

Sistema Integrado de Gestión de Sueño y Fatiga, **una iniciativa que está transformando** las operaciones de Cerrejón

Por:
Gerencia de Comunicaciones / Consejo Colombiano de Seguridad (CCS)

Desde 2016, la compañía viene implementando una estrategia que incluye inversión en tecnología, adecuación de áreas de descanso y promoción de hábitos de vida saludable.

La implementación de turnos rotativos en el día y la noche, la ampliación de las jornadas regulares de trabajo, la realización de actividades físicas o mentalmente exigentes, la ejecución de labores repetitivas o que requieren un alto estado de alerta y concentración y el desarrollo de operaciones que implican la conducción de equipos tienen una necesidad en común: la gestión del adecuado descanso de los trabajadores.

Considerando esa variedad de factores, desde el 2016 Cerrejón viene implementando un Sistema Integrado de Gestión de Sueño y Fatiga que busca prevenir y monitorear esta condición en las actividades de la mina en Albania, La Guajira.

La iniciativa beneficia a todos los trabajadores, empleados y contratistas, principalmente, a quienes conducen equipos o vehículos mineros.

*Esta sección presenta estrategias, iniciativas o acciones desarrolladas por empresas y organizaciones para fortalecer sus programas de Seguridad y Salud en el Trabajo. Con su divulgación, el CCS no pretende avalarlas sino contribuir a la diseminación de experiencias que resulten inspiradoras para la comunidad prevencionista.

El sistema consta de un conjunto de defensas que integran acciones administrativas, preventivas, educativas y de monitoreo. Dentro de estas, incorporan el análisis del número de personas requeridas para cada una de las actividades, el aseguramiento de un ambiente de trabajo adecuado para desarrollar las labores, el monitoreo del estado de alerta durante toda la jornada laboral y la consideración de oportunidades para que los trabajadores puedan descansar.

Y es que la compañía considera que la calidad del sueño y el descanso es un factor clave que impacta la productividad y el rendimiento de su personal, así como los indicadores de accidentalidad en sus operaciones. Por lo tanto, se ha transformado en un pilar crítico de su Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.



En el proceso de implementación del sistema, la tecnología ha sido una gran aliada. Por ejemplo, cuenta con un mecanismo de seguimiento satelital a las rutas de transporte privado para monitorear los tiempos de viaje de los conductores que recogen y llevan a los empleados hasta la mina. Así mismo, utiliza la inteligencia artificial para identificar señales de alerta de sueño y fatiga a través de un dispositivo instalado en las cabinas de los equipos que, por medio de un algoritmo apoyado

CCS
Consejo Colombiano de Seguridad

SE BUSCAN EXPERIENCIAS EMPRESARIALES
DE IMPACTO

Si tu organización o empresa cuenta con una iniciativa, programa, estrategia o proyecto que aporta significativamente a la Seguridad y Salud en el Trabajo y/o a la Sostenibilidad

¡HA LLEGADO EL MOMENTO DE POSTULARLA!

En **Protección & Seguridad** *hemos creado una nueva sección para visibilizar los esfuerzos de las empresas afiliadas o vinculadas al CCS con el propósito de divulgar sus prácticas, compartir experiencias e inspirar transformaciones en el tejido empresarial colombiano.*

Conoce los criterios de postulación en:
www.bit.ly/ExperienciasCCS

Escanea el código

en reconocimiento facial y analítica de video, examina las expresiones faciales de los colaboradores y emite alertas tempranas en caso de detectar signos de cansancio tanto en cabina (mediante alarmas sonoras y vibración de sillas) como mediante el envío de un reporte en tiempo real a los supervisores.

La información recopilada por estas herramientas es centralizada en una base de monitoreo especializada para la gestión operativa del riesgo de sueño y fatiga equipada con plataformas de almacenamiento y análisis de datos.

Se trata de una central que funciona las 24 horas del día, los siete días de la semana y desde la cual un equipo humano compuesto por cuatro personas en cada turno se dedica exclusivamente a realizar el seguimiento al estado de concentración de los operarios, revisar y evaluar las señales de alerta emitidas por el sistema y desarrollar las acciones necesarias para apoyar a sus compañeros durante el turno y prevenir accidentes de forma inmediata. "La toma de decisiones de este equipo está apoyada en los protocolos establecidos por la compañía, los cuales fueron desarrollados con la asesoría de expertos en manejo del sueño y la fatiga. Adicionalmente, cuenta con avanzados sistemas de comunicación que permiten una interacción efectiva con los trabajadores", explica Ángela Agudelo, gerente de Salud y Seguridad de Cerrejón.

Estos desarrollos, de acuerdo con Agudelo, le han permitido a Cerrejón alcanzar una operación con cero accidentes cuya causa principal sea el sueño y la fatiga durante el último año.

Pero no todas las acciones del sistema están atravesadas por la tecnología. También se han implementado estrategias de tipo administrativo, como la redistribución del personal de toda la operación, de acuerdo con su lugar de residencia y considerando los tiempos de desplazamiento, lo cual ha llevado a modificar la logística de la mina para maximizar las horas de sueño de los trabajadores.

De otro lado, para promover hábitos saludables, pausas en la jornada y oportunidades de relajación se construyeron y habilitaron áreas de recarga de energía y descanso en las plantas y sedes de la compañía las cuales ponen a disposición de sus usuarios bicicletas estáticas, balones de pilates, peras de boxeo, colchonetas, sillones, entre otros elementos que permitan a los trabajadores hacer un alto en sus actividades, relajarse por un momento o tomar una siesta si así lo requieren.



Otro aspecto que se ha venido trabajando en los últimos seis años, desde que entró en marcha el sistema, es el fortalecimiento de la higiene del sueño.

"En Cerrejón tenemos claro que la gestión del sueño y la fatiga inicia desde nuestro descanso en casa. Por lo tanto, con el objetivo de que los empleados obtengan un sueño adecuado y suficiente, la compañía ha venido promoviendo entrenamientos especializados en este aspecto para todos los trabajadores", agrega Agudelo.

Como parte de ese entrenamiento los trabajadores son capacitados en el manejo adecuado del descanso, fases del sueño, técnicas y recomendaciones para dormir adecuadamente. Todo esto se apoya en un manual desarrollado de la mano de un experto en este tema.

Así mismo, ha estimulado la adopción de estilos de vida saludable a través del programa "Cerrejón en movimiento" y ha involucrado a la familia en el acompañamiento al trabajador. Este programa brinda actividades físicas especializadas con entrenamientos presenciales y virtuales todos los días de semana. Entre estos, los colaboradores se benefician de pilates, entrenamientos funcionales, acondicionamiento físico, fortalecimiento muscular, sesiones de relajación, asesoría con expertos en nutrición, charlas sobre alimentación y manejo del estrés, entre otras actividades. Finalmente, la estrategia está soportada en atención médica y psicológica oportuna.

Lo anterior ha contribuido, de acuerdo con Agudelo, a reducir la generación de alarmas de sueño y fatiga. Otro beneficio importante que refiere la empresa es el incremento en la operación de la conciencia del autocuidado y la mayor adherencia de los trabajadores a la realización de pausas activas, actividad física y hábitos alimenticios saludables.