

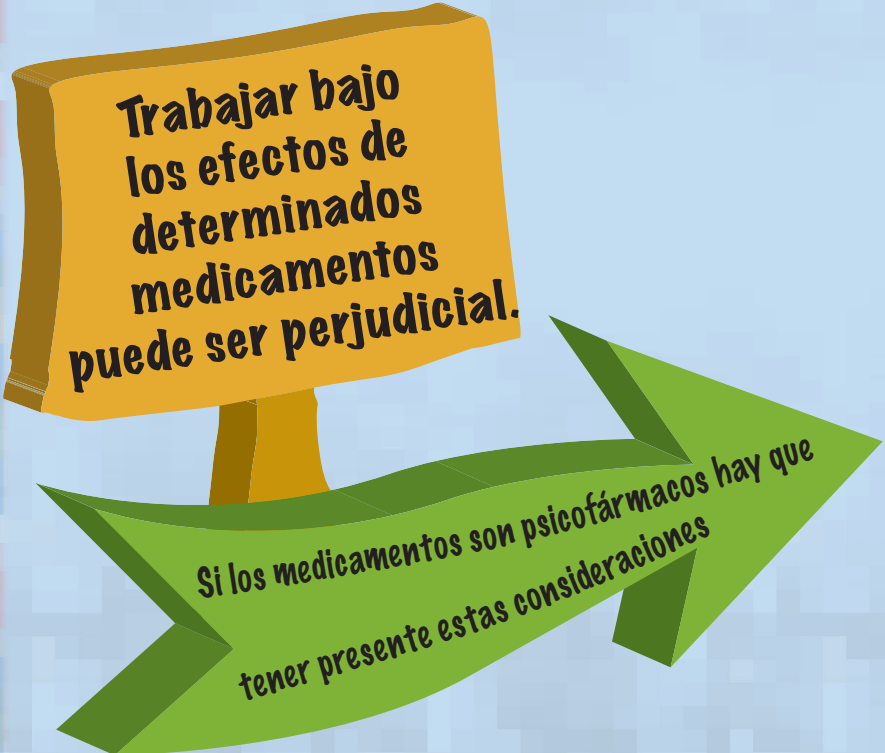
Prevención
del uso indebido
de medicamentos
en el medio laboral

Los medicamentos son beneficiosos para nuestra salud cuando se hace un uso adecuado de ellos (los ha prescrito un médico, tenemos en cuenta el prospecto y cumplimos con la pauta terapéutica -dosis, días-...)

Pero....

¡NO TE AUTOMEDIQUES!

PORQUE PUEDE AFECTAR NEGATIVAMENTE A TU SALUD



**Trabajar bajo
los efectos de
determinados
medicamentos
puede ser perjudicial.**

**Si los medicamentos son psicofármacos hay que
tener presente estas consideraciones**

¿QUÉ TENGO QUE SABER DE LOS PSICOFÁRMACOS?

Son medicamentos para tratar problemas de salud como: las depresiones, el estrés, la ansiedad, el insomnio, las alergias, las psicosis, las demencias, etc.

Los hay de varias clases pero todos ellos afectan al sistema nervioso central, pudiendo:

- Inducir sueño.
- Disminuir la capacidad de atención, concentración y memoria.
- Alterar el tiempo de reacción en tus respuestas reflejas.
- Alterar tu conciencia.
- Interaccionar con otros medicamentos y tener efectos no previstos ni deseados.

NO TE AUTOMEDIQUES

¿QUÉ CONSECUENCIAS PUEDEN TENER EN EL TRABAJO?

- Tener más errores, peor desempeño en el trabajo.
- Más probabilidad de incidentes diversos.
- Más probabilidad de tener accidentes o provocarlos a compañeros.
- Reducir tus habilidades manuales/ intelectuales.

Además aumenta el riesgo si tu trabajo requiere:

- Conducir vehículos.
- Manejar maquinaria compleja y por tanto seguir instrucciones.
- Utilizar herramientas cortantes o peligrosas.
- Utilizar sustancias peligrosas para lo que es necesario atender instrucciones previas de uso seguro.

SON BUENAS PRÁCTICAS...

- Preguntar a tu médico si puedes realizar tu trabajo con la medicación prescrita. También te pueden aconsejar en la farmacia.

- Los tratamientos son siempre individualizados. Esto supone, entre otras cosas, que los medicamentos que te van bien a ti no tienen por qué ser adecuados para un familiar, compañero de trabajo, etc. Podrías perjudicarlo sin saberlo.

- Leer siempre los prospectos de los medicamentos para saber:
 - Las indicaciones: para qué síntomas/enfermedades está indicado su uso.
 - La dosis adecuada.
 - Las instrucciones para la forma de uso.
 - Las contraindicaciones.
 - Los efectos con otras medicaciones y/o bebidas alcohólicas.
 - Cómo debe conservarse el medicamento.
 - En general, leer todos los apartados del prospecto...

NO TE AUTOMEDIQUES

- Utilizar el medicamento siguiendo las pautas que te diga el médico, y suspenderlo o reducirlo como te indique.
- No beber alcohol cuando se está en un tratamiento farmacológico, ya que puede alterar el efecto del medicamento en el organismo, anular su función o crear un efecto tóxico.
- Si eres mujer y estás embarazada (o crees que puedes estarlo) debes advertir al facultativo. Hay muchos medicamentos que afectan al embrión y al feto. Igualmente durante el período de lactancia.
- Mirar siempre la fecha de caducidad antes de tomar cualquier medicamento y no utilizarlo después de dicha fecha.
- Los medicamentos que no se vayan a utilizar se pueden llevar a las farmacias para su recogida. Si se tiran a la basura se daña el medio ambiente.

Según la Encuesta 2013-2014 sobre consumo de sustancias psicoactivas en el ámbito laboral en España, se observa una tendencia ascendente en el consumo de hipnosedantes, con y sin receta médica, entre la población activa (en edad de trabajar), tanto empleados como desempleados: un 7,3%, siendo que en 2007 era de un 5,3%.

Desde el Programa de Prevención de Drogodependencias en el ámbito laboral de UGT Aragón estamos convencidos de que

Los centros de trabajo son lugares idóneos para llevar a cabo:

**ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN
DE HÁBITOS SALUDABLES EN EL TRABAJO**

CAMPAÑAS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

**PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS EN EL
ÁMBITO LABORAL**

**PREVENCIÓN DE FACTORES DE RIESGO QUE
TERMINEN EN ENFERMEDAD**

FOMENTO DEL USO DE BUENAS PRÁCTICAS

NO TE AUTOMEDIQUES

Departamento de Servicios Sociales
Área de Drogodependencias

C/ Costa, 1
Tlfno. 976 700 119 • Fax: 976 700 101
E.mail: serviciosociales@aragon.ugt.org

