

Las responsabilidades que llegan posterior a las vacaciones traen consigo una serie de consecuencias que pueden ser prevenidas. Nos referimos a los accidentes que en uno de los meses más tensos del año tienen un aumento importante en la tasa de accidente, dado que todo esto está sujeto a la entrada al colegio de los niños, compra de útiles y uniformes escolares, inicio de jornadas laborales, retomar las mantenciones vehiculares y el volver a recorrer rutas que se habían dejado de transitar en período de descanso.

Por estos motivos, el Instituto de Seguridad Laboral (ISL), como Organismo Administrador del Seguro Social contra Riesgos de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, establecido en la Ley N° 16.744 recomienda estrategias simples que se pueden poner en práctica estos primeros días de reincorporación, con el objetivo de iniciar un año sin mayores dificultades.

Respecto a la seguridad vial, la mayoría de los accidentes a los que nos vemos expuestos son los de trayecto, por lo que es prioritario para la prevención, programar los desplazamientos para no vernos expuestos en las posibilidades de sufrir cambios, desvíos o arreglos; estar informados día a día y contar con un tiempo holgado para ejecutar el recorrido; extremar la conducción de forma defensiva, respetando siempre a ciclistas, peatones y automovilista, evitando cualquier problema que pueda surgir con otros conductores.

En cuanto a la salud mental, es fundamental considerar que en épocas de alto estrés debe primar el autocuidado y, por lo mismo, el ISL ofrece medidas preventivas y de apoyo a todos los trabajadores adheridos para enfrentar situaciones que puedan o revistan algún grado de impacto emocional, a través de herramientas de atención individual y personalizadas para casos de urgencia, reactivos y de situaciones críticas, de la mano de profesionales expertos en materias psicosociales, psicoeducación y organizacionales, a quienes pueden contactar al número telefónico +56 9 34108292 disponibles 24/7 en todo el territorio nacional, incluido feriados y festivos, con un máximo de 3 atenciones y sin un mínimo de duración.

Por último, si bien la organización se toma la agenda en marzo y es una sobrecarga incommensurable en cuanto a pagos de matrículas, uniformes y útiles escolares, hay algunas recomendaciones que pueden ayudar a amortiguar los gravámenes de este mes, como planificar con tiempo e informarse sobre cada uno de los productos a adquirir.

Entre las pequeñas estrategias que podemos aplicar están la reutilización de artículos que quedaron del año anterior, comprar en negocios establecidos y elegir marcas que otorguen confianza, así como fijarse en los rotulados de cada producto y en la certificación de algunos útiles para el correcto uso, en el caso de que sean manipulados por un menor de edad, con el fin último de evitar cualquier posible accidente.

y tú, ¿qué opinas?

Anuncio Patrocinado