Worker Wellness & Safety: How Health-Behaviours Affect Incident Risk Picture This – Spanish



Esta imagen muestra un turno nocturno en un gran almacén de distribución. Un operador de carretilla elevadora se desplaza por un pasillo muy transitado entre altísimas estanterías de paletas, cargadas con pesadas mercancías por todos lados. Son las 3:00 a. m., seis horas después de haber comenzado un turno de 12 horas. Se nota que al operador le pesan los párpados. Lleva despierto casi 20 horas después de haber aceptado un turno extra para cubrir a un colega. Una bebida energética a medio beber descansa en el portavasos a su lado. Al otro lado de la estantería, un trabajador a pie está a punto de cruzar el carril por

el que circula la carretilla elevadora, sin darse cuenta de que el vehículo se aproxima, y el operador está demasiado fatigado para percatarse a tiempo.

La fatiga y la disminución de la capacidad no se ven como una barandilla faltante o un andamio dañado: llegan silenciosamente, turno tras turno, y no dejan ninguna marca visible en el entorno que una inspección de seguridad pudiera detectar. Un trabajador que ha dormido solo cuatro horas, que lidia con un problema de salud no tratado o que arrastra los efectos residuales de una sustancia al siguiente turno está operando con una fracción de la capacidad cognitiva y física que exige un trabajo seguro —y es posible que nadie a su alrededor se dé cuenta hasta que algo salga mal. Los empleadores deben tratar el riesgo de fatiga como un peligro laboral estableciendo límites a las horas consecutivas de trabajo, supervisando los turnos prolongados y creando un entorno en el que los trabajadores puedan informar con franqueza cuando no se sientan aptos para el trabajo. Una fuerza laboral sana, descansada y apoyada no es una iniciativa de bienestar: es un sistema de seguridad.