

# Safety-Gram

## Título 45, Capítulo 11

Junio 2024

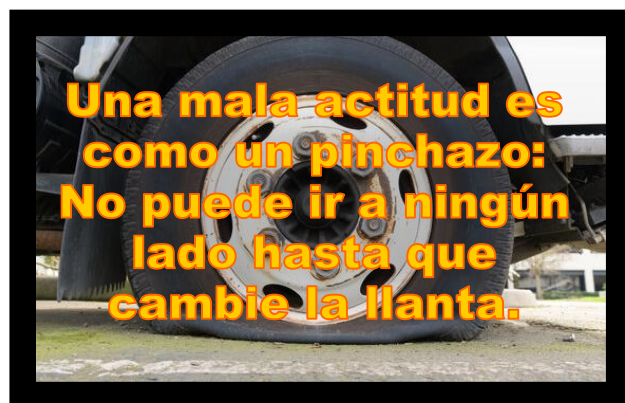
Volumen 25, Número 6

### La Actitud y la Seguridad en el Lugar de Trabajo: Compruébelo Usted Mismo Hoy

Cuando está en el trabajo, realiza controles de seguridad en su EPP, equipo y maquinaria, pero ¿acaso revisa su *actitud* hacia la seguridad? Una actitud negativa en el trabajo puede llevar a la complacencia, el descuido, la distracción o a atajos peligrosos en el trabajo. Una mala actitud puede resultar en un comportamiento inseguro, y el comportamiento inseguro conduce a incidentes que pueden provocar daños al equipo o, peor aún, lesiones a usted mismo o a otros.

#### Cómo Cambiar de Actitud:

- 1. Identifique el problema.** Primero, **reconozca** si se siente positivo o negativo. **Pregúntese** antes de cada turno: “¿Cuál es mi actitud hoy? ¿Me ayudará a ser un trabajador seguro y eficiente?” Si se siente negativo, pregúntese:
- 2. ¿Cuál es la fuente?** Piense en la **fuentes** de su actitud negativa. ¿Es un compañero de trabajo? ¿Un supervisor? ¿Un problema de seguridad? ¿Un problema personal? **Tome nota** de la fuente de su estado de ánimo negativo. Luego:
- 3. Afróntelo.** No siempre es fácil, pero debe **tomarse el tiempo** para abordar lo que está causando su estado de ánimo negativo. Si se trata de un problema relacionado con el trabajo, sostenga una **conversación constructiva** con un compañero de trabajo o supervisor. Si el tema necesita más discusión, comuníquese con un nivel superior de gestión. Si su problema es personal, hable con su supervisor o, si está disponible, utilice el **programa de asistencia al empleado (EAP)** que proporciona referencias de asesoramiento y otros recursos.
- 4. Manténgase consciente de su estado.** Así como usted realiza controles de seguridad diarios al EPP y el equipo, es importante hacer **autocontroles diarios** de su actitud. Si descubre que tiene más pensamientos y conversaciones negativos que positivos, probablemente necesite **mejorar su actitud**. Siempre habrá problemas y factores estresantes en la vida. No permita que los factores estresantes afecten negativamente su actitud durante un período prolongado.



#### ⇒ Pregúntese ⇐

- ¿Cree que la actitud de una persona influye en su seguridad? ¿Por qué o por qué no?
- ¿Cómo puede una actitud negativa conducir a la complacencia ante los riesgos para la seguridad?
- ¿Cree que las actitudes son contagiosas? ¿Cómo afecta su actitud a los demás?
- ¿Cómo está su actitud? ¿Le vendría bien una puesta a punto?