	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL
	FORMATO **INFORME TÉCNICO DE ASESORÍA EN EL SGSST**
	Proceso **Gestión de asesoría P&P**

INFORME DE INSPECCIÓN ERGONOMICA DE SILLAS DE OFICINA

MINISTERIO DE RELACIONES EXTERIORES DE COLOMBIA

ASESORADO POR

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A

MARZO DE 2023

	POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A./ARL
	FORMATO **INFORME TÉCNICO DE ASESORÍA EN EL SGSST**
	Proceso **Gestión de asesoría P&P**

CONTENIDO

1. OBJETIVO
2. ALCANCE
3. PRESENTACION DE LA EMPRESA
4. METODOLOGIA DE INTERVENCIÓN
5. HALLAZGOS Y RECOMENDACIONES
6. CONCLUSIONES

1. OBJETIVO

Identificar los factores de riesgo biomecánico existentes en las instalaciones del Ministerio de Relaciones Exteriores, con el fin de generar recomendaciones y medidas de intervención para mitigar el impacto de estos sobre la salud de los funcionarios.

2. ALCANCE

La inspección de condiciones de ergonomía de los puestos de trabajo realizada para el Ministerio de Relaciones Exteriores, abarca directamente los lugares de trabajo en los cuales desempeñan las labores los funcionarios en las sedes de Bogotá.

3. PRESENTACION DE LA EMPRESA

Los servicios fueron prestados al Ministerio de Relaciones Exteriores, identificada con Nit. N° 899999042-9, cuya misión es “Desarrollar una política exterior responsable, innovadora y constructiva, orientada a participar de manera proactiva en la escena internacional, para proyectar los intereses de Colombia en el mundo”.

Las acciones ejecutadas se llevaron a cabo con fundamento en los riesgos de tipo biomecánico presentes en la Entidad y las necesidades en materia de seguridad y salud en el trabajo de estas.

4. METODOLOGIA DE INTERVENCIÓN

Mediante acompañamiento a las inspecciones ergonómicas de puesto de trabajo del Ministerio de Relaciones Exteriores, se realizó identificación y verificación de las condiciones críticas existentes generadoras de riesgo biomecánico para los funcionarios que laboran en la misma; se toma como guía la metodología de evaluación de peligros mediante la GTC 45 y el formato GH-FO-111 de inspecciones de seguridad del Ministerio de Relaciones Exteriores.

Dentro de las actividades que se realizaron se contemplan:

- Entrevista directa con los funcionarios.
- Toma de registro fotográfico a los puestos de trabajo críticos.

- Diligenciamiento de formato GH-FO-111 de inspección de seguridad.
- Elaboración de informe de inspección.

5. HALLAZGOS Y RECOMENDACIONES

Como resultado del acompañamiento por parte de POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS durante las inspecciones ergonómicas de puesto de trabajo realizadas desde el GIT Bienestar, Capacitación y Seguridad y Salud en el Trabajo, se encuentran los siguientes hallazgos en las sillas con que cuenta actualmente la Entidad:

- Se evidencian sillas tipo gerenciales en cuero sintético que no cuentan con los parámetros de ergonomía para puesto de trabajo tipo administrativo: Sin sistema de regulación de espaldar, no se evidencia soporte lumbar, el material en cuero sintético dificulta la libre transpiración y favorece el acumulo de bacterias, virus.

- Se evidencian sillas con profundidad del asiento superior a las características antropométricas de funcionarios con talla entre 1.50 a 1.60 metros, lo cual dificulta que los mismos aseguren un apoyo completo de la espalda sobre el espaldar de la silla, de igual manera, sus extremidades inferiores quedan suspendidas en el aire con compresión de la fosa poplítea (Región posterior de la rodilla), zona que es muy vascularizada, por lo que pueden presentarse a futuro alteración en la circulación sanguínea, atrapamiento de nervio, alteración postural.

- Se encuentra tipo de silla ergonómica, que si bien cumple con los parámetros mínimos de ergonomía, las dimensiones de profundidad del asiento es muy corta para funcionarios de talla media – alta 1.70 a 1.83 metros, lo cual dificulta el soporte completo de las extremidades inferiores, perdiendo ángulos de confort, de igual manera se evidencia que los sistemas de espaldar son tipo basculante y no regulador de medida, lo cual no permite que el funcionario logre ajustarse según sus características antropométricas.

- Sillas de características ergonómicas adecuadas, pero que por su tiempo de uso y vida útil se encuentran disfuncionales, encontrándose que los sistemas de regulación de altura, sistema de regulación de espaldar, soporte lumbar y rodachinas están vencidos, rodados y neumáticos reventados, lo cual dificulta que los funcionarios puedan asegurar ángulos de confort adecuados para cuello, extremidades superiores, extremidades inferiores y tronco.

- Se evidencia en varios puestos de trabajo, funcionarios realizando sus labores en sillas fijas, que no son aptas para el desarrollo de trabajo administrativo y que no cumplen con los parámetros de ergonomía para mitigar el impacto de los factores de riesgo biomecánico por la postura prolongada que se adopta por mas del 75%

de la jornada laboral, siendo un potencial factor desencadenante de alteraciones osteomusculares en el corto y mediano plazo.

Dados los hallazgos anteriormente mencionados se recomienda el siguiente plan de acción:

- Realizar mantenimiento preventivo y correctivo a las sillas que se encuentran disfuncionales, en aras de mejorar el confort ergonómico de los funcionarios en su puesto de trabajo durante la realización de la actividad laboral tipo administrativa.

- Si posterior al mantenimiento de las sillas continúan sin arreglo, se sugiere dar de baja las sillas, de igual manera las que no cumplen con los parámetros mínimos de ergonomía, sin soporte lumbar, sin sistemas de regulación de altura, con sistemas neumáticos vencidos o reventados, material en cuero.

- Para mitigar el impacto del factor de riesgo biomecánico por postura prolongada (aquella que se adopta en una misma posición mas del 75% de la jornada laboral), se recomienda suministrar sillas ergonómicas a los funcionarios que en el momento laboran con sillas fijas o estáticas.

- Teniendo en cuenta las inspecciones ergonómicas de puesto de trabajo realizadas en la vigencia 2022 y las necesidades que se puedan presentar durante la esta vigencia, se sugiere la adquisición de 300 sillas ergonómicas, que cumplan como mínimo con las siguientes características:

PARAMETROS TECNICOS DE LA SILLA ERGONOMICA		
CARACTERISTICAS		**PARAMETRO**
Asiento (ajustable en profundidad)	Altura	El cilindro debe permitir un ajuste de altura entre 38 cm y 50 cm
	Profundidad	Ajustable entre 40 cm y 50 cm
	Ancho	Mínimo 48 cm
	Radio del borde anterior	5 cm
	Radio de Giro	360°
	Densidad de espuma	60 kg/m3
	Inclinación del asiento	Entre 0 - 3°
	Concavidad posterior del asiento	2 cm
Espaldar (ajustable en altura y	Altura	Mínimo 53 cm
	Ancho	44 a 50 cm

profundidad)	Angulo entre asiento y espaldar	Ajustable: 90° - 105°
	Material	Malla
Apoyo lumbar (graduable en altura y profundidad)	Altura punto medio	Regulable ente 15 y 25 cm. Medico desde el punto de apoyo isquiático.
	Ancho	Mínimo 30.5 cm
	Radio	40 cm
	Elevador anterior	2 a 4 cm
Apoyabrazos (regulables y atornillables)	Ajustable en altura	16 a 27 cm
	Distancia interna entre los apoyabrazos	Mínimo 45 cm, ajustable entre 6 y 10 cm
	Longitud	Mínimo 22 cm
	Ancho	Mínimo 5 cm
Base (metálica)	Numero de patas	5
	Diámetro	Sillas no reclinables: mínimo 60 cm Sillas con mecanismo de contacto permanente: 63cm Sillas con mecanismo basculante o sincronizado: 70 cm
Rodachines (en goma)	Diámetro	De 5 a 7,5 cm
	Giro	360°
	Resistencia	Capacidad peso 80 a 150 Kg
Dispositivos de ajuste	Diámetro de perillas	Ideal 5 cm, mínimo 2,5 máximo 7,5 cm.
	Holgura para manipulación de perillas	3 cm desde el contorno de la perilla.
NOTA:	Se requiere que la silla no tenga sistema basculante, si no con sistemas de regulación, con el fin de poder ajustar a las características antropométricas de cada funcionario.	

En caso de que las sillas que se adquieran no cuenten con sistema de regulación que permita ajustar a las medidas máximas en altura, profundidad del asiento, del apoyo lumbar y del espaldar para las personas de talla alta, se sugiere adquirir (50) sillas con estas condiciones y (250) con las medidas estándar mencionadas en el cuadro anterior.

6. CONCLUSIONES

El acompañamiento a las inspecciones de puesto de trabajo realizadas en el Ministerio de Relaciones Exteriores, permitió identificar la exposición a factores de riesgo de tipo biomecánico que pueden afectar directamente al sistema musculoesquelético de los funcionarios que laboran en las sedes de Bogotá, por lo cual, se deben generar las medias de intervención y control necesarias para disminuir el impacto de estos factores de riesgo sobre la salud de los funcionarios, para ello, es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Se sugiere para próximos diseños de puesto de trabajo tener en cuenta las medidas estándar mínimo para puesto de trabajo administrativo. *Ver instructivo GH-IN-08. Estándar Ergonómico de Puesto de Trabajo Tipo Administrativo.*

2. Se sugiere realizar mantenimiento preventivo y correctivo a las estructuras de las sillas, de modo que favorezca al confort ergonómico del funcionario durante la realización de la actividad laboral.

3. Se sugiere la adquisición de 300 nuevas sillas ergonómicas para realizar los cambios que se requieren en el momento y reemplazar las que no cuentan con los parámetros mínimos de ergonomía, tener en cuenta las características sugeridas.

4. Al momento de la adquisición de las sillas ergonómicas, se recomienda socializar con el GIT Bienestar, Capacitación y Seguridad y Salud en el Trabajo las opciones ofrecidas por el contratista, con el fin de seleccionar la mejor opción que favorezca el bienestar físico de los funcionarios y contratistas de la Entidad.

5. Sensibilización en prevención del riesgo biomecánico: Higiene postural y disposición de elementos en puesto de trabajo.

6. Promover espacios para la realización de pausas activas/gimnasia laboral, recomendado en los tres momentos: antes, durante y al finalizar la jornada laboral.