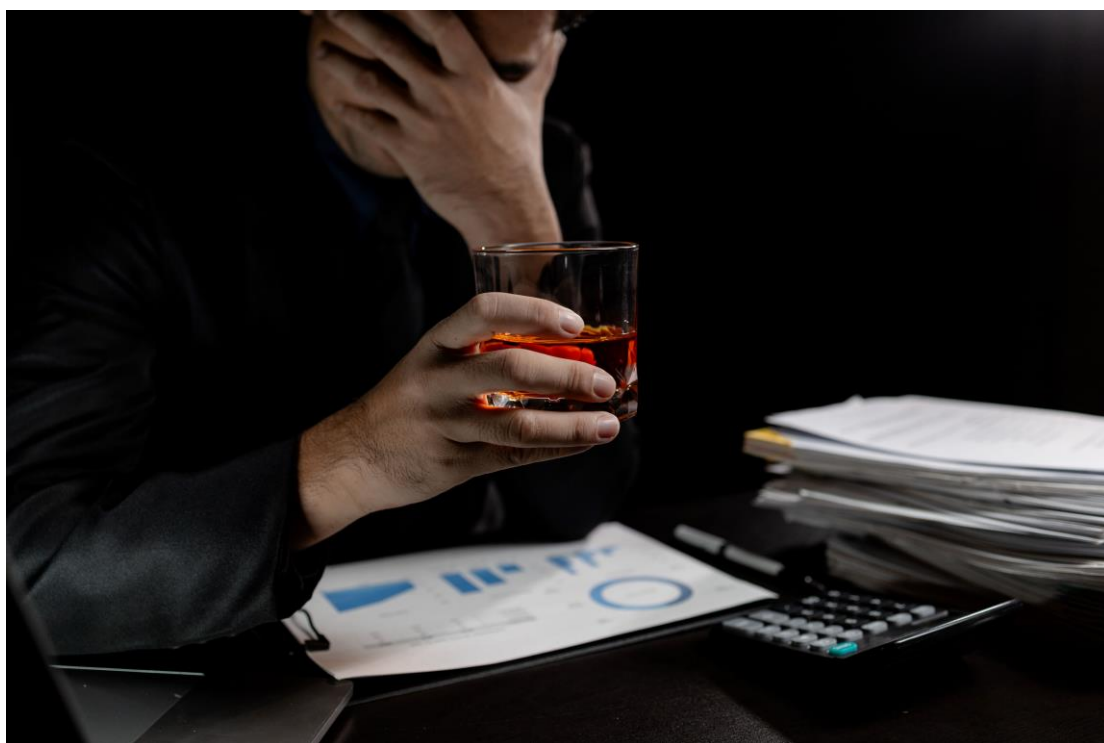


Newsletter: Prevención y Bienestar

Fabricación de productos no metálicos

RIESGOS DEL CONSUMO DE ALCOHOL EN EL ÁMBITO LABORAL



El alcohol, incluso en pequeñas cantidades, puede afectar negativamente nuestras capacidades físicas y mentales, aumentando los riesgos de accidentes y disminuyendo la productividad en el entorno laboral.

¿Cómo Afecta el Alcohol en el Trabajo?

El consumo de alcohol puede manifestarse de diversas maneras, todas ellas perjudiciales para el ámbito laboral:

- **Disminución de la Capacidad de Reacción:** Incluso un bajo nivel de alcohol en la sangre puede ralentizar nuestros reflejos, lo que es crítico en trabajos que requieren precisión o el manejo de maquinaria.
- **Deterioro del Juicio y la Toma de Decisiones:** El alcohol altera la capacidad de evaluar situaciones de riesgo y tomar decisiones acertadas, lo que puede llevar a errores costosos o peligrosos.
- **Reducción de la Coordinación y el Equilibrio:** Aumenta el riesgo de caídas y tropiezos, especialmente en entornos con desniveles, escaleras o superficies resbaladizas.
- **Disminución de la Concentración y la Atención:** Dificulta el enfoque en las tareas, incrementando la probabilidad de distracciones y errores.
- **Aumento de la Fatiga y la Somnolencia:** El alcohol puede causar una sensación de cansancio, afectando el estado de alerta y la capacidad de mantener un ritmo de trabajo constante.
- **Incremento de la Irritabilidad y Conflictos:** Puede alterar el estado de ánimo y la interacción con los compañeros, afectando el ambiente laboral.
- **Riesgo de Accidentes Laborales:** Es la consecuencia más grave. El deterioro de las facultades antes mencionadas incrementa exponencialmente la posibilidad de sufrir o provocar un accidente.
- **Impacto en la Productividad y la Calidad del Trabajo:** La reducción de la eficiencia, los errores y las ausencias pueden afectar el rendimiento individual y del equipo.
- **Consecuencias para la Salud a Largo Plazo:** El consumo habitual o excesivo de alcohol tiene graves repercusiones en la salud física y mental, lo que a su vez se traduce en menor capacidad para el trabajo.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- **Evita el Consumo de Alcohol Antes y Durante la Jornada Laboral:** Es fundamental presentarse al trabajo en plenas facultades y mantenerse así durante toda la jornada.
- **Si Consumes Alcohol Fuera del Horario Laboral, Hazlo con Moderación:** Asegúrate de que no afecte tu capacidad para trabajar al día siguiente.
- **¿Necesitas Ayuda?,** Si sientes que el alcohol está afectando tu vida o tu trabajo, te animamos a buscar apoyo. La empresa puede orientarte hacia recursos y profesionales especializados que te brindarán la ayuda que necesitas de manera confidencial.

Recuerda:

Un entorno de trabajo seguro y saludable es responsabilidad de todos. Al mantenernos libres de la influencia del alcohol, no solo protegemos nuestra propia integridad, sino también la de nuestros compañeros.

CEOE
Ávila

FÁE
Empresas Burgalesas

CELE
Empresas de León

CEOE
Empresas de Palencia

CEOE Empresas de
Salamanca
CEPYME

fes
federación empresarial segoviana

FOES
FEDERACIÓN DE ORGANISMOS EMPRESARIALES DE SALAMANCA

CEOE
Valladolid

CEOE
Zamora



CEOE Castilla y León
Calle Florencia 8, 47007, Valladolid