Ficha informativa

del **estrés laboral en trabajadores asalariados que deben acudir a la empresa a laborar**

Es importante guardar la calma, se presenta las siguientes medidas de prevención con el objetivo de evitar el contagio masivo.

Detecta los síntomas:

Los más comunes son:	También puedes presentar:
• Fiebre • Cansancio y • Tos seca	• Dolores de cabeza, huesos y músculos • Congestión nasal • Escurrimiento nasal (moco) • Dolor de garganta o diarrea • Dificultad para respirar.

Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se contagian pero no desarrollan ningún síntoma y no se sienten mal. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

Formas de transmisión:

- La principal vía de contagio es a través de gotas que expulsan las personas infectadas y hacen contacto con nuestros ojos, nariz o boca.
- Tocar objetos contaminados por el virus y posteriormente tocarse cara, ojos o nariz sin haberse lavado las manos.

Pasos a seguir en caso de sospecha de ser el portador del Coronavirus

- Si una persona presenta alguno de los síntomas mencionados anteriormente puede **llamar al número de emergencias: 3338233220 que está disponible las 24 horas del día** y donde se le realizará una evaluación rápida y de acuerdo a esto se canalizará el caso a Epidemiología para continuar la investigación epidemiológica.

- Una vez que cumple con los criterios clínicos epidemiológicos se procede a la prueba exudada para declarar si es o no, un caso confirmado.

Ficha informativa del estrés laboral en trabajadores asalariados que deben acudir a la empresa a laborar

El estrés laboral es el resultado de la saturación entre las exigencias y presiones a las que se enfrenta el ser humano. Para las personas que trabajan desde casa, estos son algunos de los factores que detonan el estrés:

Causas:

- Temor por su salud.

- Exceso de exigencias debido a la falta de personal.

- Que no exista apoyo para el trabajador para traslados seguros.

- Falta de medidas preventivas de higiene para evitar contagios.

Consecuencias:

Ante el estrés laboral en este tipo de situaciones algunas de las consecuencias más comunes son:

- Aumento del absentismo.
- Riesgo de contagio.
- Menor dedicación al trabajo.
- Aumento de rotación de personal.
- Deterioro del rendimiento y la productividad.
- Aumento de prácticas laborales poco seguras y de las tasas de accidentes.
- Aumento de quejas de usuarios y clientes.
- Efectos negativos en el reclutamiento de personal.
- Aumento de problemas legales.
- Deterioro de la imagen institucional.

Acciones a tomar para prevenir el estrés laboral en trabajadores asalariados que deben acudir a la empresa a laborar

- Mantener desde casa las medidas de higiene recomendadas por las autoridades como: lavarse las manos frecuentemente, desinfectar objetos y superficies de uso común.

- En el lugar de trabajo: mantener la distancia entre compañeros, no saludar de mano o beso, lavado frecuente de manos o uso de gel antibacterial.

- Si se tiene un puesto de atención directa con el cliente, procurar que ésta sea eficaz y de poca duración.

- Si es posible negociar una reducción en las horas de comida para acortar la jornada laboral.

Fuente: La Organización del Trabajo y el Estrés – OMS y Centers for disease control and prevention.
Nota de control: Estas indicaciones son de acuerdo a la fase en la que nos encontramos

#QuédateEnCasa

Cuidarse es prevenir

Salud

Jalisco
GOBIERNO DEL ESTADO