

En esta ocasión, la sección de Notas Prácticas trata el tema del trabajo en situación de aislamiento. Se incluyen los siguientes apartados: un conjunto de recomendaciones que constituyen el cuerpo teórico del tema; un caso práctico; una serie de actividades didácticas que pueden desarrollarse a partir de dicho caso y un apartado de legislación. Las propuestas didácticas son orientativas y tienen como finalidad el que puedan ser utilizadas por el profesorado como herramientas de apoyo a la hora de abordar la enseñanza en temas de prevención.

TRABAJOS EN SITUACIÓN DE AISLAMIENTO

Un trabajo en situación de aislamiento significa que una persona realiza su actividad laboral sola, sin compartir el lugar de trabajo con nadie, y no le es posible establecer contacto visual ni auditivo con otras personas si no es a través de medios tecnológicos (teléfono fijo o móvil, cámaras, micrófonos, dispositivos de alarma, etc.). Esta condición de soledad, de incomunicación, es un factor determinante para la existencia de riesgos. Las personas que ejercen su labor en esas circunstancias se encuentran en una situación peligrosa, puesto que si sufren un accidente o enferman no tienen la posibilidad de ser atendidas de inmediato, sencillamente, porque nadie ve ni oye lo sucedido. Este hecho puede llegar a ser decisivo para su salud, y hasta para su vida, por lo que es imprescindible controlarlo. Del mismo modo, la soledad y la incomunicación también influyen en la aparición de riesgos psicosociales que pueden traducirse en problemas de estrés, angustia, fatiga psíquica, etc. Muchas actividades actuales requieren puestos de trabajo en situación de aislamiento, por razones horarias (trabajo a turnos, fines de semana, urgencias, etc.), o bien por cuestiones de organización (manejo de datos confidenciales, teletrabajo, vigilancia de procesos industriales, seguridad de empresas, trabajos agrícolas y forestales, etc.). A continuación, exponemos un conjunto de medidas preventivas básicas relacionadas con el trabajo aislado, sin contemplar el tema de los recintos confinados, tratado en otros números del periódico (ver Erga-FP nº 32 y 33).

MEDIDAS PREVENTIVAS

1 Estudiar de forma detallada el puesto de trabajo para valorar hasta qué punto es imprescindible que dicho trabajo sea realizado en solitario. Tener en cuenta que puede ser más costoso el establecer las medidas para prestar la ayuda necesaria en el caso de un accidente que resituarse el puesto de trabajo de manera que la actividad se pueda realizar a la vista de otras personas.

2 Minimizar los riesgos de seguridad para evitar cualquier tipo de lesión por esta circunstancia. En los puntos siguientes, hasta el número siete, se concreta esta medida.

3 Controlar el nivel de ruido ambiental para evitar que enmascare o impida la percepción de sonidos a los que debe atender la persona que trabaja sola.

4 Vigilar los deslumbramientos o

las dificultades de visibilidad que pueden inducir a cometer errores en la ejecución del trabajo. El riesgo de explosión y de incendio debe de estar totalmente controlado.

5 Almacenar el material de modo que sea imposible su caída, sobre todo en los casos en que pueda ocasionar contusiones o heridas que imposibiliten el movimiento a la persona trabajadora (cargas pesadas, piezas con filo cortante, herramientas, etc.).

6 Evitar todo riesgo de caída, ya sea por espacios abiertos sin protección o por suelos deslizantes o con desniveles.

7 Tomar medidas para impedir que la persona que trabaja sola lo haga en recintos con máquinas móviles y, en el caso de trabajar con máquinas fijas, vigilar que es-

tén activados los dispositivos de seguridad.

8 Organizar sistemas de socorro inmediato que puedan atender a una persona accidentada que trabaja sola de la forma más rápida y eficaz posible, en función de los daños previsibles y del tiempo máximo permitido para administrar los primeros auxilios.

9 Facilitar el contacto con otras personas mediante teléfono fijo, teléfono móvil, radioteléfono o alarma, de modo que, frente a una situación crítica o de angustia, sea posible la comunicación inmediata con alguien. Hay que elegir el medio más adecuado al tipo de trabajo (puesto fijo, desplazamientos, ubicación, etc.).

10 Contar con otros medios técnicos de alarma para aquellas situaciones en las que sea previsible que

no se puede pedir ayuda, como son los dispositivos de pérdida de verticalidad o de movimiento, útiles en casos de desvanecimiento o inmovilidad.

11 Ofrecer una amplia información sobre el trabajo que se debe hacer, los márgenes de actuación disponibles y los posibles fallos o incidentes que puedan ocurrir. Si la información siempre es necesaria, mucho más en el caso de las personas que trabajan solas, puesto que se pueden presentar situaciones en las que hay que tomar decisiones rápidas, sin poder consultar con nadie.

Bibliografía:

Margarita Oncins de Frutos
"Trabajos en situación de aislamiento".
Notas Técnicas de Prevención, nº 344. INSHT

CASO PRÁCTICO

Descripción: Ramón conduce su motocicleta hacia el almacén de la empresa en la que está trabajando. El local está situado en un paraje solitario y desde donde vive, que es la población más cercana, tarda más de media hora en llegar. Mientras se dirige hacia allí, va pensando en las circunstancias del empleo que ha aceptado y ha descubierto que no le gusta nada, nada, trabajar solo, de aquel modo.

La empresa, dedicada a la venta de accesorios de coches para mayoristas, ha "fichado" a Ramón durante cuatro horas al día para actualizar un nuevo programa informático de control del material; su tarea consiste en introducir los datos de un gran listado de productos. Para no interferir en las labores diarias de la empresa, Ramón empieza a trabajar a las seis de la tarde y termina a las diez de la noche. Al llegar, sólo queda en el local el responsable del almacén, Manuel, quien se encarga de darle las instrucciones y después se va. Al suscribir el contrato, le explicaron que trabajaría solo y que dispondría del teléfono del despacho para consultar cualquier problema; el número de contacto era el del domicilio particular de Manuel. También le dejaron claro que debería resolver tareas del almacén, cuando fuera necesario.

En un principio, a Ramón no le importó trabajar en situación de aislamiento. Es más, hasta le veía la ventajilla de la autonomía. Pero después de los incidentes ocurridos en estos tres meses, ya no es de la misma opinión.

Un día de tormenta, hubo un apagón de luz que le dejó a oscuras un tiempo que se le hizo inter-

minable; otro día, resbaló en el almacén, sufriendo una caída que, por fortuna, no le ocasionó ninguna lesión; y, para colmo, ahora oye ruiditos por distintos rincones del local. Según Manuel, los ruiditos no tienen ninguna importancia porque se deben a pequeños ratones que habitan en el lugar. Pero, resulta que Ramón no puede soportar a estos "animalitos" y, aunque la empresa no considere estos hechos relevantes, el chico lo está pasando fatal. De todos modos, prefiere no insistir en ello para evitar conflictos y confía en que no surjan más sorpresas.

Ramón ya ha llegado al trabajo y se encuentra en el almacén separando material. Se trata de un pedido muy urgente que hay que enviar mañana por la mañana, según le ha indicado Manuel. Como no es su trabajo habitual, Ramón maneja con cierta torpeza la carretilla manual entre los pasillos. En un momento de descuido, golpea el lateral de una estantería y una caja de la

parte superior se precipita sobre la pierna de Ramón, que cae al suelo como consecuencia del fuerte golpe. En seguida, el chico es consciente de que se ha hecho daño porque la pierna le duele mucho y no la puede mover; tiene que pedir asistencia, de inmediato. Con la ayuda de los dos brazos y la otra pierna se arrastra por el suelo hasta el despacho. Cuando está junto a la mesa del ordenador, tira del cable del teléfono y consigue marcar el teléfono de Manuel. Después de hablar con él, apoya la espalda en la pared y se acomoda lo mejor posible. Debe intentar aguantar el dolor y no perder la calma porque sabe que la ayuda tardará un tiempo en llegar.



Caso práctico. Factores de riesgo



Disponer de un teléfono fijo como único sistema de contacto con el exterior, cuando las tareas del trabajador implican que se desplace tanto por el despacho, como por el almacén, sin olvidar las idas y venidas de casa al trabajo.

Medida preventiva 9.

Facilitar el teléfono del domicilio particular de una persona como único número de contacto, sin prever la posibilidad de que esté ausente.

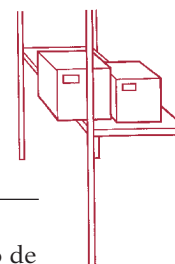
Medida preventiva 8.

No disponer de ninguna información sobre las condiciones de seguridad del almacén, ni de instrucciones concretas sobre el manejo de la carretilla u otras tareas sobre la manutención de cargas.

Medida preventiva 11.

Almacenar el material de forma insegura, sin implantar medidas que impidan su desplazamiento o caída.

Medidas preventivas 2 y 5.



No tener previsto un sistema de ayuda inmediata en caso de necesidad (teléfonos de servicios de urgencias, mutua laboral, policía, etc.).

Medida preventiva 8.

Mantener sucio el suelo y las dependencias del almacén (ratoncitos) y no limpiar de inmediato el derrame de un producto que pueda producir una caída.

Medidas preventivas 2 y 6.



ACTIVIDADES DE AYUDA PARA EL PROFESORADO

A partir de la observación y lectura del Caso Práctico, identificar los factores de riesgo laboral a los que está expuesto el protagonista y proponer medidas preventivas para cada uno de estos factores

Propuesta: Después de leer el Caso Práctico, el alumnado se dividirá en grupos de 3 o 4 personas para identificar y realizar una lista de los factores de riesgo que intervienen en la situación descrita. A medida que se vayan descubriendo estos factores, se deberán proponer las medidas preventivas correspondientes a cada uno de ellos. Posteriormente, un representante de cada grupo expondrá las conclusiones obtenidas ante el grupo-clase. Después, entre todos, valorarán cada uno de estos resultados y realizarán una lista definitiva y consensuada de los factores de riesgo y sus correspondientes medidas preventivas.

Realizar un listado con el tiempo recomendado que se puede tardar en atender a una persona accidentada que trabaja sola, en función de los daños sufridos.

Propuesta: El alumnado se dividirá en grupos de cuatro o cinco personas. Cada grupo elaborará una lista de actividades que se puedan realizar de forma aislada (conductores de empresas de transporte, trabajos de vigilancia, trabajos agrícolas y forestales, teletrabajo, etc.). A continuación, deberán establecer los accidentes más graves (situaciones extremas) que se pueden producir en estos trabajos y sus consecuencias para la salud. Por ejemplo, sufrir una quemadura de primer grado, golpearse con un elemento contundente, sufrir algún problema de asfixia, etc.).

Después, cada grupo consultará manuales de primeros auxilios, Mutuas Laborales o documentación técnica (ver bibliografía citada en el Caso Práctico) y buscará cuál es el tiempo máximo establecido para atender a una persona que sufra cualquiera de estos accidentes. A continuación, cada

grupo expondrá los datos obtenidos ante el grupo-clase y entre todos confeccionarán una tabla conjunta en la que se relacione: daño sufrido por una persona accidentada (hemorragias, fracturas, pérdida de conciencia, etc.) y tiempo máximo que se puede tardar en atenderla.

Las listas con los nombres de los distintos tipos de trabajos aislados también las puede elaborar el profesorado y repartirlas después entre los grupos de estudiantes.

Todos los ejercicios pueden resolverse a partir de la discusión en grupo y de los comentarios de los alumnos.

Elaborar un pequeño informe sobre qué tipo de información hay que proporcionar a las personas que trabajan solas, en relación con su trabajo y a la prevención de riesgos laborales, así como de qué manera hay que transmitirla.

Propuesta: En primer lugar, el grupo deberá destinar un tiempo para discutir qué tipo de informaciones son indispensables en estos casos. Una vez se haya acordado las que son más útiles e importantes, el grupo deberá decidir cuáles son las que se pueden comunicar de forma verbal (consejos, sistemas de planificar el trabajo, etc.) y las que deben quedar escritas (los números de los teléfonos de ayuda y emergencias, las instrucciones de seguridad del edificio, las instrucciones de seguridad de las máquinas, etc.). En este último caso, los estudiantes también deberán incluir en el informe el sistema que recomiendan para transmitir mejor esta información y el lugar dónde debería colocarse. Por ejemplo: hojas de instrucciones en las mesas de trabajo, tarjetones cercanos a los teléfonos, carteles en lugares estratégicos, etc. Finalmente, se realizará una puesta en común con todo el grupo-clase.

Organizar un debate sobre las ventajas y desventajas del trabajo en situación de aislamiento, haciendo una especial incidencia sobre los sistemas visuales de vigilancia y su intromisión en la intimidad de las personas.

Propuesta: Se dividirá la clase en pequeños grupos de trabajo. Un grupo reflexionará sobre todos aquellos aspectos del trabajo que se desarrolla en situación de aislamiento y que suponen ventajas para el trabajador, elaborando una pequeña lista de los mismos. Otro grupo pensará en todos aquellos aspectos que pueden suponer una desventaja para el trabajador, apuntándolos igualmente por escrito. Después, el representante de cada grupo expondrá ante el resto de alumnos todas aquellas ventajas y desventajas que ellos han considerado. A partir de las exposiciones, se entablará un debate, moderado por el profesorado, en el que cada grupo defenderá sus propuestas y del que todo el grupo-clase habrá que extraer conclusiones.

Confeccionar un pequeño catálogo sobre los distintos sistemas de alarma que se comercializan en el mercado y decidir cuál o cuáles de ellos serían los idóneos para aplicar en el Caso Práctico.

Propuesta: Los estudiantes, divididos en pequeños grupos, buscarán información en documentos especializados sobre los medios técnicos de alarma existentes en el mercado (cámaras, teléfono móvil, dispositivos de pérdida de verticalidad o de pérdida de movimiento, etc.). Una vez localizada toda la información (nombres, funciones, precios, etc.), deberán escoger el medio más adecuado para la situación de emergencia descrita en el Caso Práctico. Finalmente, el representante de cada grupo expondrá al grupo-clase la relación de elementos recopilados y el sistema de alarma que han seleccionado para aplicar en el Caso Práctico.



LEGISLACIÓN

Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales. (BOE 10.11.1995) y sus posteriores modificaciones.

Real Decreto 39/1997, de 17 de enero. Reglamento de los Servicios de Prevención. (BOE 31.1.1997).

Real Decreto 486/1997, de 14 de abril. Disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo. (BOE 23.4.1997).

Real Decreto 485/1997, de 14 de abril. Disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo. (BOE 23.4.1997).

Los textos legales actualizados pueden consultarse en la siguiente dirección de internet: www.mtas.es/insht/legislacion/index.htm

Edita: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. **Redacción y Administración:** INSHT-Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. Dulcet, 2-10 08034 Barcelona. **Teléfono:** 93 280 01 02 - Ext. 2313 / **Fax:** 93 280 00 42 / **Internet:** <http://www.mtas.es/insht> / **e-mail:** cnctinsht@mtas.es

Director de la Publicación: Juan Guasch. **Redacción:** Rosa M^a Banchs, Ana Vañó, Pilar González, Jaime Llacuna, Laura Zugasti. **Diseño gráfico:** Enric Mitjans. **Composición:** M^a Carmen Rusiñol. **Impresión:** Centro Nacional de Condiciones de Trabajo

