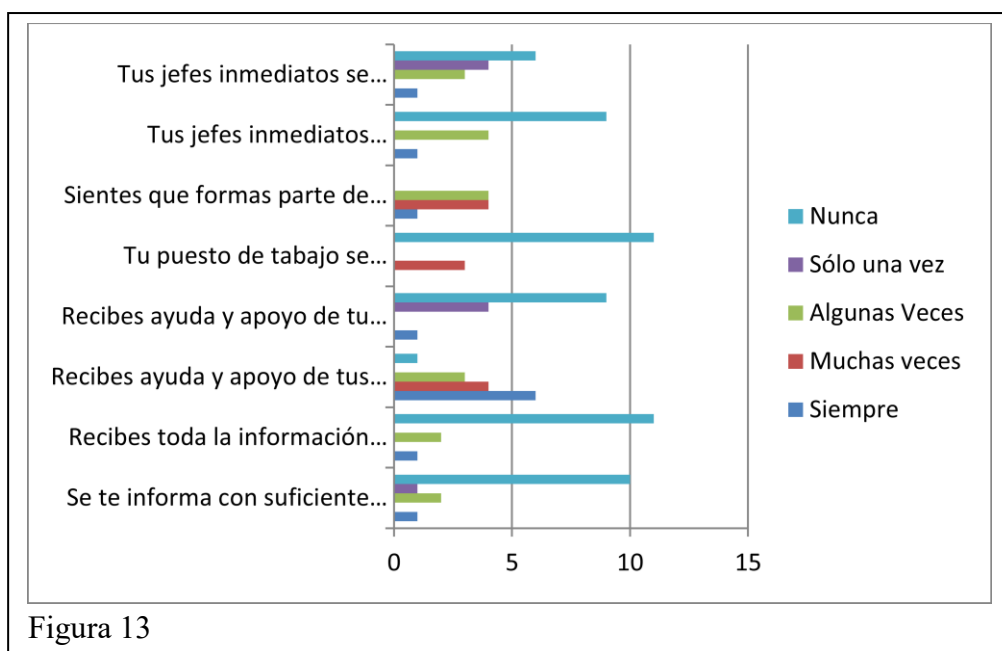


Figura 13

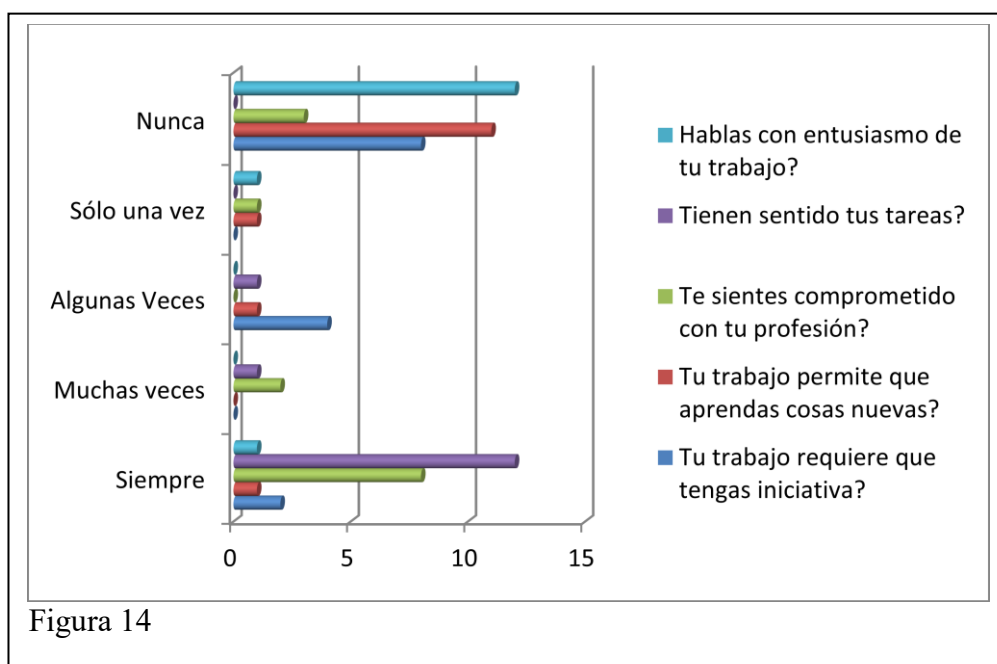
La mayoría de las encuestadas respondieron que “nunca” los jefes inmediatos se comunican correctamente, planifican bien el trabajo y tampoco reciben su ayuda y apoyo. A diferencia que respondieron “algunas veces” se sienten parte de un grupo y reciben ayuda de sus compañeros. Se ha observado que en ocasiones intentan cubrir la labor de alguna compañera que necesita descansar y se ha podido percibir un buen clima laboral, risas, charlas, bromas, etc. Si comparamos estos con las situaciones de tensión que manifiestan sufrir

en sus relaciones con los superiores jerárquicos veremos que es allí donde se encuentra el nudo más problemático.

Autopercepción de su trabajo:

La Figura 14, muestra la frecuencia (siempre o nunca) con que los trabajadores refieren diferentes sentimientos producidos por el trabajo. En ella se destaca que la mayoría se sienten útiles y comprometidos con lo que hacen.

Por otro lado nunca hablan con entusiasmo de su trabajo, refieren que no requieren iniciativa y tampoco les permite aprender cosas nuevas.



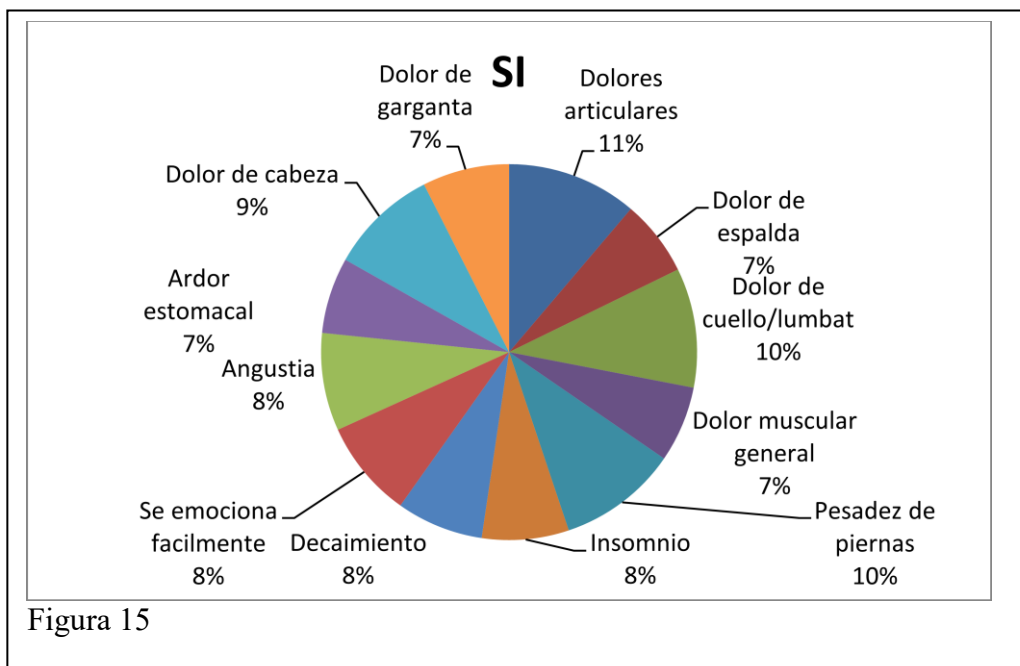
Problemas de Salud:

La salud general auto-percibida, es una referencia directa del sujeto a su estado de salud y/o enfermedad.

Actualmente, según un informe de la OIT entre las enfermedades silenciosas

y escasamente reconocidas que derivan de las malas condiciones laborales se destacan: los trastornos músculo-esqueléticos, los riesgos psicosociales y el estrés.

Al indagar sobre algunos daños a la salud en los últimos 12 meses en los trabajadores de la población estudiada, se destacan como los problemas con mayor frecuencia (Figura 15):



Como se puede ver en la figura anterior y en concordancia con los datos de la OIT, los malestares con mayor porcentaje son osteo-musculares (35%), cefalea (9%), pesadez de pierna (10%) y los que atañen a la salud mental como angustia, insomnio, se emociona fácilmente, decaimiento (36%). Vale aclarar que todas refieren algún malestar pero se plasmaron los más frecuentes de una lista de 32.

Seguramente la mayoría de las trabajadoras encuestadas concurren a su trabajo aun sabiendo que no debían hacerlo por estar enfermas, y esto puede deberse a distintas situaciones. En primer lugar, a la posibilidad de perder el

presentismo, lo que implica una reducción salarial. En segundo término, a la dificultad para ausentarse algunas horas en caso de contratiempos personales o familiares, ya que no hay buena predisposición de los superiores inmediatos. En tercer lugar debido a las complicaciones suscitadas al momento de solicitar un médico por causas de enfermedad.

Teniendo en cuenta que la salud mental es sumamente importante para poder desenvolverse en el ámbito laboral de manera adecuada, a continuación se puede analizar el estado de ánimo de las encuestadas por lo que el 64% refiere estar tensionado, el 22% agotado y sólo el 14% confortable (Figura 16). De las encuestadas solo 3 respondieron que concurrió o concurre a tratamiento psicoterapéutico y sólo una estuvo de licencia por salud mental.

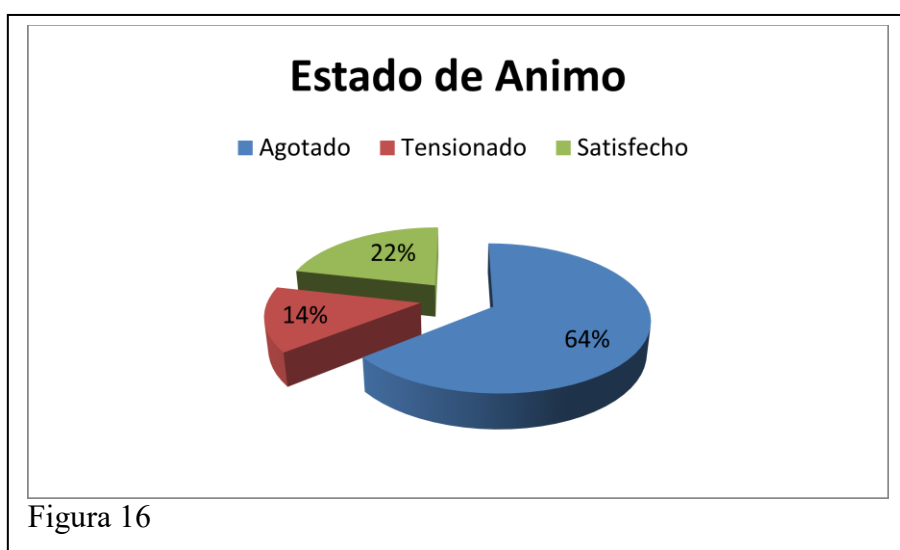
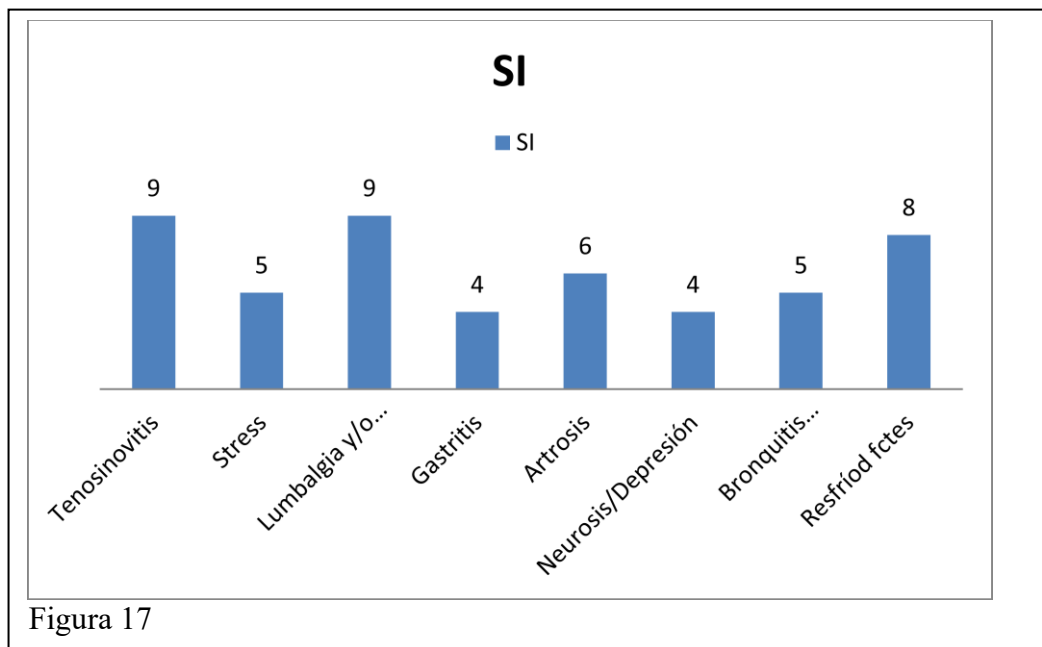


Figura 16

A continuación se detallarán las patologías más frecuentes diagnosticadas durante el último año. Como se puede evidenciar en la Figura 17, si bien hay varias siguen prevaleciendo en primer lugar las musculoesqueléticas. Las

patologías respiratorias en segundo lugar debido a la exposición por la demanda de pacientes y en tercer lugar las alteraciones en la salud mental.

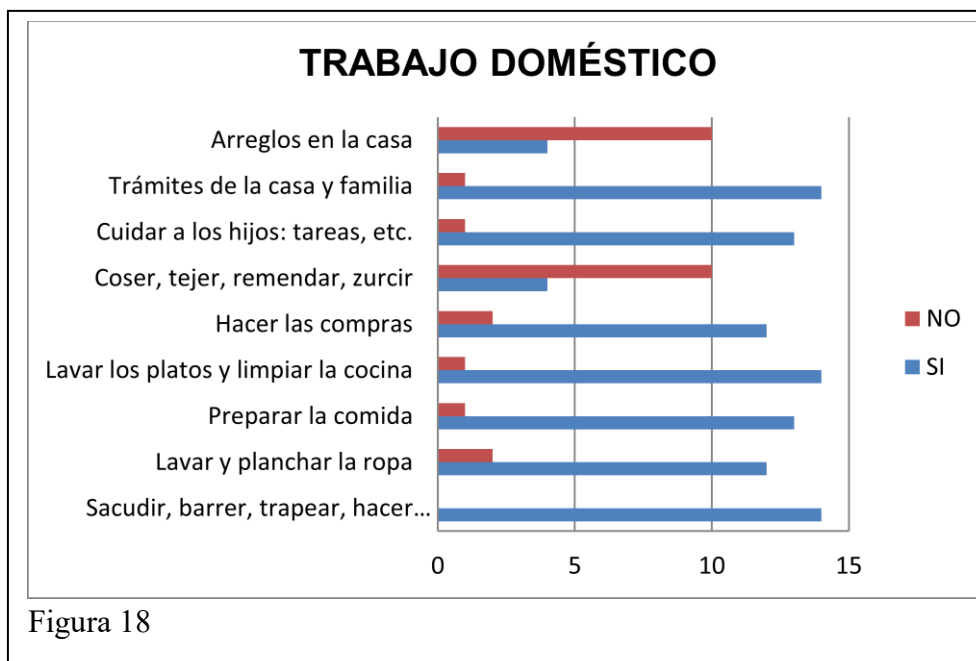


Trabajo doméstico y calidad de vida:

Otra de las variables estudiadas se enfocó en aquellas responsabilidades en el hogar que pudieran ser consideradas una carga de trabajo adicional a la del Sanatorio. Además del salario, utilización del tiempo libre, horas de descanso, medio de transporte.

Con respecto a la doble carga de trabajo y teniendo en cuenta la labor doméstico (Figura 18), vemos que todas las encuestadas son las responsables de garantizar las tareas cotidianas en forma regular como coser, lavar platos, ropa, trapear, cuidar niños, preparar la comida, trámites varios, etc. Así mismo al preguntar cuántos hijos u otros menores de 18 y mayores de 5 años conviven en el hogar, el 64% respondió entre 2 y 3 hijos u otros y se realizó la misma pregunta pero con menores de 5 años, el 47% respondió entre 1 y 2 hijos u otro menor conviviente. En ambos grupos, las encuestadas responden

el 100% de la veces ser las responsables regularmente de las tareas concernientes a su cuidado, lo que genera una demanda y sobrecarga adicional.

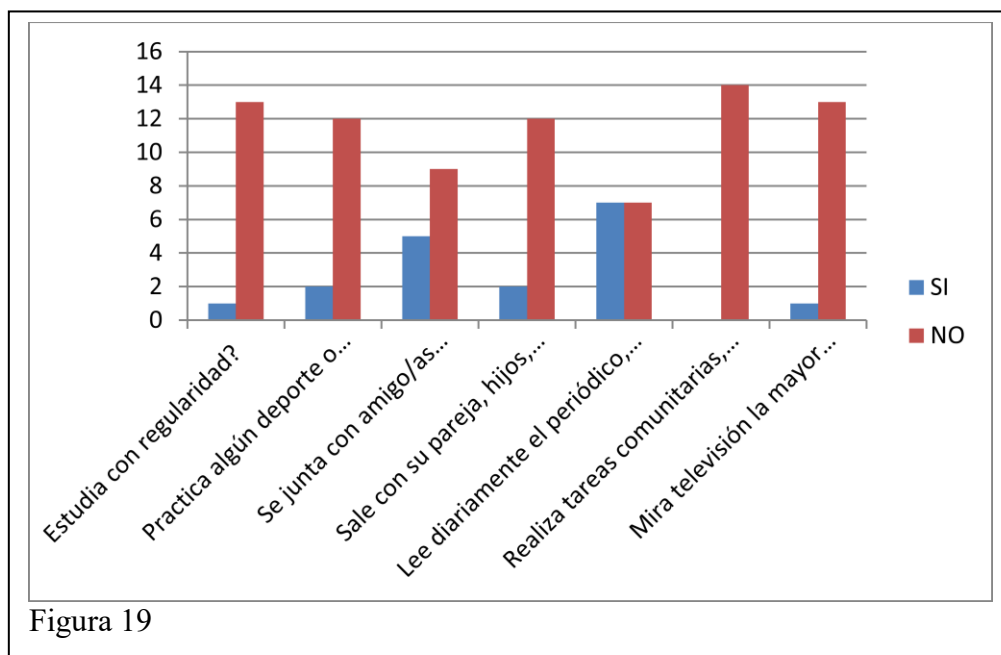


Con respecto al salario percibido, el total de las encuestadas refiere que no llegan a cubrir sus gastos necesarios y les resulta insuficiente. Por lo cual la mayoría cuenta con la entrada económica de su pareja para el sostenimiento del hogar. Además el 99% de las mismas no poseen otro empleo ya que luego de su jornada laboral de 8 horas, deben hacerse cargo de su hogar y los menores convivientes.

El medio de transporte que utiliza la mayoría para llegar a su trabajo es el transporte público, y una minoría auto o motocicleta particular. El tiempo varía entre 30 y 60 minutos lo que significa una pérdida de su tiempo libre.

Cuando se les preguntó sobre las horas de descanso promedio durante la noche, la mayoría respondió entre 5 y 6 horas por lo cual no es óptimo y puede generar malestar tanto físico como psíquico.

Cuando se indagó sobre la utilización del tiempo libre vemos a continuación en la Figura 19, que la mayoría no disfruta del mismo, ya que no salen con amigos, pareja, hijos, además no realizan actividad física y tampoco estudian regularmente lo que no les permite un progreso personal y laboral, como tampoco desarrollar potencialidades y capacidades humanas. (Reproducción Social).

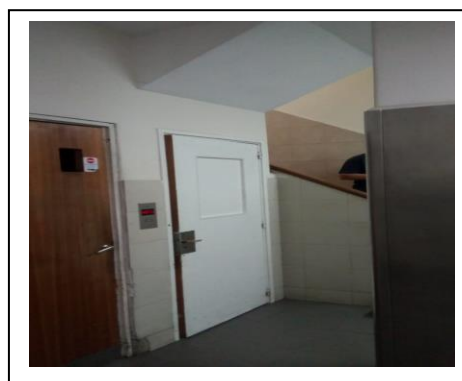
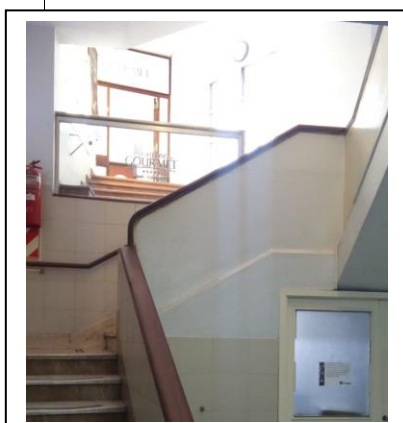


Guía de observación para el reconocimiento de problemas sobre el terreno

Check list: (www.istas.ccoo.es)

1- Locales de trabajo e instalaciones

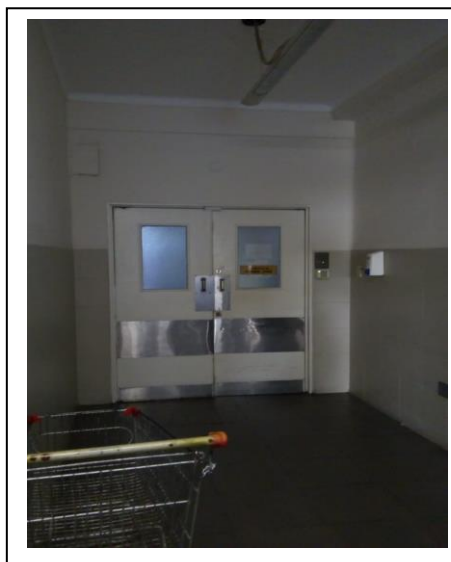
Problemas	
Insuficiente espacio para trabajar por exceso de personas y/o equipos	x
Desorden y/o falta de limpieza	
Sistemas de almacenamientos inadecuados y/o inseguros	
Falta de seguridad en desplazamientos a pie (suelos, pasillos, escaleras)	x
Falta de seguridad en desplazamiento mecánicos (ascensores, grúas)	x
Posibilidad de caídas por protección inadecuada de huecos y/o zonas de trabajo en altura	
Deficientes condiciones de seguridad en la instalación eléctrica	x
Deficientes condiciones de seguridad en la instalación de gas o a presión	x
Sistemas inadecuados de prevención de incendios y/o explosiones	x
Sistema inadecuado de evacuación ante posibles emergencias	x
Mala ventilación – inadecuada climatización de los locales	x
Iluminación inadecuada al tipo de trabajo que se realiza	x
Ruido ambiental inadecuado para la atención que requieren las tareas	x
Vestuarios y aseos insuficientes o inadecuados	
Temperatura ambiental inadecuada al tipo de trabajo que se realiza	





2- Maquinarias, tecnología, herramientas

Problemas	
Dispositivos de seguridad insuficientes o inadecuados	x
Mantenimiento preventivo inadecuado	
Instrucciones de seguridad insuficientes o inadecuadas	x
Utilización insegura de máquinas o herramientas	
Peligro de accidentes por golpes, atrapamientos o cortes	x
Peligro de accidentes por quemaduras	x
Peligro de descarga eléctricas en máquinas o herramientas	
Protección inadecuada frente al ruido	x
Exposición a vibraciones por utilización de máquinas o herramientas	x
Protección inadecuada frente a radiaciones ionizantes	x
Exposición a campos electromagnéticos	x
Fatiga visual por fuentes luminosos en los equipos de trabajo	
Exposición a fuentes de calor radiante	
Utilización inadecuada de equipos de protección personal	
Contaminación acústica externa	



3- Sustancias y materiales utilizados

Problemas	
Utilización de sustancias químicas nocivas y/o materiales peligrosos	x
Etiquetado inadecuado de envases	
Insuficiente información sobre los riesgos de las sustancias y materiales	x
Falta de seguridad en el transporte y/o almacenamiento de sustancias y materiales	
Mala calidad del aire (presencia de humos, gases, vapores, polvo, olores)	x
Riesgo químico por contacto con ojos o piel	x
Riesgo químico por inhalación respiratoria	x
Exposición a cancerígenos o mutágenos	x
Exposición a alérgenos	x
Exposición a riesgos biológicos	x
Instalaciones de protección colectiva insuficientes o inadecuadas	
Utilización inadecuada de equipos de protección personal	x
Contaminación externa (residuos, emisiones)	x
Riesgo de accidentes medioambientales graves (incendios, fugas, explosiones)	x



4- Factores ergonómicos

Problemas	
Diseño inadecuado de los puestos de trabajo en general	x
Espacio de trabajo reducido para la tarea que se realiza	
Distribución inadecuada de personas y/o equipos	x
Diseño inadecuado de mobiliario, equipos o herramientas	
Sillas y asientos insuficientes e inadecuados	
Mantenimiento excesivo de una misma postura de trabajo	x
Necesidad de adoptar posturas forzadas no confortables	x
Las tareas no permiten cambios frecuentes de postura	x
Excesiva repetitividad de movimientos	x
Manipulación de carga innecesaria	x
Manejo inadecuado de cargas (peso, volumen, altura, desplazamiento)	x
Manejo prolongado de cargas en pausas insuficientes	
Almacenamiento inadecuado que impide una correcta manipulación de cargas	x
Formación ergonómica insuficiente y/o inadecuada	x



5- Factores de organización del trabajo

Problemas	
Insatisfactoria organización del trabajo	x
Tareas aburridas o monótonas	x
Ritmo de trabajo o presión de tiempo excesivos	x
Recursos insuficientes para alcanzar los objetivos a los plazos fijados	
Insuficiente trabajo en equipo o en colaboración	
Los trabajadores/as no controlan suficientemente su propio trabajo	x
Duración de la jornada y/o organización de horarios y turnos inadecuados	
Dificultad para compatibilizar el trabajo con la vida social y familiar	x
Cauces de participación y consulta insuficientes inadecuadas	x
Pocas posibilidades de formación continua o de promoción	x
Relaciones insatisfactorias con los mandos o encargados	x
Relaciones insatisfactorias entre los trabajadores/as	
Relaciones insatisfactorias con los clientes o usuarios	x

6- Factores de desigualdad

Problemas	
Inadecuada política de igualdad de oportunidades en el trabajo	x
Situaciones de discriminación laboral de mujeres	
Condiciones de trabajo diferentes según el sexo de las personas	
División de trabajo en tareas de “mujeres” y tareas de “hombres”	
Situaciones de acoso sexual	
Situaciones de discriminación por motivos étnicos, culturales, lingüísticos)	
Condiciones de trabajo diferentes según tipo de contrato (fijo/temporal)	
Condiciones de trabajo diferentes según la titularidad de la empresa	
Asignación de trabajos de riesgo a trabajadores/as temporales o de contratas	
Insuficiente protección de los trabajadores/as temporales o de contratas	
Insuficiente formación e información preventiva de trabajadores/as temporales	
En general hay falta de solidaridad y apoyo entre compañero/as	
En general hay falta de respeto en las relaciones entre las personas	x

Teniendo en cuenta los datos recabados en esta guía cabe destacar que es coincidente con la mayoría de los datos obtenidos en las encuestas por parte de las trabajadoras, donde prevalecen los problemas edilicios, instalaciones inadecuadas, peligros de accidentes, faltas de insumos y EPP, riesgos de exposición a sustancias y/o materiales peligrosos, problemas ergonómicos y además no se pudo obviar la desigualdad y la falta de oportunidad en las que están inmersas dichas trabajadoras.

Mapa de Riesgo

Referencias

1. Administración
2. Consultorios
3. Informes
4. Sala de espera
5. Baños
6. Vestuario medico
7. Ascensor
8. Dirección
9. Archivo
10. Admisión y Recepción
11. Radiología
12. Hemodinamia
13. Fisioterapia
14. Laboratorio
15. Cocina Central, Despensa y Comedor Personal
16. Lavadero
17. Esterilización
18. Morgue
19. Planchado
20. Vestuario Enfermería
21. Vestuario Personal Femenino
22. Depósito
23. Mantenimiento

En el presente trabajo se confecciona un Mapa de Riesgos de la Planta Baja del Sanatorio, el cual permite identificar y ubicar los procesos peligrosos (riesgos, cargas y exigencias) presentes en el ambiente de trabajo, a través de la siguiente simbología:

Riesgos Físicos:

Temperatura / Ruido / Iluminación / Nieve / Viento blanco
Lluvia / Humedad / Ventilación / Vibraciones / Radiaciones
Presión barométrica



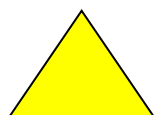
Riesgos Químicos:

Gases / Vapores / Humos / Aerosoles / Polvos / Líquidos



Riesgos de Exigencias Biomecánicas:

Movimientos repetitivos / Posturas Forzadas / Esfuerzo o fuerza física /
Movimiento manual de cargas / Posturas estáticas



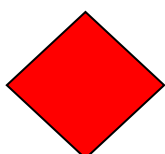
Riesgos de Accidentes:

Caídas / Torceduras / Quemaduras / Picaduras / Cortes / Golpes /
Atrapamientos / Atropellamientos / Choques / Agresiones por terceros /
Electricidad / Incendio / Traumatismo de ojo / Explosión



Riesgos Biológicos:

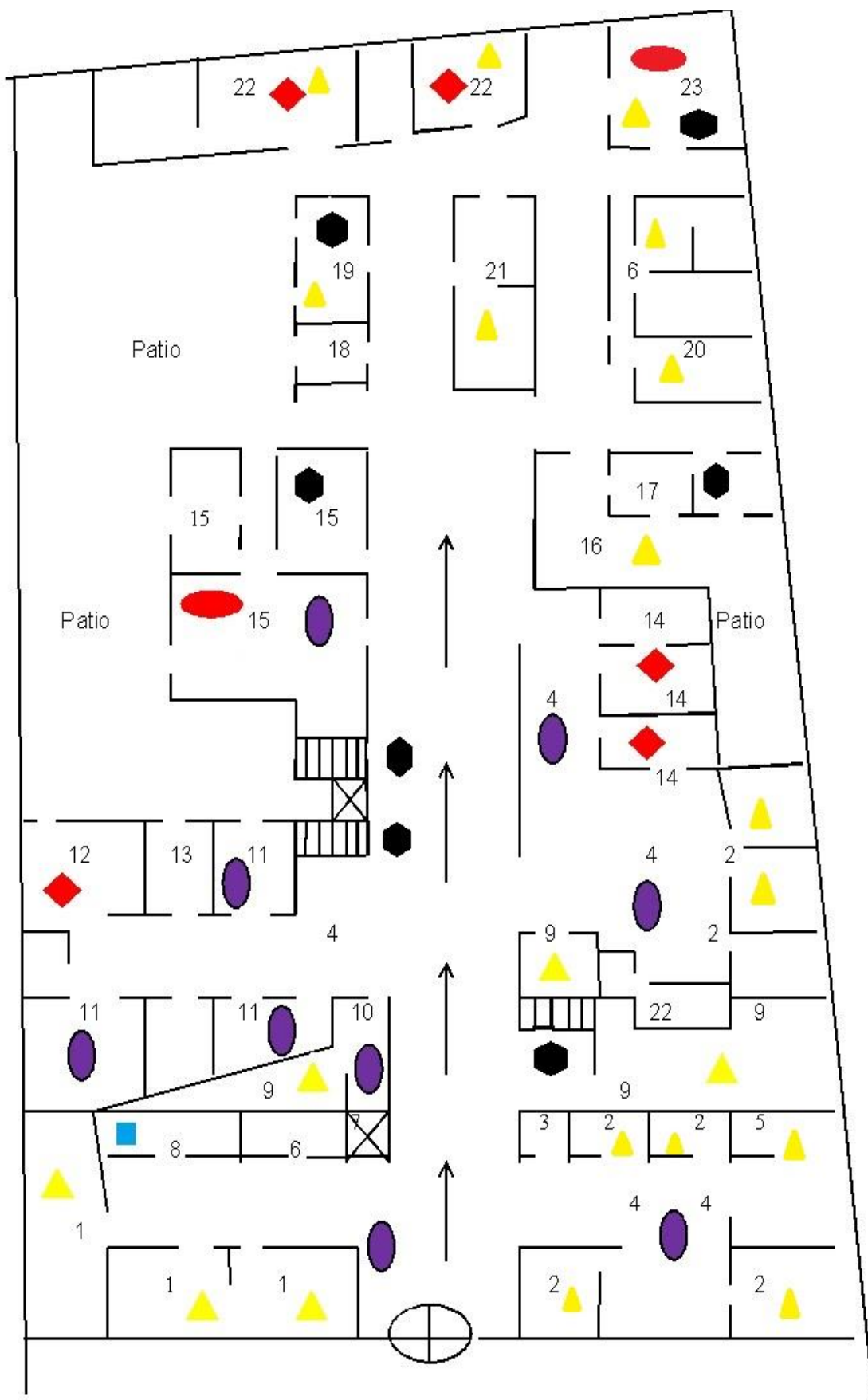
Hongos / Virus / Bacterias / Parásitos



Factores de la Organización del

Trabajo:





Conclusión

Este trabajo de investigación fue realizado a través de datos obtenidos por encuestas realizadas gracias a la colaboración de las trabajadoras del servicio de limpieza del Sanatorio Plaza, y por elementos recabados durante el trabajo en terreno en un periodo de 6 meses aproximadamente. Durante el periodo de trabajo, pudieron ponerse en evidencia diversas falencias edilicias, instalaciones inadecuadas, ergonómicas, exposición a diversos riesgos del ambiente laboral, como procesos destructivos de la Salud de las trabajadoras.

En lo que respecta a las representaciones de estas trabajadoras sobre su salud, se evidencia que buena parte de la población relevada identifica la actividad laboral realizada en el Sanatorio como proceso destructor de la salud, con consecuencias negativas para su bienestar. Si bien el desgaste se expresa en el cuerpo individual, las características que asume el proceso laboral repercuten sobre la totalidad del colectivo de trabajo, su vida de relación y calidad de vida.

En esta institución de carácter privado como es el Sanatorio, también entran en juego otros requerimientos asociados a lógicas propias de un mercado en Salud, que se ha tornado cada vez más competitivo. Las exigencias de rapidez, la reducción de los tiempos de descanso y los controles ejercidos por superiores, bajos salarios y elevada fuerza de trabajo, pueden ser ejemplos de la sobrecarga tanto física como psíquica que manifiestan las mucamas padecer a diario a través de las encuestas.

El trabajo en salud, por su carácter interactivo, encuentra en lo vincular y la comunicación, elementos centrales del proceso de trabajo que no solo involucra a los usuarios sino también a las trabajadoras, para quienes el

vínculo cotidiano puede ser generador de compromiso y pertenencia, pero también de sentimientos de discriminación y/o maltrato.

De la encuesta surge que el trabajar en equipo se presenta como un elemento positivo destacando la posibilidad de diálogo, el intercambio de experiencias y saberes en el cotidiano entre pares, en contraposición con el escaso apoyo técnico que perciben recibir por parte de sus jefes. El proceso de trabajo no se encuentra sujeto únicamente a la imposición y el control, sino que también son las trabajadoras quienes generan en el cotidiano una serie de acciones de adaptación, resistencia cooperación, si los vínculos que las mismas entretienen con sus compañeras, superiores o con la organización en general, se basan en el escaso apoyo, en la falta de reconocimiento y comunicación, los mismos pueden contribuir a elevar el malestar en el espacio de trabajo y con ello al deterioro de la Salud.

El enfoque de la problemática de la salud de las trabajadoras requiere un abordaje multidisciplinario, en los que la Medicina del Trabajo es fundamental. Al momento de la realización de este trabajo, no se encontraba en funcionamiento dentro de la institución, un servicio de Medicina Laboral. La implementación de un dispositivo de estas características, implicaría la posibilidad de abordaje de la realidad de las trabajadoras mediante la utilización de los instrumentos de la Medicina Laboral. Realizar una Historia Clínica Ocupacional donde la anamnesis es el eje fundamental para detectar las alteraciones del estado de salud. Una capacitación adecuada disminuiría el riesgo de enfermar por las condiciones de trabajo ya que asegure el conocimiento de los riesgos por parte del trabajador además de un derecho es un instrumento para prevenir daños posteriores.

El monitoreo del medio ambiente de trabajo para lograr disminuir al máximo los riesgos y exigencias para obtener ambientes de trabajo sanos y seguros.

Por lo anteriormente explicitado, considero de fundamental importancia la implementación de un Servicio de Medicina del Trabajo y de Higiene y Seguridad, en la cual se incluya de manera activa la participación de los delegados. Esto favorecería un proceso de discusión acerca de la salud de los trabajadores y las condiciones y medioambiente del trabajo para que se cumplan funciones preventivas, de asesoramiento para una adecuada adaptación del trabajo a las capacidades de los trabajadores según su estado de salud física y mental.

Anexo

Encuesta Individual realizada sobre condiciones de trabajo y salud de los trabajadores.

1. Datos Generales

- 1.1 Edad: Fecha de nacimiento:
1.2 Sexo: 1.- Masculino 2.-Femenino
1.3 Estado civil:
 1. Soltera/o
 2. Casada/o
 3. Divorciada/o
 4. Separada/o
 5. Viuda/o
 6. En unión libre

2. Situación laboral

- 2.1 Relación contractual
 Planta permanente: Contrato temporario:
2.2 Área o sector donde trabaja:
2.3 Cargo o tarea que desempeña:
2.4 Antigüedad total: Fecha de ingreso:
2.5 Ciudad donde trabaja:

3. Cargas Laborales Cargas Físicas

- 3.1 Temperatura: 1. Muy Alta 2. Alta 3. Confortable 4. Baja
3.2 Humedad: 1. Muy Alta 2. Alta 3. Confortable 4. Baja
3.3 Ventilación: 1. Muy Alta 2. Alta 3. Confortable 4. Baja
3.4 Ruidos:
 Nivel de Ruido: 1. Bajo 2. Moderado 3. Alto 4. Muy Alto
 Interfiere en la comunicación? SI NO
 Tipos de ruidos: 1. Continuo 2. Intermitente 3. Impulso
 Tiempo promedio de exposición (en horas y días):
3,5 Vibraciones: SI NO
3,6 Iluminación: 1. Buena 2. Regular 3. Mala
 Tipo de luz: 1. Natural 2. Artificial 3. Ambas

4. Riesgos Químicos y Biológicos

- | | | |
|-----------|----|----|
| Gases | SI | NO |
| Polvos | SI | NO |
| Líquidos | SI | NO |
| Aerosoles | SI | NO |

Material contaminado	SI	NO
Otros	SI	NO

5. Esfuerzo Físico y Posiciones Incómodas

Las tareas que usted realiza, le exigen:

1. Siempre 2. A veces 3. Nunca

Estar de pie toda la jornada:

Hablar mucho, forzando la voz:

Sentado en mueble incómodo:

Esfuerzos físicos excesivos:

Postura Incómoda:

La carga de trabajo, ¿le resulta excesiva? SI NO

6. Medios e Instrumentos de Trabajo

Cuenta con un lugar cómodo para realizar su trabajo SI NO

Tiene buena iluminación sobre su plano de trabajo SI NO

Los útiles de trabajo son suficientes SI NO

Los útiles de trabajo se encuentran en buen estado SI NO

7. Riesgos originados en la organización, división, duración, supervisión y contenido del Trabajo

Siempre: 4 Muchas Veces: 3 Algunas Veces: 2 Sólo alguna vez: 1
Nunca: 0

- 1) ¿Tienes que trabajar muy rápido?
- 2) ¿La distribución de tareas es irregular y provoca que se le acumule trabajo?
- 3) ¿Tienes tiempo de llevar al día tu trabajo? (se invierten los valores)
- 4) ¿Te cuesta olvidar los problemas de tu trabajo?
- 5) ¿Tu trabajo, en general, es desgastador emocionalmente?
- 6) ¿Tu trabajo requiere que escondas tus mociones?
- 7) ¿Tienes influencia sobre la cantidad de trabajo que se te asigna?
- 8) ¿Se tiene en cuenta tu opinión cuando se te asignan tareas?
- 9) ¿Tienes influencia sobre el orden en el que realizas las tareas?
- 10) ¿Puedes decidir cuando haces un descanso?
- 11) ¿Si tienes algún asunto personal o familiar, ¿puedes dejar tu puesto de trabajo al menos una hora sin tener que pedir permiso especial?
- 12) ¿Tu trabajo requiere que tengas iniciativa?
- 13) ¿Tu trabajo permite que aprendas cosas nuevas?
- 14) ¿Te siente comprometido con tu profesión?
- 15) ¿Tienen sentido tus tareas?
- 16) ¿Hablas con entusiasmo de tu trabajo a otras personas?
- 17) ¿Sabe exactamente que margen de autonomía que tienes en tu trabajo?
- 18) ¿Sabes exactamente que tareas son de tu responsabilidad?

- 19) ¿En tu lugar de trabajo se te informa con suficiente antelación los cambios que pueden afectar tu futuro?
- 20) ¿Recibes toda la información que necesitas para realizar bien tu trabajo?
- 21) ¿Recibes ayuda y apoyo de tus compañera/os?
- 22) ¿Recibes ayuda y apoyo de tu superior?
- 23) ¿Tu puesto de trabajo se encuentra aislado de tus compañera/os? (se invierten los valores)
- 24) En el trabajo, ¿sientes que forma parte de un grupo?
- 25) ¿Tus actuales jefes inmediatos planifican bien tu trabajo?
- 26) ¿Tus actuales jefes inmediatos se comunican bien con los trabajadores/as?
- 27) ¿Qué parte del trabajo familiar y doméstico hace usted?
- | | |
|------------------------------|---|
| Soy la principal responsable | 4 |
| Hago la mitad de las tareas | 3 |
| Hago la cuarta parte | 2 |
| Sólo tareas puntuales | 1 |
| No hago ninguna | 0 |

8. Valoración social del trabajo(SI o NO)

- ¿Considera su trabajo importarte para la sociedad?
- ¿Su trabajo es considerado importante por la sociedad?
- ¿En este momento siente que el cuestionamiento a la institución es un cuestionamiento a su trabajo?
- ¿Recibe usted capacitación para su desempeño laboral?

9. Salud-Enfermedad

Estado de ánimo:

- | | | |
|---------------|----------------|---------------|
| 1. Agotado | 2. Agresivo | 3. Tensionado |
| 4. Satisfecho | 5. Nervioso | 6. Contento |
| 7. Tranquilo | 8. Indiferente | Otros |

Durante el último año sufrió usted de alguno de los **malestares** siguientes o fue diagnosticado de algún **patología** a continuación? (marque todos los que corresponden) **SI** o **NO**

Malestares:

Trastornos irritativos de la vista
 Diminución de la agudeza visual
 Disminución de la agudeza auditiva
 Dolores articulares
 Dolor de espalda
 Dolor de cuello/lumbar
 Dolor muscular en general
 Pesadez de piernas
 Insomnio
 Decaimiento
 Dificultad para concentrarse
 Inapetencia

Patologías diagnosticadas:

Hipertensión Arterial
 Enfermedad coronaria
 Teno-sinovitis o tendinitis
 Stress
 Lumbalgia y/o ciatalgia
 Úlcera de estómago o duodeno
 Colon irritable
 Gastritis
 Reumatismo, artrosis
 Neurosis, depresión
 Bronquitis aguda o crónica
 Resfríos frecuentes

Se emociona fácilmente
 Nerviosismo en general
 Pérdida de memoria
 Angustia
 Ardor estomacal
 Nauseas o vómitos
 Diarreas frecuentes
 Constipación
 Dificultad para respirar
 Dolor de cabeza
 Palpitaciones
 Mareos
 Ronquera
 Dolor de garganta
 Desinterés sexual
 Aumento de peso
 Hormigueo en las manos
 Hormigueo en los pies
 Pérdida de peso
 Tos crónica

Fibromialgia
 Asma
 Miopía o Astigmatismo
 Disfonía o afonía funcional
 Leucemia
 Cistitis
 Piojos
 Sarna
 Cáncer
 Alergia
 Hipoacusia
 Diabetes
 Vértigo

10. Calidad de Vida y Trabajo Doméstico

1. Marque con una **X** cuál es su nivel de escolaridad

Secundaria	
Terciario	
Universitario grado	
Universitario posgrado	
Otros tipos	

2. ¿Tiene usted hijos? SI o NO
 Si contestó **NO** pase a la pregunta 5.
 3. ¿Cuántos menores de 18 años (hijos u otros) viven con usted?
 4. ¿Cuántos menores de 5 años (hijos u otros) viven con usted?

De la siguiente lista de actividades marque **SI** en aquellas tareas donde USTED es la persona que REGULARMENTE las lleva a cabo. Si las hace ocasionalmente o no las hace conteste **NO**.

5. Sacudir, barrer, trapear, hacer camas
 6. Lavar y planchar la ropa
 7. Preparar la comida
 8. Lavar los platos y limpiar la cocina
 9. Hacer las compras
 10. Coser, remendar, zurcir, tejer
 11. Cuidar a los hijos: comida, tareas (si tiene hijos)
 12. Realiza trámites relacionados con la casa y la familia
 13. Realizar arreglos en la casa
 14. ¿El salario que percibe le alcanza para cubrir sus gastos más necesarios?

15. ¿Usted cuenta con otro trabajo para el sostenimiento de su hogar?
16. ¿Para el sostenimiento del hogar hay otras entradas económicas en su casa? **(Si la respuesta es NO pase a la pregunta 18)**
17. Marque con una **X** quién o quienes, además de usted, aportan dinero para el hogar **(puede marcar más de una respuesta)**
 1. Pareja
 2. Hijos(as)
 3. Otro familiar
 4. Toda la familia
 5. Otro (especifique)
18. ¿Tiene a cargo algún familiar que no pueda valerse por sí mismo?
SI o NO
19. ¿Cuál es el medio de transporte que usa **con mayor frecuencia**?
 1. Ómnibus, microbús o transporte similar
 2. Taxi
 3. Auto o motocicleta particular
 4. Bicicleta
 5. Se transporta caminando
20. ¿Cuánto tiempo tarda en transportarse de su casa al trabajo?
 1. Menos de 30 minutos
 2. De 30 a 60 minutos
 3. Más de 60 minutos
21. ¿Cuántas horas en promedio duerme en la noche?.....

Utilización Tiempo Libre

22. ¿Estudia con regularidad (más de 5 horas, en promedio, a la semana)?
23. ¿Practica regularmente algún deporte o hace ejercicio (3 o más veces en la semana, en promedio)?
24. ¿Se junta frecuentemente con amigos/as?
25. ¿Sale a pasear frecuentemente con su pareja, sus hijos o algún familiar o amigo?
26. ¿Lee diariamente el periódico, revistas o libros?
27. ¿Realiza actividades comunitarias, políticas o de servicio?
28. ¿Ve televisión la mayor parte del tiempo libre?

¿Desea hacer alguna sugerencia para mejorar la salud laboral en lugar de trabajo?

Muchas gracias por su tiempo y colaboración.

Bibliografía:

- ATSA Buenos Aires. (s.f.). *¿ Quienes Somos ?* . Recuperado el septiembre de 2020, de Principios y Propósitos: <https://www.atsa.org.ar/quienes-somos>
- ATSA. (s.f.). *INFORMACIÓN LABORAL: Mucamas*. Recuperado el 25 de septiembre de 2020, de ATSA Chaco:
http://sanidada.ferozo.com/atsa/index.php?option=com_content&view=article&id=119:informacion-la%20boral-mucamas&catid=64:noticias-gremiales&Itemid=144
- Betancourt, O. (1999). LAS DISCIPLINAS EN LA SALUD . En O. Betancourt, *Para la Enseñanza y la Investigación de la Salud y Seguridad en el Trabajo* (págs. 61-62). Quito: OPS/OMS-FUNSAID.
- Betancourt, O. (2009). Enfoque alternativo de la Salud y Seguridad en el Trabajo. *Prevencion es Desarrollo*, 3-16.
- Brehil, J. (2009 3ra Reimpresión). *Epidemiología Crítica. Ciencia Emancipadora e Interculturalidad*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Castellanos, P. L. (1988). Sobre el concepto de Salud Enfermedad. Un punto de vista Epidemiológico. Vol. 11. *Revista Facultad Nacional de Salud Publica*, 40-55.
- Fuentes, M. (03 de Mayo de 2013). *Riesgos laborales específicos del sector de la limpieza*. Recuperado el 21 de Septiembre de 2020, de <http://empresaylimpieza.com/art/672/riesgos-laborales-especificos-del-sector-de-la-limpieza>
- Ministerio de Salud . (2013). *Manual de Mucamo/a*. Santa Fe: Ministerio de Salud .

- Nachreiner, F. (1998). Ergonomía y Normalización. En OIT, *Enciclopedia de Salud y Seguridad en el trabajo. Vol. 1, parte IV, capítulo 29.* (págs. 12-15). Madrid: Chantal Dufresne.
- Neffa, J. C., & Giraudó, E. D. (1990). Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo. En A. Varios, *Area de Estudio e Investigación en Ciencias Sociales del Trabajo* (págs. 13-117). Gral.Pacheco: HVMANITAS.
- Nieto, H. A. (1999). Salud Laboral. En V. E. Mazzáfero, *Medicina y Salud Pública* (págs. 3-16). Buenos Aires: EUDEBA.
- Organización Internacional del Trabajo. (2013). *La Prevención de las enfermedades profesionales.* Ginebra: Primera edición -OIT.
- Secretaría de Salud Laboral UGT-Madrid. (2008-2011). *Cuadernillo Informativo de PRL: Camarera de Piso.* Madrid: UGT-Madrid.
- Spinelli, H., Trotta, A., Guevel, C., Santoro, A., García Martínez, S., Negrín, G., y otros. (2013). *La salud de los trabajadores de salud.* Buenos Aires: (Representación OPS/OMS Argentina; 69).
- Tirelli, J., & Wetsman, S. (2009). *Curso Introducción a la Salud Laboral.* Santa Fe: Escuela Superior de Sanidad - FBCB - UNL.
- Diario La Capital. (08 de marzo de 2015). El Sanatorio Plaza suma tecnología y redefine las prestaciones a pacientes. La Capital Web, págs.
<https://www.lacapital.com.ar/la-ciudad/el-sanatorio-plaza-suma-tecnologia-y-redefine-las-prestaciones-pacientes-n472564.html>.