

Visual Fatigue: Lighting, Glare and Worker Performance Picture This – Spanish



Esta imagen muestra a un operador de montacargas en la tercera hora de un turno nocturno en un almacén de gran altura. La mayoría de las luces superiores funcionan, pero la tira sobre el pasillo de carga ha estado apagada durante dos semanas. Los ojos del operador han estado alternando entre las brillantes puertas del muelle, los estantes tenues y la pantalla luminosa del display del elevador durante horas. Han dejado de parpadear. Se frotan los ojos entre los turnos. Al salir del área brillante del muelle hacia el pasillo tenue, sus pupilas no se han ajustado. Un operador de transpaleta cruza el pasillo – y es un segundo demasiado lento para ser visible.

La fatiga visual no se anuncia. El ojo no te advierte que está perdiendo cosas, el almacén no deja de estar ocupado porque las luces estén tenues, y el trabajo no deja de ser peligroso solo porque lo hayas hecho cien turnos. Un operador entrecerrado mirando hacia un pasillo oscuro, un accesorio faltante, un segundo de reacción lenta – y una recogida rutinaria se convierte en una investigación de fatalidad. Mantén la iluminación según el estándar y reporta los cortes en el momento en que los veas. Reduce el resplandor con accesorios blindados, pantallas antirreflejos y lentes limpias. Toma descansos oculares regulares – 20-20-20 – y rota las tareas durante los turnos largos. Dile a tu supervisor cuando la fatiga o el resplandor te estén afectando. El pasillo no perdona a un ojo cansado.