

TRABAJO EN SOLITARIO





Definición

Consideramos como trabajos en solitario o en situación de aislamiento aquellos que se realizan en soledad, sin otras personas que desarrollen su labor en el mismo recinto o sala. Por lo general, las personas que realizan estos trabajos no tienen contacto visual con otras personas y, a menudo, no pueden oír ni ser oídos sin el uso de mecanismos como teléfono, interfono, etc.

Introducción

El ámbito que abarca el presente tríptico es el de aquellos trabajos que, por razones horarias (trabajo nocturno, trabajo de fin de semana) u organizacionales (manejo de datos industriales confidenciales, vigilancia de procesos o de centros de trabajo), son desarrollados por una única persona.

Sin embargo, no se incluyen los trabajos en espacios confinados ya que, por el lugar en que se realizan (zanjas o habitáculos cerrados) y el tipo de tarea, tienen otras connotaciones y hay una extensa bibliografía que trata de ellos. Además, estos trabajos se realizan en compañía, ya que siempre debe haber una o dos personas en el exterior, pendientes de lo que ocurre en el interior.

¿Dónde puede darse este tipo de trabajo?

- ▶ Vigilante de seguridad.
- ▶ Empresas de transporte (mensajería, transporte escolar, de mercancías...).
- ▶ Trabajos en el sector ganadero.
- ▶ Trabajos en el sector agrario.
- ▶ Trabajos en tensión eléctrica.
- ▶ En general, en los trabajos a turnos y/o nocturnos.
- ▶ Aquellos trabajos en los que la evaluación de riesgos determinara la necesidad de tenerlo en cuenta considerando aspectos como el grado de aislamiento del trabajador, consecuencia de la posible caída, obligación legal de presencia de persona con funciones de vigilancia de trabajos de especial peligrosidad.

➤ RIESGOS ASOCIADOS

Los posibles riesgos a los que pueden estar sometidas las personas que trabajan en situación de aislamiento, se pueden encuadrar en dos grupos: riesgos de seguridad y riesgos psicosociales, ambos íntimamente relacionados.

RIESGOS DE SEGURIDAD

- Riesgo de accidente derivado del fallo en la fiabilidad del sistema ser humano-máquina.

El hecho de que un empleado trabaje aislado puede producir más fácilmente errores en su actuación (no tiene con quién comparar su actividad) o crear incertidumbres (no tiene a quién preguntar en caso de duda u olvido).

- Falta de ayuda después de un accidente o en una situación crítica.

Tras un accidente o situación crítica la actuación inmediata es imprescindible. Cuando se trabaja solo esta actuación inmediata no está garantizada. Esta falta de asistencia inmediata puede agravar considerablemente las consecuencias derivadas de un accidente o de una situación crítica.

- Trabajadoras embarazadas.

Cuando trabajan en solitario, las empleadas embarazadas están expuestas a un riesgo mayor que los demás trabajadores, sobre todo si se caen o necesitan atención médica urgente.

- Trabajos en tensión eléctrica.

- Riesgos debidos a las condiciones estructurales del edificio; a las condiciones de las máquinas, útiles y herramientas; y a las condiciones del medio ambiente de trabajo.

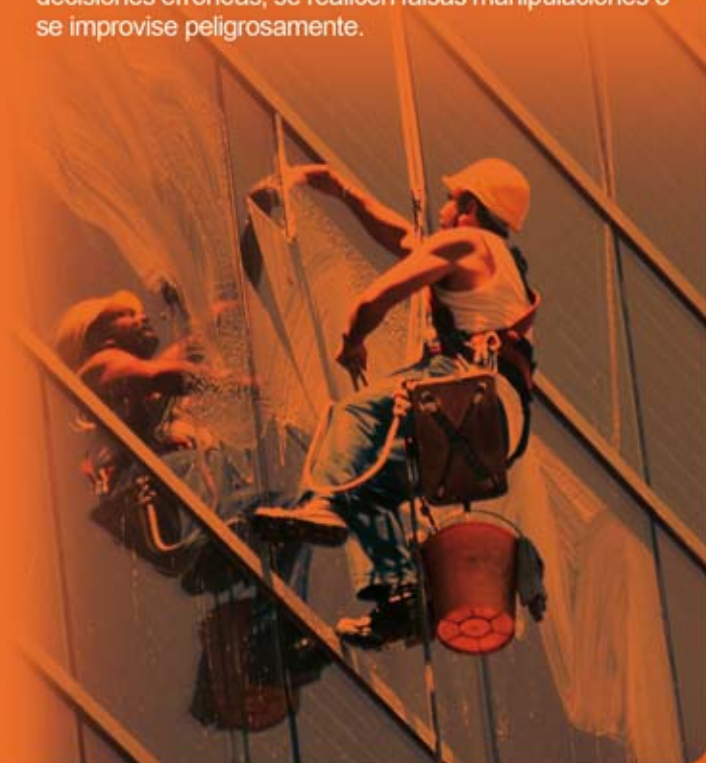
Debe hacerse hincapié en aquellos aspectos más determinantes para evitar que se accidenten las personas que trabajen solas: ruido, visibilidad, riesgo eléctrico, riesgo de explosión, riesgo de incendio, almacenamiento de material, condiciones estructurales, maquinaria en movimiento, maquinaria fija...

RIESGOS PSICOSOCIALES

- Derivado del propio aislamiento.

En los trabajos rutinarios, la ausencia de otras personas puede implicar aburrimiento, descenso en la vigilancia y alteración de la percepción del tiempo.

El aislamiento puede dar lugar a una carga psíquica que podría traducirse en un sentimiento de soledad y/o angustia. Durante sucesos excepcionales, es posible que las personas que trabajan solas sufran fatiga física, intelectual o psíquica (motivada por la falta de ayuda proveniente de otras personas). En estas situaciones de estrés, se aumenta la probabilidad de que se tomen decisiones erróneas, se realicen falsas manipulaciones o se improvise peligrosamente.



➤ MEDIDAS PREVENTIVAS

Estudio detallado del puesto.

Valorar hasta qué punto es imprescindible que dicho trabajo sea desarrollado en solitario. Hay que tener en cuenta que, económicamente, puede ser más caro el tomar medidas preventivas como las mencionadas a continuación que el resituar el puesto de manera que el trabajo se pueda desarrollar junto a otras personas.

Información y formación.

Disponer de una amplia información y formación sobre cómo desarrollar su trabajo, sobre el margen de decisión que tiene, sobre los posibles fallos que pueden ocurrir y sus consecuencias. Asimismo, debe estar familiarizado con las máquinas, las herramientas y los materiales con los que ha de trabajar; debe conocer el tipo de órdenes que va a recibir, de manera que su interpretación sea clara y no conduzca a error; debe estar adiestrado en las normas y el uso del equipo de protección personal (EPI), debe conocer las salidas de socorro...

Aptitudes apropiadas.

El trabajador debe ser capaz de superar la angustia que puede ocasionar la soledad, debe contar con un estado de salud general bueno y ser capaz de enfrentarse a situaciones problemáticas que deberá resolver, en muchos casos, por sí mismo.

Medios técnicos de alarma.

En aquellas situaciones en las que la persona que trabaja sola se vea imposibilitada de pedir ayuda, por carecer de movilidad y/o iniciativa, es necesario establecer otros medios de aviso, como son, por ejemplo, los dispositivos de pérdida de verticalidad o de pérdida de movimiento. Este equipo transmite señales de emergencia de tres formas diferentes: por sustracción (desprendimiento del cordón), pulsación simultánea de los dos botones laterales y por inclinación de 60° o más (función "hombre muerto").

Socorro inmediato.

Según la gravedad de las consecuencias previsibles de los riesgos a los que se halle sometida la persona que trabaja sola, será necesario contar con un servicio de atención interna de la empresa, o bien en una zona próxima que permitan una actuación con la urgencia necesaria.

Trabajo en tensión eléctrica.

Deberá ser realizado por trabajadores cualificados con vigilancia de un jefe de trabajo, siguiendo un procedimiento previamente estudiado y, cuando su complejidad o novedad lo requiera, ensayado sin tensión. Las labores en zonas donde la comunicación sea complicada, por su orografía, confinamiento u otras circunstancias, deberán llevarse a cabo estando presentes, al menos, dos trabajadores con formación en materia de primeros auxilios.

Trabajadoras embarazadas.

Es recomendable reducir o suprimir el trabajo a turnos y/o la nocturnidad, disminuir el tiempo de exposición a trabajos pesados, aumentar la frecuencia de las pausas, tener la posibilidad de descansar tumbadas en condiciones adecuadas, evitar largos períodos en bipedestación o en posición sentada, poder pedir ayuda en trabajos solitarios minimizándolos al máximo, evitar movimientos repetidos, posturas forzadas, no realizar trabajos en alturas.

Contacto personal, condiciones psicosociales y carga de trabajo.

Las medidas de actuación se centran en procurar los medios para que la persona que trabaja sola cuente con el apoyo necesario para el desempeño de su tarea, mantenga unas buenas relaciones con sus mandos y, finalmente, que el puesto de trabajo no conlleve grandes esfuerzos físicos y psicológicos.

BIBLIOGRAFÍA

- Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales y sus posteriores modificaciones.
- Real Decreto 614/2001, sobre disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico.
- Real Decreto 486/1997, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- NTP 344: Trabajos en situación de aislamiento. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT).





Plan de Apoyo
al AUTÓNOMO



2011

Confederación Regional de Empresarios
de Castilla-La Mancha (CECAM)

C/ Reino Unido-3

Tel:925 28 50 15 - Fax:925 21 57 52

www.cecama.es

