



**Instituto de  
Seguridad  
Laboral**

Ministerio del Trabajo  
y Previsión Social

Gobierno de Chile

# **PRIMER REPORTE ISL TELETRABAJO EN TERRENO PARA SUSESO**

**REGIÓN METROPOLITANA  
23 OCTUBRE 2019**

**Instituto de Seguridad Laboral –ISL–  
Ministerio del Trabajo y Previsión Social**



## **PRESENTACIÓN INSTITUTO DE SEGURIDAD LABORAL**

<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	3
<b>II. OBJETIVOS ESTRATÉGICOS.</b> .....	3
<b>III. RESULTADOS</b> .....	4
<b>PRIMERA TELETRABAJADORA VISITADA</b> .....	5
<b>SEGUNDA TELETRABAJADORA VISITADA.</b> .....	10
<b>INTERVENCIÓN ISL EN TERRENO (ANTES Y DESPUÉS)</b> .....	14
<b>PRIMERA TELE-TRABAJADORA</b> .....	14
<b>SEGUNDA TELE-TRABAJADORA</b> .....	15
<b>IV. SUGERENCIAS GENERALES</b> .....	16
<b>V. CONCLUSIÓN</b> .....	17



## I. INTRODUCCIÓN

El **Instituto de Seguridad Laboral** desde su rol como organismo administrador de la Ley N° 16.744 de la **Superintendencia de Seguridad Social**, ha querido ser partícipe de este Piloto en la nueva modalidad de trabajo que SUSESO ha comenzado con sus funcionarios/as, llamado **Teletrabajo**. Es por esto que además de participar en las reuniones de esta nueva forma de trabajar y capacitar a sus funcionarios/as, diseña una herramienta en nuestro rol como referentes técnicos, para poder orientar a SUSESO (Empleador y funcionario/a), la cual fue aplicada en terreno en dos casas de funcionarias de la Institución, el día miércoles 16 de octubre 2019.

A continuación, se entregarán observaciones y sugerencias de mejora para SUSESO y sus tele-trabajadoras, además se hará entrega de los resultados que la herramienta diseñada especialmente para este proceso arrojó.

## II. OBJETIVOS ESTRATÉGICOS.

Contribuir al fortalecimiento de la gestión de los nuevos riesgos laborales de la modalidad de trabajo que SUSESO ha comenzado en pro de sus trabajadores/as, **Teletrabajo**.



### **III. RESULTADOS**

Los resultados serán presentados por tele trabajador visitado, lo identificados y las sugerencias que entregamos en terreno, pudiendo finalizar con sugerencias de mejora para SUSESO. Es importante señalar que la Lista de Chequeo para Teletrabajo, herramienta ISL, no fueron entregados a los tele-trabajadores, serán entregados a SUSESO directamente como empleador responsable de las condiciones laborales de sus funcionarias, considerando este trabajo como piloto.


## PRIMERA TELETRABAJADORA VISITADA




### LISTA DE CHEQUEO PARA TELETRABAJO

<b>Institución/Empresa:</b>	SUSESO	<b>RUT:</b>	61.509.000-K
<b>Domicilio Institución/Empresa:</b>	HUÉRFANOS 1376 STGO.	<b>FONO:</b>	56223371000
<b>Nombre del o la Tele trabajador/a:</b>	MARIA ANGÉLICA MONREAL		
<b>Dirección Principal Teletrabajo</b>	PEDRO TORRES 978 ÑUÑO A		HOGAR
<b>Dirección Secundaria Teletrabajo</b>	N.A.	<b>DESCRIPCIÓN DEL LUGAR A DESARROLLAR TELETRABAJO</b> (Ej. Casa en RM., Casa V región, CoWorking)	N.A.
<b>Dirección Terciaria Teletrabajo</b>	N.A.		N.A.

DIMENSIÓN			CONDICIONES ERGONÓMICAS	
VARIABLE			ALCANCE Y SUPERFICIE DE TRABAJO.	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
1	La superficie de trabajo <b>NO</b> tiene su borde redondeado, son filos		Se sugiere a la teletrabajadora trabajador usar los reposa muñecas en los antebrazos y se indica la importancia de contar con los elementos para trabajar a su alcance y además de posicionar los antebrazos sobre el mobiliario de trabajo.	Evitar compresión en sus antebrazos y por ende posteriores molestias, para lo que puede usar un elemento ergonómico llamado apoya antebrazo que se ubica en el quiebra canto del mobiliario que utiliza
SUB VARIABLE			SILLA	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
2	<b>TODOS LOS ITEM</b>		Solo se le entrega un cojín lumbar.	Cuenta con silla corriente de madera, no apta para desarrollar funciones de tarea administrativa sedentaria.

SUB VARIABLE			HÁBITOS POSTURALES	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
3	<b>Se digita sin desviación cubital de la muñeca</b>		<p>Se sugiere a la teletrabajadora usar los reposa muñecas en los antebrazos y se indica la importancia que tiene contar con una buena postura al teclear y utilizar el mouse. Se sugiere no utilizar pad mouse de contacto duro y utilizar el que ISL le entregó.</p>	<p>Lo ideal es que al momento de trabajar la mano esté alienada a su antebrazo, en posición neutral. Se sugiere que se pueda entregar un mouse ergonómico.</p>

DIMENSIÓN			ORGANIZACIÓN DEL TELETRABAJO	
VARIABLE			PAUSAS	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
4	PAUSAS		Si bien la tele-trabajadora realiza un precalentamiento antes de la jornada laboral, lo que es muy positivo realizar, ella indica que "cuando se acuerda" realiza pausa durante la jornada laboral. Se sugiere usar el celular como alarma, una a media mañana y otra a media tarde para iniciar, de 10 a 15 mts. cada una, aprox.	Junto con ISL, SUSESO debe reforzar las pausas a sus tele-trabajadores

DIMENSIÓN			RIESGO DE INCENDIO	
VARIABLE			INCENDIO	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
5	INCENDIO	Por respeto al hogar de la teletrabajadora no se toma evidencia fotográfica	Se sugiere a la tele-trabajadora que vea la posibilidad de contar con medio de extinción	Junto con ISL, SUSESO debe reforzar la importancia que tiene contar con estos elementos.



<b>SUGERENCIAS GENERALES.</b>	
<b>A.-</b>	<b>La silla que la trabajadora utiliza no es apropiada para la desarrollar su labor.</b>
<b>B.-</b>	<b>Se debiera entregar reposa antebrazos para evitar el contacto filoso con la mesa.</b>
<b>C.-</b>	<b>Reforzar la importancia de; contar con una buena postura, realizar pausas dentro de la jornada laboral y contar con extintor.</b>

<b>OTRAS OBSERVACIONES</b>	
<b>A.-</b>	<b>Tele trabajadora señala que extraña la dinámica diaria de esparcimiento en el lugar de trabajo, la interacción con sus pares. Realiza la diferencia generacional, destacando para ella lo positivo de esta modalidad, indicando el acomodo por su edad y aumento de roce con su familia (nietos).</b>
<b>B.-</b>	<b>En general la Tele trabajadora mantiene su horario laboral. Hay días en que no se detiene en el horario laboral, ya que prefiere terminar el caso en desarrollo. Y hace respetar el horario a su familia.</b>
<b>C.-</b>	<b>La trabajadora se preocupó por contar con un espacio solo para realizar el teletrabajo, ventanas al lateral como se sugiere, cuenta con un mobiliario que cuenta en Gral. con todo lo necesario para desarrollar su labor diaria en buenas condiciones, menos por el borde filoso, ya mencionado anteriormente. Ella usa como pantalla principal la pantalla de su notebook, lo tiene a buena altura sobre guías telefónicas, es por esto que además del cojín lumbar, ISL le entrega un alza notebook y se reordenan los elementos de trabajo sobre el mobiliario.</b>

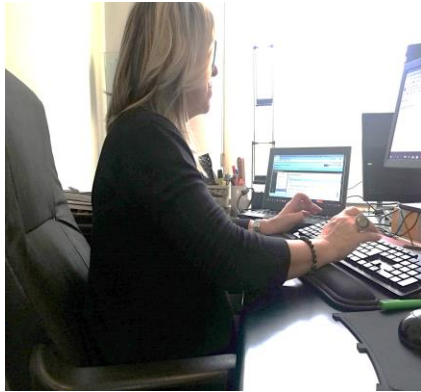
## SEGUNDA TELETRABAJADORA VISITADA.



### LISTA DE CHEQUEO PARA TELETRABAJO

<b>Institución/Empresa:</b>	SUSESO	<b>RUT:</b>	61.509.000-K
<b>Domicilio Institución/Empresa:</b>	HUÉRFANOS 1376 STGO.	<b>FONO:</b>	56223371000
<b>Nombre del o la Tele trabajador/a:</b>	SOLANGE FACUSE		
<b>Dirección Principal Teletrabajo</b>	TERESA CONCHA WLAKER 1122 VITACURA	<b>DESCRIPCIÓN DEL LUGAR A DESARROLLAR TELETRABAJO</b>	HOGAR
<b>Dirección Secundaria Teletrabajo</b>	VIÑA DEL MAR (OCASIONAL)	(E). Casa en RM., Casa V región, CoWorking)	2° HOGAR
<b>Dirección Terciaria Teletrabajo</b>	N.A.		N.A.

DIMENSIÓN			CONDICIONES ERGONÓMICAS	
VARIABLE			PANTALLA	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
1	Mantiene el texto de trabajo sobre la mitad de la pantalla		Se sugiere a la teletrabajadora mantener la lectura desde la mitad de la pantalla hacia arriba, al mantener siempre el texto que se encuentra trabajando en la pantalla, evita malas posturas en la zona cervical.	Junto con ISL, SUSESO debe reforzar la importancia de cuidar la zona cervical al momento de desarrollar su tarea laboral
SUB VARIABLE			SILLA	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
2	TODOS LOS ITEM		Se le entrega un cojín lumbar y se indica que la silla gerencial puede no ser lo suficientemente cómoda para desarrollar la tarea encomendada, que fuera analizando. Se indica que hay sillas gerenciales ergonómicas	Cuenta con silla gerencial, lo que solo cuenta a favor es el ancho que tiene, no apta para desarrollar funciones de tarea administrativa sedentaria.

			y se entregan los beneficios que estas entregan	
SUB VARIABLE			HÁBITOS POSTURALES	
Nº	ITEM EVALUADO	FOTOGRAFÍA	OBSERVACIÓN AL TELETRABAJADOR	SUGERENCIA ESPECÍFICA A SUSESO
3	<b>Se evitan las torsiones, extensiones y flexiones cervicales</b>		Se explica a la tele-trabajadora lo importante que es tener apoyados los antebrazos, desde codos para dar soporte a los hombros y la zona cervical, además evita compresiones y dolencias en antebrazos.	Junto con ISL, SUSESO debe reforzar la importancia de contar con buenas posturas dentro de nuestra jornada laboral
4	<b>Se digita con los antebrazos apoyados</b>		Se indica a la tele-trabajadora que lo ideal es que al momento de trabajar su mano esté alineada a su antebrazo, en posición neutral	

<b>SUGERENCIAS GENERALES.</b>	
<b>A.-</b>	La silla que la trabajadora utiliza no es apropiada para la desarrollar su labor.
<b>B.-</b>	Reforzar la importancia de; contar con una buena postura, realizar pausas dentro de la jornada laboral y contar con extintor independientemente que en su edificio cuente con red ante algún incendio, además de la importancia de notificar a su empleador ante cualquier evento de accidente que ocurra por mínimo que este sea, y realizar la DIAT correspondiente.

<b>OTRAS OBSERVACIONES</b>	
<b>A.-</b>	Tele trabajadora señala que ha sido muy positivo para su vida familiar el poder contar con esta nueva modalidad de trabajo. Al igual que la primera tele-trabajadora, destaca la diferencia generacional ante esta nueva modalidad, tiene más contacto con el total de su familia (destaca el estado de salud de su madre) indicando que ha podido almorzar con ella y lo importante de esto para ambas, además indica que puede estar presente en la nueva etapa de vida de sus hijos.
<b>B.-</b>	En general la Tele trabajadora mantiene su horario laboral. Hay días en que no se detiene en el horario laboral, ya que prefiere terminar el caso en desarrollo. (mismo indicado por la primera tele-trabajadora visitada). Tiende a perder la noción del tiempo. Ella se fija metas de caso por día.
<b>C.-</b>	La trabajadora se preocupó por contar con un espacio solo para realizar el teletrabajo, ventanas al lateral como se sugiere, cuenta con un mobiliario que cuenta en Gral. con todo lo necesario para desarrollar su labor diaria en buenas condiciones. Lo que se corrige es el posicionamiento de su notebook, para apoyar ISL le entrega un alza notebook y se reordenan los elementos de trabajo sobre el mobiliario.

## INTERVENCIÓN ISL EN TERRENO (ANTES Y DESPUÉS)

### PRIMERA TELE-TRABAJADORA

SITUACIÓN OBSERVADA	ANTES DE LA INTERVENCIÓN	DESPUÉS DE LA INTERVENCIÓN
<p><b>Buena noción de la altura de la pantalla del notebook, ubica el equipo sobre guías telefónicas, lo que le permite contar con su cervical recta al momento de trabajar. ISL le entrega alzador de notebook. Además se entrega cojín lumbar para la silla.</b></p>		
<p><b>Reorganización de los elementos de trabajo sobre el mobiliario.</b></p>		

## SEGUNDA TELE-TRABAJADORA

SITUACIÓN OBSERVADA	ANTES DE LA INTERVENCIÓN	DESPUÉS DE LA INTERVENCIÓN
<p><b>Mala distribución de los elementos de trabajo, se corrige y tele-trabajadora permite el reacomodo, se le indica lo importante que es mantener los elementos a su alcance</b></p>		
<p><b>Mala ubicación del notebook. La tele-trabajadora acepta se reubique el equipo y además se le regala un alzador de notebook y se deja ubicado y bien posicionado.</b></p>		

#### **IV. SUGERENCIAS GENERALES**

**Ambas Tele-trabajadoras contaban con un pad mouse no ergonómico, porque el cojín de contacto no es de material blando, favoreciendo corte de circulación de la extremidad superior derecha. Se sugirió a ambas tele-trabajadores que utilicen el pad mouse que ISL les entregó y a SUSESO se sugiere que no entregue dicho elemento.**

**Se sugiere, además, reforzar a sus tele-trabajadores, junto con ISL, la importancia de:**

- ✓ Pausas dentro de la tarea laboral,**
- ✓ Buenas posturas al momento de trabajar,**
- ✓ Notificar ante cualquier accidente que tengan, destacando que es un derecho que tiene y además lo importante que es para este nuevo proceso, poder conocer lo eventos que puedan tener.**

**Es fundamental volver a capacitar a los trabajadores en temas ergonómicos fundamentalmente, porque son estos factores de riesgos lo que están presentes en ambas situaciones evaluadas.**

**Se sugiere a SUSESO que pueda analizar los sectores donde los tele-trabajadores se desempeñan para poder indicar dónde están los prestadores médicos que ISL tiene para ellos y reforzar como se realizan las denuncias ante algún evento laboral. Además, analizar cómo mejorar o colaborar en cómo mejorar ciertas condiciones ahora identificadas, como es el caso de las sillas no ergonómicas.**



## V. CONCLUSIÓN

Las Tele-trabajadoras SUSESO tienen conciencia de lo importante que es poder contar con una buena postura, ambas habilitaron espacios especiales para poder trabajar tranquilas dentro de su hogar. Sin duda que en este nuevo proceso todos estamos aprendiendo, y hasta ahora solo se visualizan cosas positivas del proceso por parte de los funcionarios/as, es fundamental seguir escuchando a los tele-trabajadores y estar constantemente atentos a ellos para que no pierdan la conexión con su institución empleadora.

El Instituto de Seguridad Laboral desea seguir contribuyendo en este piloto junto con SUSEO para seguir identificando estos nuevos factores de riesgo y poder administrarlos con medidas preventivas eficaces y eficientes.



**LILIAN MARTÍNEZ ULLOA**  
**REPRESENTANTE DE ISL EN PILOTO TELETRABAJO SUSESO**  
**INSTITUTO DE SEGURIDAD LABORAL**



**Instituto de  
Seguridad  
Laboral**

Ministerio del Trabajo  
y Previsión Social

Gobierno de Chile

# **PRIMER REPORTE ISL TELETRABAJO EN TERRENO PARA SUSESO REGIÓN METROPOLITANA**

**Instituto de Seguridad Laboral –ISL–  
Ministerio del Trabajo y Previsión Social**

