

La Presión Por el Rendimiento - Charla de Seguridad

La presión por el rendimiento surge cuando las exigencias del trabajo, el tiempo o las metas obligan a las personas a apresurarse. Puede deberse a una carga de trabajo excesiva, falta de ayuda, instrucciones poco claras, herramientas inadecuadas o cambios de última hora.

En cualquier oficio o área de trabajo, los plazos ajustados, la falta de personal y las interrupciones constantes pueden provocar fatiga, errores, atajos peligrosos y lesiones.

Principales peligros y señales de alerta temprana

- Exceso de trabajo para el tiempo disponible
- Plazos o metas que no pueden cumplirse de manera segura
- Cargas de trabajo que impiden tomar descansos o tiempos de recuperación
- Llamadas, mensajes, alarmas, cambios o seguimientos constantes
- Falta de personal, supervisión, herramientas, equipos o sistemas de trabajo adecuados
- Exceso de papeleo, duplicidad de registros o tecnología que ralentiza el trabajo
- Instrucciones poco claras ante problemas o cambios
- Poco control sobre el orden del trabajo, el ritmo o los horarios de descanso
- Presión para priorizar la velocidad sobre la seguridad
- Falta de apoyo tras una sobrecarga, conflicto, lesión, incidente (casi accidente) o interrupciones constantes

Las señales de alerta temprana pueden incluir:

- Apresurarse al realizar tareas habituales
- Aumento de errores, repetición de trabajos o pasos omitidos
- Omisión de verificaciones, preparativos o tareas de limpieza
- Fatiga, estrés o dificultad para concentrarse
- Atajos en la ejecución del trabajo o en la toma de decisiones
- Reporte tardío de peligros o comunicación deficiente en el traspaso de tareas

- Irritabilidad con compañeros, clientes o el público
- Mayor número de incidentes (casi accidentes) o lesiones en momentos de mucha actividad

Antes de comenzar el trabajo, verifique

Asegúrese de que el trabajo esté organizado de manera que el equipo pueda realizarlo con seguridad. • La carga de trabajo y los plazos son realistas

- Se comprenden los pasos de la tarea, las exigencias físicas y las limitaciones del lugar de trabajo
- Se cuenta con suficiente personal y supervisión
- Las herramientas, los equipos, los dispositivos y los sistemas funcionan correctamente
- El plan incluye pausas y tiempo de recuperación
- Los trabajadores saben a quién llamar si el trabajo se retrasa o hay sobrecarga
- Se incluye tiempo para trámites, fotografías, notas y otras tareas administrativas necesarias
- Los trabajadores están descansados, en buen estado de salud y aptos para trabajar de forma segura
- Todos tienen autorización clara para hacer una pausa, detenerse o pedir ayuda cuando el trabajo se vuelve inseguro

Formas más seguras de gestionar la presión

- Planificar cargas de trabajo y plazos que permitan operar de manera segura
- Reservar tiempo para la preparación, la comunicación, los trámites, la limpieza y la finalización segura
- Respetar las pausas durante el turno y el tiempo de recuperación entre turnos
- Asignar tareas según la capacitación, experiencia, herramientas y equipos de cada trabajador
- Eliminar trámites o pasos administrativos duplicados o innecesarios
- Equilibrar la producción con la seguridad y la calidad

- Informar a tiempo sobre sobrecargas, retrasos, fatiga o conflictos laborales
- Otorgar a los trabajadores autoridad clara para hacer pausas, modificar el orden de trabajo o pedir ayuda cuando la carga de trabajo sea insegura
- Brindar apoyo tras un conflicto, lesión, incidente (casi accidente) o interrupción inusual
- Corregir las situaciones de sobrecarga recurrente; no considerarlas algo normal

Detenga el trabajo o llame a un supervisor cuando:

- Un plazo límite obligue a trabajar a una velocidad insegura o a tomar atajos
- Se omitan las pausas debido a la carga de trabajo
- El cansancio afecte el estado de alerta o el juicio
- Las herramientas, equipos o sistemas fallen y provoquen distracciones o errores
- No sea posible completar el trabajo de forma segura según lo planeado

Resumen

La presión por el rendimiento se convierte en un riesgo para la seguridad cuando la carga de trabajo o los plazos llevan a las personas a ignorar los métodos de trabajo seguros. Si el trabajo no puede realizarse de forma segura según lo planeado, modifique el plan. No reduzca los estándares de seguridad.

Puntos de discusión:

1. ¿Dónde sentimos mayor presión para apresurarnos en este momento?
2. ¿Qué cambio reduciría la presión y ayudaría a realizar el trabajo de manera segura?