

Módulo de Entrenamiento: Abuso de Sustancias y Accidentes

Objetivo: Conocer el efecto del alcohol y drogas en el cuerpo y estar prevenido de los problemas que causan el abuso de sustancias nocivas en el trabajo.

Nota: Revisar el estudio de casos o crear otros. Divida los trabajadores en dos grupos para discutir diferentes escenarios. Identifique las diferentes maneras de cómo el abuso de sustancias puede afectar el rendimiento o cumplimiento del trabajo.

Información Básica

Las drogas y el alcohol tienen muchos efectos que deterioran y afectan el cuerpo. Como también incrementan la posibilidad de accidentes en los lugares de trabajo.

Alcohol:

El alcohol, una droga, es un sedante del sistema nervioso central. Con bebida moderada una persona puede experimentar:

- Mareos
- Pesadez en los sentidos
- Pérdida de la coordinación
- Pérdida de los reflejos
- Pérdida de la memoria
- Pérdida del juicio

Cuando se toma alcohol en grandes cantidades y por períodos largos de tiempo, la muerte puede ocurrir debido a la depresión de las partes del cerebro que controlan los latidos del corazón y la respiración. El alcohol en grandes cantidades o por períodos largos de tiempo, pueden causar daños al:

- Hígado
- Corazón
- Páncreas

Drogas:

Las drogas, que incluye marihuana, cocaína, crack cocaína, heroína, LSD (Acido Lisérgico Ditelamido), PCP (Fenclidine) y muchos otros, pueden durar en el cuerpo por varios meses. Estos pueden causar:

- Disminución del término de la memoria corta y larga.
- Disminución de la concentración.
- Desorientación de los sentidos.
- La pérdida del sentido del tiempo y el espacio.
- Reducción el tiempo de reacción.
- Ceguera temporal.
- Alucinaciones.

Abuso de sustancias y realización del trabajo:

- El alcohol puede afectar la realización del trabajo hasta por 14 horas.
- La combinación de alcohol y drogas multiplican los efectos e incrementan la posibilidad de lesiones o la muerte.
- Las drogas y el alcohol aumentan las posibilidades de accidente en los sitios de trabajo.

Estudio de caso # 1

Joe bebía cerveza y vino en la escuela, y empezó a consumir drogas cuando era joven. Mientras trabajaba en la finca de Miller, él empezó a tomar estimulantes rápidos (anfetaminas) para mantenerse trabajando durante la mañana. Las drogas interfirieron con la habilidad de Joe de tomar decisiones seguras, resultando en una serie de lesiones, tanto para Joe como para los demás compañeros.

Estudio de caso # 2

Molly, una operadora de grúa con horquilla, tomó alcohol durante la hora del almuerzo. Durante un turno de trabajo de 16 horas, ella tomó en dos ocasiones y después regresó al trabajo. Molly sabía que estaba “alterada”, pero sentía que podía trabajar. Antes que el turno terminara, Molly chocó la grúa contra una barrera y fue lanzada del vehículo. Ella perdió el trabajo como resultado de la lesión.

Después de cada estudio de caso, discuta los siguientes puntos:

- La causa inmediata del accidente y/o serie de accidentes.
- Los factores que contribuyeron al accidente y/o serie de accidentes.
- Situaciones similares que pueden resultar en enfermedad o lesión.
- Cómo estas situaciones se pueden prevenir.

Revise los Sigüientes Puntos

- El alcohol es una droga.
- Aún con bebida moderada una persona experimenta incapacidades.
- Las drogas pueden durar varios meses en el cuerpo.
- Trabajar bajo la influencia de alcohol o drogas puede causar accidentes serios.
- El efecto del alcohol puede durar hasta 14 horas.
- Al usar ambos, alcohol y drogas, aumenta el problema y puede causar accidentes serios.
- Si usted tiene un problema, compártalo con alguien que pueda ayudar.

Verdadero o Falso

1. V, 2.V, 3. F, 4. F, 5. V

Abuso de Sustancias y Accidentes

Verdadero o Falso

Nombre _____

- | | | |
|---|---|---|
| 1. El tomar alcohol afecta la realización del trabajo | V | F |
| 2. La realización del trabajo puede ser impedido hasta por 14 horas después de haber tomado alcohol. | V | F |
| 3. La combinación de alcohol y drogas tiene in efecto mínimo o casi nada en el trabajo. | V | F |
| 4. Si un compañero de trabajo esta afectado por las drogas/alcohol, esto no es un problema. | V | F |
| 5. Con bebida moderada una persona puede experimentar impedimentos en coordinación, reflejos, juicio y memoria. | V | F |