



Consejo semanal sobre seguridad

Prevención del Abuso de Sustancias

El abuso de sustancias afecta directamente a la seguridad laboral, los tiempos de reacción y el rendimiento general del equipo. Ya sea en una obra, en una oficina o manejando maquinaria pesada, estar completamente apto para el trabajo es un requisito para todo empleado. El consumo de sustancias no solo afecta a la persona, sino que pone en peligro la seguridad de todo el mundo.



Alcohol y Resacas

Muchos empleados creen que si no han tomado alcohol en el día de trabajo, son seguros para realizar tareas de trabajo. Sin embargo, las resacas suponen una amenaza significativa para la seguridad en el trabajo. Las resacas causan fatiga, dolores de cabeza, náuseas y disminución de la función cognitiva. Los reflejos lentos y la falta de concentración pueden provocar errores críticos, herramientas caídas o distancias mal calculadas.

Realidades de Cannabis

Las secuelas de cannabis pueden persistir mucho después de que pase el efecto inicial del subidón. Aunque las leyes sobre la marihuana medicinal y recreativa han cambiado, **las normas de seguridad y las políticas contra la incapacidad siguen vigentes estrictamente**. Independientemente de la legalidad, estar bajo la influencia o experimentar los efectos persistentes del cannabis durante el trabajo es una violación directa de la seguridad.

El Impacto a Largo Plazo del Consumo de Drogas y Alcohol

El abuso crónico de sustancias causa daños profundos y duraderos que van mucho más allá de un solo turno. Con el tiempo, el consumo indebido constante de drogas y alcohol conduce a graves consecuencias personales y profesionales que incluyen el deterioro de la salud física y mental y consecuencias profesionales.

Protege Su Salud y Seguridad

Todos los empleados deben tomar medidas proactivas para mantener su salud y proteger sus medios de vida. Priorice el ejercicio regular, una nutrición equilibrada y un sueño adecuado para gestionar el estrés diario de forma natural. Si note cambios en el comportamiento, el rendimiento o los hábitos de seguridad de un compañero, informe inmediatamente a un supervisor—puede que se pongan en peligro a no solo si mismo, sino otros, también.

¡NO TRABAJE BAJO LOS EFECTOS...BUSQUE AYUDA PARA DROGAS Y ALCOHOL!
