



Demasiado deteriorado para trabajar



NATIONAL
SAFETY
MONTH 2019

En cada industria, los empleados necesitan estar sanos y enfocados para mantenerse seguros en el trabajo. El deterioro es un obstáculo importante para la seguridad en el lugar de trabajo y los efectos son más comunes de lo que usted cree.

Riesgos del deterioro

Cuanto más sepa sobre los riesgos del deterioro y cómo pueden surgir, mejor podrá juzgar su capacidad para trabajar de manera segura.

- Haber dormido unas pocas horas puede obstaculizar sus habilidades para conducir. Incluso si solo conduce hacia el trabajo y de vuelta a su hogar, esto puede ser un riesgo grave.
- Si regularmente tiene problemas para dormir, hable con su médico acerca de hacerse una prueba de trastornos del sueño.
- Muchos medicamentos recetados, incluidos los opioides y otros, pueden afectar su capacidad para trabajar y para conducir.
- Antes de comenzar a tomar un nuevo medicamento recetado, pregúntele a su médico acerca de los posibles efectos secundarios y cómo podrían afectar su capacidad para trabajar o conducir.
- El consumo de cannabis en cualquiera de sus formas y en cualquier dosis puede causar diferentes efectos durante diferentes periodos de tiempo. Incluso si el cannabis es legal para fines recreativos en su estado, infórmese sobre los efectos perjudiciales y las políticas de su empleador para estar seguro.
- El deterioro comienza al beber el primer trago. El hecho de que previamente haya experimentado efectos del deterioro a causa del alcohol no significa que pueda sobrellevarlos o resolverlos.
- El deterioro emocional es otro riesgo grave. Si algo le está causando estrés o ansiedad, ya sea en el trabajo o en casa, esto puede afectar su concentración en el trabajo y hacerlo potencialmente menos seguro.
- No se arriesgue. Nada. Ni una receta médica ni experiencias pasadas con una sustancia nociva es una excusa para trabajar de manera insegura.



El cannabis: una preocupación creciente

A medida que el cannabis es despenalizado y legalizado para uso recreativo y medicinal cada vez más en los EE. UU. se plantean nuevos problemas de seguridad en el lugar de trabajo y en el hogar.

- Para todos los trabajadores que conducen en el trabajo o solo hacia el trabajo y de vuelta, no hay un nivel de THC "seguro" para conducir o manejar maquinaria pesada.
- Hay muchas incógnitas asociadas con el cannabis. No asuma que consumirlo de una manera es menos perjudicial o más seguro que de otra manera; no hay forma de saberlo.
- El cannabis se puede consumir de varias maneras, pero ya sea ingiriéndolo oralmente a través de alimentos, bebidas o pastillas o inhalándolo por fumar o vapear, puede ponerlo a usted y a otros en riesgo en el lugar de trabajo.
- Cada uno experimenta los efectos del cannabis de manera diferente y durante diferentes periodos de tiempo. Factores como la comida y la bebida que ha consumido durante el día y los medicamentos que toma pueden cambiar la forma en que el cannabis lo afecta de un día a otro.
- Cuando el cannabis se usa para controlar el dolor, trátelo como una sustancia médica, no recreativa. Hable con su médico acerca de sus opciones antes de considerarlo como una solución para cualquier problema de salud.

