

Guía para el grupo de enfoque de trabajadores

Evaluación de la fatiga y el manejo de la fatiga
en la extracción de gas y petróleo en tierra en los EE. UU.
Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional

Guion de apertura (20 minutos)

Hola. Mi nombre es [nombre] y estoy aquí con mi(s) colega(s) [nombre(s)]. Gracias a todos por tomarse el tiempo para hablar conmigo hoy. ¡Les agradecemos su interés en participar! Estamos aquí hoy para hablar durante los siguientes 90 minutos sobre la fatiga causada al trabajar en la industria de gas y petróleo. Se les pidió unirse a este grupo porque estamos realizando un estudio para entender cómo la fatiga afecta a los trabajadores en esta industria y su empresa se ha ofrecido a participar. Quisiéramos pedirles que en este momento revisen el consentimiento informado. Les daremos unos minutos para leer el formulario y hacer preguntas. *Cuando los participantes terminen de leer el formulario de consentimiento, explíqueles cómo completarlo.* Pueden quedarse con el formulario para consultarlo en el futuro.

- ¿Tienen alguna pregunta para nosotros?
- ¿Dan su consentimiento para ser entrevistados?
- ¿Dan su consentimiento para que se grabe la entrevista?

Como acabamos de mencionar durante el proceso de consentimiento, su participación es estrictamente voluntaria, y todas sus respuestas serán completamente anónimas. Es importante que lo que se diga aquí, quede aquí, para que podamos crear un ambiente seguro para hablar libremente sin ser juzgado y sin consecuencias negativas.

Reglas básicas

Durante nuestra conversación de 90 minutos de hoy, queremos aprender sobre sus experiencias trabajando en la industria de gas y petróleo, especialmente sus experiencias con la fatiga. Cuando se trata de esas experiencias, ustedes son los expertos. Mi rol aquí será ayudar a guiar la conversación hoy. Les pido a todos que...

- Participen.
 - No hay respuestas correctas ni incorrectas. Las experiencias y opiniones de todas las personas son importantes. Expresen si están de acuerdo o no con algo que digo o que alguien más dice. Esperamos y deseamos escuchar una amplia variedad de opiniones y no anticipamos que siempre vayan a estar de acuerdo entre ustedes.
- Dejaremos que una persona hable a la vez.
 - Eviten tener conversaciones paralelas.
- No divulguen lo que se comparta hoy en esta sala.
 - No compartiremos sus respuestas individuales con su empresa, y les pedimos que tampoco compartan lo que escuchen en esta sala.

- Asegúrense de que sus teléfonos celulares estén silenciados.

Por último, grabaremos nuestra conversación hoy, ya que queremos poder captar todo lo que se diga, pero no haremos un informe sobre una persona en particular ni divulgaremos ninguna información que identifique a una persona, empresa o ubicación específica en la transcripción o los informes finales.

¿Hay otras reglas básicas que deberíamos agregar?

¿Aceptan todas estas reglas básicas?

¿Tienen alguna pregunta? ¿Están listos para empezar?

[Empiece a grabar si obtuvo consentimiento verbal para hacerlo]

["*"] Indica las preguntas a priorizar en situaciones donde el tiempo es limitado]

Introducciones y pregunta para que los participantes se conozcan

Tomémonos un momento y presentémonos uno por uno. No queremos usar ningún nombre verdadero hoy. Entonces, cuando se presenten, usen un seudónimo que ustedes elijan. Cuéntenos un poco sobre cuánto tiempo hace que trabajan en la industria de gas y petróleo, su puesto en su empresa actual y los tipos de responsabilidades que tienen cuando terminan su turno de trabajo.

Preguntas principales (65 minutos)

Definición de la fatiga

Estamos aquí hoy para hablar sobre la fatiga en el trabajo. ¿Qué significa para ustedes la fatiga? ¿Cómo se siente la fatiga para ustedes?

[Después de conversar un poco, defina la fatiga para el grupo para que todos puedan tener una comprensión compartida de lo que representa. Comparta la definición de fatiga en la pizarra para que todos puedan hacerle referencia durante el grupo de enfoque].

Cuando tienen fatiga podrían no tener la energía para completar tareas. Por otro lado, cuando tienen sueño, es probable que se duerman. Por lo tanto, la fatiga es la respuesta del cuerpo a no dormir lo suficiente o tener que esforzarse de forma excesiva mental o físicamente sin el suficiente descanso. Hoy vamos a hablar de la 'fatiga'.

Conversación sobre la fatiga en el trabajo

1. ¿Creen que la fatiga es un problema en el trabajo en la industria de gas y petróleo?
 - a. Desde que empezaron a trabajar en la industria de gas y petróleo, ¿han tenido ustedes o alguien que conocen fatiga en el trabajo? En caso afirmativo, cuéntenme más sobre esa experiencia con la fatiga y cómo puede haber afectado el trabajo.

- b. ¿Cómo afecta la fatiga la capacidad de las personas de hacer su trabajo de forma segura?
2. *¿Qué aspecto del trabajo en la industria de gas y petróleo contribuye más a la fatiga? Tómense un momento y escriban tres ejemplos. *[Deles unos minutos para escribir].* Ahora escribamos sus ejemplos en la pizarra. *[Pídales a los participantes que digan sus ejemplos mientras el moderador los escribe en la pizarra].* Aquí hay algunos más *[comparta la lista del investigador en la pizarra].* Puede que algunos sean similares a lo que acabamos de hablar. Cuéntenme sobre cómo estos factores están relacionados con la fatiga.

Se agregará la lista del investigador a la de los participantes según corresponda.

- Tiempo
- Esfuerzo físico intenso
- Esfuerzo mental intenso
- Equipo de protección personal necesario
- Exigencias del trabajo
- Estrés
- Horas de trabajo (si esto no se incluye en "exigencias del trabajo")
- Viaje de ida y vuelta al trabajo
- Arreglos para dormir o alojamiento
- Oportunidades para descansar y dormir
- Estrés

- a. Si tuviera que elegir solo uno que más contribuye a la fatiga, ¿cuál sería y por qué? Puede elegir algo que mencionó o que alguien más dijo.
3. *Dado que el manejo de la fatiga es una responsabilidad compartida, ¿qué han hecho los empleadores para manejar la fatiga?
- a. *Si dicen que ninguno de sus empleadores ha tomado medidas para manejar la fatiga*
- i. ¿A quién en su empresa irían las personas si se sintieran con demasiada fatiga para trabajar de forma segura? ¿Pedirían ayuda? ¿Reconocerían simplemente que tenían demasiada fatiga para trabajar de forma segura? Cuéntenme sobre un momento en que alguien (podrían ser ustedes) habló con un compañero de trabajo o supervisor sobre la fatiga.
- b. *Si dan ejemplos de lo que han hecho los empleadores*
- i. Cuéntenme sobre momentos en los que los empleados han usado estos programas.
1. *(Si nadie usó los programas) ¿Por qué nadie usó los programas?*
- c. **Independientemente de si tienen experiencia con programas de manejo de la fatiga*

- i. Aquí hay algunas formas en las que los empleadores pueden ayudar a manejar la fatiga en el trabajo [mostrar en la pizarra]. ¿Cuáles de estas actividades serían particularmente útiles para manejar la fatiga en el trabajo y por qué? ¿Falta algo?

Formas en las que los empleadores pueden ayudar a manejar la fatiga

- 1. Políticas en el lugar de trabajo o prácticas para manejar la fatiga
 - 2. Identificar lo que causa la fatiga y tomar medidas para manejarla
 - 3. Proporcionar formas en las que los empleados pueden notificar si sienten demasiada fatiga para trabajar de forma segura
 - 4. Proporcionar formas para averiguar si la fatiga contribuyó a un accidente en el lugar de trabajo
 - 5. Proporcionar capacitación y educación sobre el manejo de la fatiga para los empleados, la gerencia y las familias
 - 6. Recursos para los empleados para manejar los trastornos del sueño
- d. ¿Implementa la empresa en la que trabajan tecnologías para la detección de la fatiga?
 - i. (En caso afirmativo) ¿Pueden describirlas? ¿Son útiles? ¿Son difíciles de usar?
 - ii. (En caso negativo) ¿Estarían dispuestos a usar tecnologías para la detección de la fatiga si estuviesen disponibles?
4. Acabamos de hablar mucho sobre lo que los operadores y las empresas hacen para manejar la fatiga. Lo último sobre lo que queremos hablar con ustedes hoy es el equipo y los supervisores con los que han trabajado.
- a. *¿Cómo es el manejo de la fatiga en los equipos con los que han trabajado?
 - b. ¿Me pueden dar algunos ejemplos de errores que hayan cometido compañeros de trabajo o equipos con los que hayan trabajado cuando tenían fatiga en el trabajo? [Escriba ejemplos en la pizarra]
 - c. ¿Con cuánta frecuencia han visto que se cometen estos errores? [Califíquelos en la pizarra]
 - d. [Use el primer error o los dos primeros como ejemplos] ¿A quiénes NO les ha pasado esto?
 - e. ¿Cómo evitaron ustedes o los equipos con los que trabajaron que se cometiera este error?
 - f. ¿Qué hacen los miembros del equipo para mantenerse alertas durante su turno de trabajo?

5. * ¿Tienen alguna pregunta o algún comentario sobre algo de lo que hemos hablado hoy? ¿Hay algo que piensan que es importante que sepamos que todavía no hemos mencionado?

Guion de cierre (5 minutos)

Muchísimas gracias por tomarse el tiempo para hablar hoy con nosotros. En resumen, hoy hablamos sobre el rol de la fatiga en la industria de gas y petróleo. Tuvimos una muy buena conversación y aprendimos mucho sobre las cosas que contribuyen a la fatiga y cómo los empleadores pueden ayudar a manejarla en esta industria. En los próximos meses completaremos nuestro proyecto y analizaremos los resultados. Compartiremos los resultados generales con su empleador una vez que terminemos. Mientras tanto, no duden en comunicarse con la líder del estudio, Alejandra Ramírez-Cárdenas, por cualquier motivo. Su información de contacto está en el documento de consentimiento informado que recibieron. Son elegibles para recibir una tarjeta de regalo como agradecimiento por su participación hoy. Antes de irse, vean a mi colega [**nombre**] para recibir su tarjeta.