

AREA TEMÁTICA: ERGONOMÍA Y TELETRABAJO

T-INV-0012

DETERMINACIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS EN UNA POBLACIÓN DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PREGRADO BAJO MODALIDAD DE TELEESTUDIO

AUTORES: Rita Flores Jarpa¹, Michelle Baeza Daroch¹, Bárbara Fernández Maldonado¹

1. Universidad Andrés Bello, Facultad de Rehabilitación, Escuela de Terapia Ocupacional, Viña del Mar, Chile.

Correspondencia : rita.e.flores.j@gmail.com

Palabras claves: Teleestudio, Teletrabajo, Factores Ergonómicos, Terapia Ocupacional, Factores Humanos.

INTRODUCCIÓN

Este trabajo surge en el contexto de la práctica profesional de estudiantes de Terapia Ocupacional Universidad Andrés Bello, Viña del Mar, su motivación primera es responder a inquietud de compañeros(as) y docentes de la carrera con relación a cómo abordar, desde la ergonomía, posibles riesgos a la salud, presentes en el Teleestudio debido a la pandemia por COVID 19. Adicionalmente, hay interés como Escuela de ampliar el espectro de la intervención ergonómica, extendiéndola a otras áreas de la ocupación, como actividades de la vida diaria, ocio, descanso, entre otras, y no sólo restringirla al trabajo.

Para una mejor comprensión, entenderemos como "Teleestudio" al hecho de realizar cualquier actividad relacionada con el estudio, sin presencialidad, con participación académica de forma remota, a través del uso de TIC. La pandemia por COVID 19, masificó y forzó el teleestudio, por lo tanto, en muchos hogares hay más de un estudiante que participa bajo esta modalidad, a los que se suman otros miembros de la familia en teletrabajo, situación que complejiza los espacios compartidos en familia.

El Marco de la Asociación Americana de Terapia Ocupacional, refiere que el dominio y el proceso de estos profesionales los lleva a enfocarse en el desempeño de las ocupaciones que resultan de la interacción dinámica entre Cliente-Contexto-

Ambiente- Ocupación, definiendo ocho áreas de la ocupación que deben estar en equilibrio para un adecuado desempeño ocupacional, entre éstas se encuentran educación y trabajo. En este punto, el hecho de tener que realizar todas las ocupaciones compartiendo el mismo espacio físico por tiempo prolongado, no permite lograr un adecuado equilibrio ocupacional, al no diferenciar, por ejemplo, espacios para ocio, trabajo y estudio.

La IEA (2020) define Ergonomía como "disciplina científica que se ocupa de la comprensión fundamental de las interacciones entre los seres humanos y los otros componentes de un sistema", analizando esta definición no es restrictiva al trabajo, se puede extrapolar a cualquier otra área de la ocupación donde haya una interacción del ser humano con su contexto, como estudio, recreación, ocio.

Como este estudio corresponde a una problemática originada por la reciente situación de pandemia, no se encontraron publicaciones específicas del tema, sólo trabajos orientados al proceso enseñanza-aprendizaje en contexto de pandemia realizados en España y otro acerca del diseño de una estación de teleestudio en Ecuador.

OBJETIVO

1. Conocer realidad de estudiantes con relación a condiciones en que desarrollan teleestudio.

1.1 Determinar presencia o ausencia de riesgos ergonómicos en teleestudio que podrían incidir en salud de estudiantes a través de aplicar encuesta online.

1.2 Analizar datos, determinando los de mayor impacto, desde una perspectiva ergonómica.

2. Desarrollar plan de acción a corto plazo, para ser llevado a cabo por las estudiantes en práctica, con respaldo de la información arrojada por encuesta.

METODOLOGÍA

Estudio cuantitativo transversal, se aplica encuesta online con 39 preguntas cerradas a un universo de 455 estudiantes, abordando datos generales, de salud física y mental y del contexto del teleestudio. Se difunde a través de canales oficiales de comunicación de la universidad desde junio 28 a julio 04 del 2021. Responden 104 estudiantes, estos datos se tabulan y analizan para determinar áreas de mayor impacto a intervenir en primera instancia.

RESULTADOS

Desde el punto de vista ergonómico, destacan:

- Ámbito salud física: escasa conciencia postural (60%), molestias en cuello-hombro (71%) y espalda (82%), aumento de peso (68%), alimentación menos saludable (64%), disminución de actividad física (88%) y en algunos casos, percepción de que salud ha empeorado en este período.
- Ámbito salud mental: un alto porcentaje se ha sentido estresado en último período, 70% realiza tareas domésticas adicionales al estudio y 47% estudia de noche y 9% de madrugada.
- Con relación al ambiente: destaca la presencia de ruidos que afecta su concentración.
- Otros puntos destacables: Edad promedio 21,7 años. Género, 94,2% son mujeres. 21,2% trabajan y estudian, destinando promedio 20,2% horas semanales a esta actividad. Experiencia en trabajo online anterior al 2020, respuesta negativa 77%.

CONCLUSIONES

Si bien, los(as) encuestados(as) no son trabajadoras(es), es preocupante la presencia de

factores de riesgo muy similares a los que ocurren en teletrabajo, según se puede contrastar con los resultados arrojados de encuesta en línea “Entorno Ergonómico del Teletrabajo en Situación de Pandemia” desarrollada por el Departamento de Ergonomía de Universidad de Concepción y SOCHERGO (agosto 2020).

En ambos casos:

- Resultados muestran un deterioro con relación a alimentación y actividad física. Destacando en estudiantes: aumento de peso, disminución de actividad física, alimentación menos saludable y sin bloque protegido para hacerlo.
- Un alto porcentaje utiliza notebook, sin elementos adecuados para mejorar aspecto postural.
- Baja atención a aspectos posturales, presentando molestias a nivel cuello, hombro y espalda. En estudiantes asociado a escasa conciencia de postura adoptada y ausencia de elementos de resguardo para una correcta postura.
- Ruido ambiental genera molestias, en estudiantes, 45,2% presentan ruido ambiental y a 81,7% afecta en su concentración, utilizando audífonos 40,4% para aislarse.
- Mayor población femenina determina que, según el rol de género construido por la sociedad, un porcentaje debe compatibilizar sus estudios con tareas domésticas (76,9%) y en algunos casos con trabajo.
- Algunas diferencias con encuesta de teletrabajo:
 - En teletrabajo 64,7% indican que no pueden respetar horarios de trabajo; estudiantes 66,3% refiere que se respetan sus horarios de estudio y/o teletrabajo.
 - En estudiantes hay mayor porcentaje que estudia de noche y/o madrugada respecto a teletrabajo, siendo éste un factor de riesgo que puede impactar negativamente en salud mental por un desequilibrio ocupacional (estudio y descanso), algunos refieren sobrecarga académica, ausencia de capacitación para enfrentar desafíos impuestos por modalidad online y escaso apoyo profesional.

En lo inmediato, las estudiantes desarrollaron cápsulas orientadas a intervenir en aquellos puntos de mayor impacto según resultados de encuesta,

éstas se divulgaron al inicio de algunas clases, instancia que fue bien acogida por compañeras(os).

El desafío que plantea el estudio, a mediano y largo plazo, es profundizar en el análisis, para proyectar un plan de promoción y prevención, dado que estos(as) jóvenes a corto plazo estarán trabajando y nos encontramos con factores de riesgo ergonómico y un desequilibrio ocupacional, que pueden afectar a su salud en el futuro.

REFERENCIAS

Flores, R. (2007). Incidencia de Factores Ergonómicos en la Presencia de Dolor Disfuncional en Puestos de Trabajo. Estudio de Casos: Usuarios de Computador [tesis]. Santiago: Universidad Nacional Andrés Bello.

Guerrero, M., González, J., Lacassie, H. (2004). Dolor Aspectos Básicos y Clínicos. Santiago. Ediciones Universidad Católica de Chile. ISBN 956-14-0750-7.

Instituto de Salud Pública de Chile. (2016). Guía de Ergonomía: “Identificación y control de factores de riesgo en el trabajo de oficina y el uso de computador”. Recuperado de: <http://www.ispch.cl/saludocupacional>, publicaciones de referencia

Kielhofner, G. (2006). Fundamentos Conceptuales de la Terapia Ocupacional. 3a ed. Buenos Aires: Médica Panamericana.

Ministerio del Trabajo y Previsión Social. (24 de marzo 2020). Modifica el código del trabajo en materia de trabajo a distancia. Ley 21220. Recuperado de: <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?i=1143741&f=2020-04-01>.