

Presentismo y ausentismo laboral, estrategia interdisciplinaria

Por: Gerencia de Comunicaciones / Consejo Colombiano de seguridad / Agosto de 2013 / Bogotá, Colombia

Durante el 46 Congreso de Seguridad, Salud y Ambiente organizado por el CONSEJO COLOMBIANO DE SEGURIDAD (CCS), el experto mexicano Victorio Martínez Castro, médico especialista en medicina del trabajo y magíster en desarrollo humano organizacional, abordó el tema del presentismo y ausentismo laboral, así como su impacto en la salud y productividad de los trabajadores.



El presentismo laboral consiste en estar "de cuerpo presente, pero mente ausente" durante la jornada laboral. Es una consecuencia de los estilos de vida no saludables y es un fenómeno muy común en las empresas, pues cada vez más los trabajadores permanecen en su sitio de trabajo por la única razón de conservar su empleo. Está desencadenado por un desbalance en las condiciones individuales de la carga física o de la actividad en sí misma y de la cuestión organizacional (cultura, horarios, turnos, idiosincrasia, asignación de puestos, entre otros).

Un estilo de vida saludable comprende varios aspectos actitudinales y comportamentales que se ven reflejados en el desempeño laboral, algunos de estos hacen parte del "Paso cero", una estrategia desarrollada por el experto, que consiste en evaluar aspectos personales como los hábitos alimenticios y la actividad física, y algunos estrechamente ligados con el trabajo como el calentamiento previo al trabajo o calistenia, la ejecución de pausas activas, la periodicidad de los chequeos médicos y la habilidad de ser ambidiestros.

Poner en una balanza esos seis aspectos, refleja un equilibrio o un desequilibrio para saber si una persona es enferma o saludable. De acuerdo con las cifras suministradas por Martínez, menos del 50% de las personas tienen estos hábitos, si se agrega el acelerado ritmo de vida actual, sobre todo para las personas de 25 a 40 años, la tecnología, los medios de comunicación, el tiempo y las jornadas laborales, los trabajadores están sufriendo serias consecuencias en su salud. Hay trabajos que demandan una cierta actividad física, pero poca actividad mental, por ejemplo, una labor repetitiva; sin embargo, hay otros que exigen más actividad cognitiva o mental: estar concentrados, hacer números, entre otras funciones que desgastan más al trabajador. Está demostrado que calóricamente se gastan más calorías en un trabajo mental que en un trabajo físico. Aunque no se pondera de la misma manera, la consecuencia es que actualmente la gente tiene una respuesta natural que es estresarse, no obstante, debe haber un equilibrio entre el estrés bueno y el malo, cuando se rompe ese equilibrio es cuando llegan las enfermedades.

Sin duda, el ausentismo afecta los costos de las empresas, pero el presentismo genera un impacto cuatro o cinco veces mayor, dado que el trabajador se aísla totalmente de los objetivos del negocio, y su productividad y competitividad disminuyen considerablemente, lo que se refleja en un mínimo desempeño.

Panorama internacional

De acuerdo con el especialista, en Estados Unidos una de las grandes razones para no ausentarse del trabajo es no generar una incapacidad. En México: "mi patrón, los tres primeros días de mi labor no me los paga, pero a partir del 4 día yo estoy devengando el 60% de mi sueldo por no trabajar, en cambio, si estoy presente, devengo el 100%, pero ya entonces puedo ver si mi productividad es la que me está solicitando mi patrón".

En otros países de Latinoamérica la situación es muy similar y los números impactan considerablemente dado que las personas no están trabajando en su 100% de capacidad sino en el mínimo requerido.

Nutrición y producción

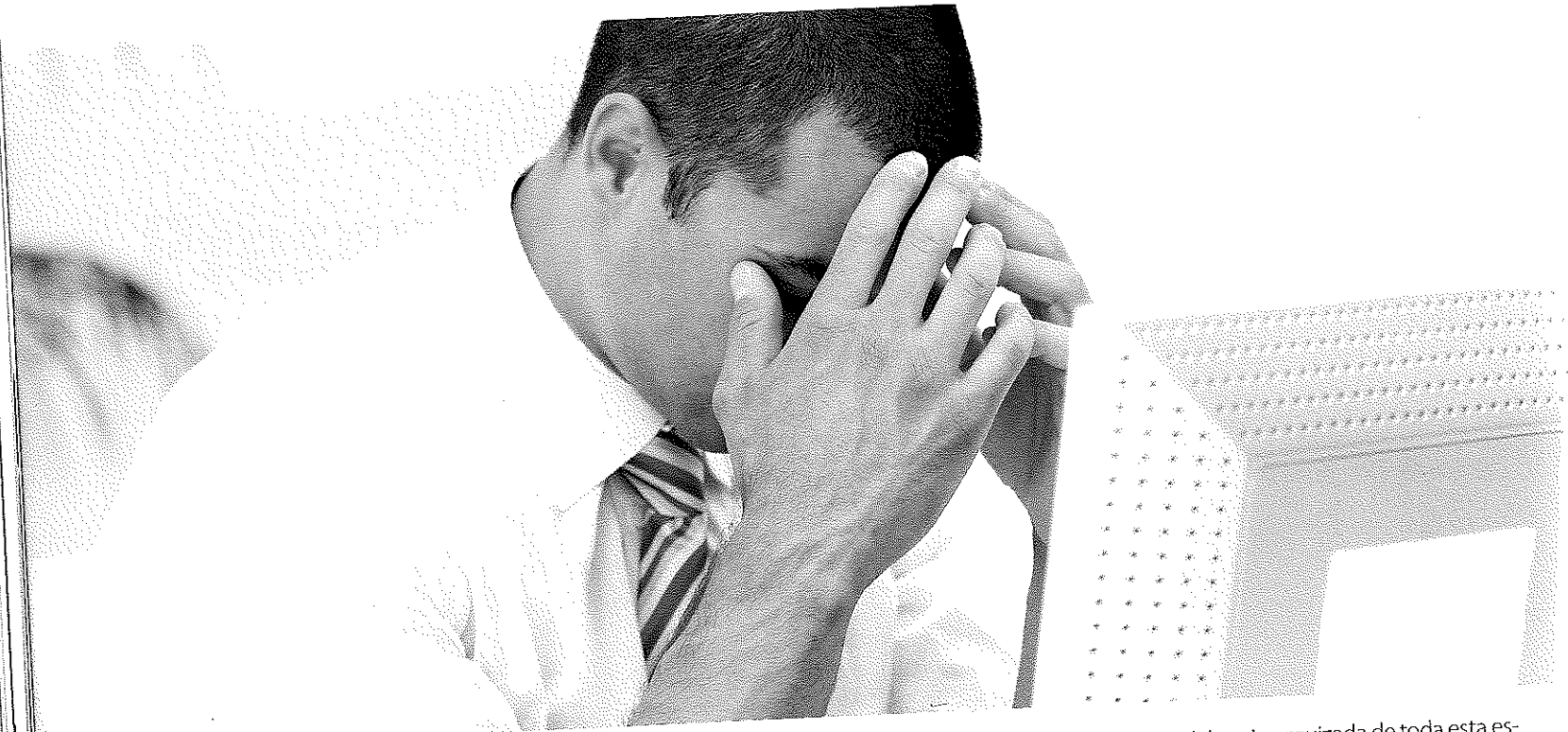
Es interesante ver cómo el no estar bien nutrido disminuye las capacidades físico-cognitivas. En otras palabras, hay personas que no se alimentan y entonces tienen un desarrollo y un desempeño muy por debajo de lo que se necesita.

"En la ciudad del Distrito Federal, las personas que trabajan en una operación tradicional entran a las 6 de la mañana, en lo que se levantan y se trasladan de un lugar a otro pueden tomar entre dos y tres horas, entenderán ustedes que se levanta la persona a las dos o tres de la mañana. A esa hora no da hambre y llegan sin comer, así entran a trabajar, si a eso se agrega que mucha gente no cena para no engordar, entonces su último alimento fue el almuerzo del día anterior. ¿De qué se alimentan? Hablo de mi país, la dieta T: tacos, tortas, tamales, tlacoyos, todo lo engordante, todo lo sabroso", concluyó el experto.

“ El que un trabajador no esté bien nutrido disminuye sus capacidades físico - cognitivas y por tanto, su desempeño estará por debajo del mínimo requerido. ”

Riesgo Psicosocial

Seguridad e Higiene



Al ser ambidiestra, la persona equilibra su desempeño físico y en lugar de cargar todo a una sola extremidad, comparte las funciones. Esto impacta en el ausentismo laboral ya que disminuye la sintomatología de enfermedades relacionadas con el uso de computadores.

Prevención y control

Actualmente, al presentismo laboral no se le otorga la misma importancia que al ausentismo, pues se piensa que este último es el foco principal. En realidad, estos dos fenómenos van hacia el mismo punto aunque no se aborden de la misma manera. Mientras que en el ausentismo el empleador no puede ir al hogar del trabajador, con el presentismo se pueden aplicar estrategias que lo incluyan directamente. Por ejemplo, en la cultura japonesa el trabajador tiene un cuarto de descanso al que puede ir a descansar, hay una música de fondo que estimula las ondas cerebrales para que se relaje, hay un mobiliario especial para que el trabajador vaya, descanse y se reconecte a la realidad.

El estrés, la ergonomía, el presentismo y factores psicosociales son elementos estrechamente ligados entre sí que no se pueden desvincular, deben verse "como un menú en el cual hay que ir integrando todos los ingredientes que van a hacer finalmente un resultado. La consecuencia del "menú" actual es que nos estamos enfermando cada vez más", señaló Martínez Castro.

La prevención es un trabajo en equipo, un trabajo interdisciplinar, no es un trabajo aislado ni por departamentos, en este proyecto intervienen de la misma manera los departamentos de recursos humanos, servicio médico, productividad, manufactura, calidad y todos los demás. "Cuando las estructuras organizacionales pretenden que esto vaya de

empieza a hacer una forma piramidal, no jerarquizada de toda esta estrategia, funciona mucho más rápido", indicó.

El cambio de mentalidad sobre el presentismo laboral es realmente una estrategia de negocio que no se debe ver como una cuestión ajena a las funciones u objetivos de la empresa, sino como una iniciativa organizacional que garantiza los resultados de las acciones.

Caso exitoso

De acuerdo con la experiencia narrada por el experto mexicano, en el año 2002 el entonces director de la empresa Wyeth Pharmaceuticals en México, decidió desarrollar acciones frente a la situación de los trabajadores que debían madrugar bastante y por ello llegaban sin desayunar a su puesto de trabajo. Para ese entonces no se había desarrollado el Paso cero, así que se realizaba un examen para saber el nivel de azúcar en sangre y todo trabajador que no llegara con el nivel mínimo requerido, debía pasar al comedor y alimentarse. Al cabo de dos o tres meses de esa iniciativa, los indicadores de productividad, calidad, errores, ausentismo, accidentes, entre otros, mejoraron ostensiblemente.

Al comparar el costo – beneficio, es decir, lo que le costó a la empresa haber realizado esa iniciativa, fue mucho menor que lo que le estaba impactando en esos indicadores. En ese caso hubo la convicción, la estrategia del director para sacar adelante el proyecto a pesar de las voces detractoras del equipo gerencial.

A nivel gerencial es necesario reconocer que a pesar de que cada persona tiene una especialidad o fortaleza específica, esta labor es interdepartamental y no se puede exigir a un trabajador que rinda más, sea más productivo, más organizado y de mejores resultados, si no recibe los elementos básicos.

La salud y enfermedad son un binomio multifactorial que impacta en el ámbito laboral, ante lo cual la empresa debe velar por sus emplea-