

PRODUCTIVIDAD

El entorno de trabajo puede aportar vitalidad o desánimo. Son muchos los factores que condicionan el rendimiento laboral pero la contaminación ambiental es uno de los más olvidados y los tóxicos invisibles hacen meya en el día a día del empleado

Fatigas, jaquecas y menor productividad: los efectos de trabajar en un espacio tóxico



El entorno de trabajo puede aportar vitalidad o desánimo. Son muchos los factores que condicionan el rendimiento laboral pero la contaminación ambiental es uno de los más olvidados y los tóxicos invisibles hacen meya en el día a día del empleado

Se ha demostrado en varios estudios que mejorando la calidad del aire interior mejora la salud de los empleados y se incrementa la productividad. Aún así, los estándares de calidad establecidos por la legislación vigente no tienen en cuenta el concepto de productividad – se considera una mera obligación legal en lugar de un modo de mejorar el rendimiento de los trabajadores – y en cuestión de tóxicos y radiaciones artificiales, se dan casos de aumento de tasas de estrés o enfermedades por debajo de los límites legales.

Carles Surià, Ingeniero y Consultor en biohabitabilidad, explica que entre los efectos más comunes de la contaminación ambiental que se originan en los espacios de trabajo se encuentran las fatigas, las jaquecas el estrés y el cansancio, y que dichas consecuencias disminuyen el rendimiento de cada empleado. Pero afirma que es posible aplicar medidas de prevención para que la salud de los trabajadores sufra menos, y se respiren y absorban dosis de tóxicos y radiaciones muy inferiores a los límites legales.





En los espacios de trabajo interior se pueden encontrar aditivos tóxicos que incrementan el cansancio en productos que contienen disolventes, plastificantes o ignífugos como moquetas, muebles, barnices o adhesivos. “Desgraciadamente no hay descripción de ingredientes en ellos y la distinción de las diferentes calidades de los productos en cuanto a toxicidad es laboriosa”, afirma Surià. En este aspecto, se recomienda reducir las superficies a encolar y utilizar fibras naturales”. Al mismo tiempo, los materiales sintéticos y el ruido también contaminan: hay superficies que tienden a cargarse electrostáticamente, habitualmente de materiales sintéticos, que afectan críticamente el aire interior, pues levantan el polvo. En combinación con humedades bajas la problemática se incrementa y se potencian las alergias en el espacio de trabajo. El ruido, por su parte, afecta en el estrés. Bajantes de agua, aparatos electrónicos, maquinaria o incluso el ruido de las oficinas de al lado o del piso superior.

Pero también existen otros contaminantes invisibles, desconocidos o menos valorados por la mayoría, entre los que se encuentran:

– **Los campos eléctricos:** se originan en lámparas, ordenadores o cableado eléctrico, entre otros. Muy por debajo de los límites establecidos en el Real Decreto 299/2016 la ciencia ha encontrado efectos en el sistema hormonal o incrementos en la tasa de enfermedades, incluso cáncer. “Un aumento de la productividad debería ir ligado a campos eléctricos bajos y esto es relativamente fácil de conseguir. El saneamiento requiere actuar especialmente en el entorno más inmediato del trabajador y conducir todos los campos eléctricos hacia una buena toma de tierra”, explica el experto en biohabitabilidad.

– **Los campos magnéticos:** la electrónica, los cableados eléctricos y los motores constituyen importantes fuentes de campo magnético en la cercanía de los trabajadores. Es conocido que debajo de una línea de alta tensión se encuentran campos magnéticos. No obstante, es menos conocido que un trabajador que tenga a su lado un Sistema de Alimentación Ininterrumpida (SAI) seguramente esté sometido a mayores valores absolutos de campo magnético que situando su despacho debajo de la línea de alta tensión. Los valores límite incluidos en el Real Decreto 299/2016 son de 1.000.000 a 6.000.000 nT. En contraposición, la OMS advierte que los campos magnéticos de magnitudes superiores a los 300 o 400nT son potencialmente cancerígenos. Las principales medidas de saneamiento consisten en desconectar o separarse de las principales fuentes.

– **Las ondas electromagnéticas:** utilizadas principalmente para transmitir información. En una oficina existen las procedentes del exterior (móviles, televisión digital...) y las internas (teléfonos inalámbricos, bluetooth, WiFi...). El Informe Bioinitiative muestra que entre las afectaciones a las personas se encuentran dificultades de concentración, depresión, falta de energía, fatiga, problemas de sueño... afectaciones que pueden influir negativamente en el rendimiento laboral. “Así pues, estamos en una disyuntiva, ya que estas ondas ayudan también a que el trabajo sea más fácil. ¿Se puede hoy trabajar sin ondas?”, cuestiona Surià. En este caso, las recomendaciones se dirigen a moderar las radiaciones absorbidas. Por ejemplo, evitar el uso del móvil en zonas de baja cobertura (como ascensores), sustituir los teléfonos inalámbricos DECT por teléfonos inalámbricos ECO DECT o evitar la instalación del router WiFi justo al lado de los trabajadores.

Carles Surià explica concluye que “cualquier gasto que permita mejorar la salud de los empleados debe verse como una inversión por los beneficios que ésta aporta, no sólo porque ayude a disminuir las bajas médicas, sino porque incrementará la productividad de la empresa”.

