Controla la Preocupación, no dejes que te controle

Todos experimentamos en algún momento: la preocupación. Nos preocupamos por nuestras familias, por el dinero, por nuestro futuro… y sí, también por nuestra seguridad en el trabajo. Pero déjenme decirles algo: la preocupación, por sí sola, no nos protege de los accidentes. Lo que realmente hace la diferencia es la acción.

Los médicos dicen que la preocupación por el exceso puede causar problemas graves de salud, como úlceras o presión alta. Y en nuestro entorno laboral, preocuparnos demasiado por los accidentes sin tomar medidas concretas puede ser igual de peligroso. ¿Por qué? Porque una mente distraída por el miedo o la ansiedad no está enfocada en lo que realmente importa: hacer el trabajo de manera segura y eficiente.

La Clave está en el Control

Piensen en esto: no podemos controlar lo que pasa afuera, pero sí podemos controlar nuestras acciones. ¿Cómo?

Conociendo nuestro trabajo a la perfección. Si dominamos nuestras tareas y seguimos los procedimientos correctos, reducimos la posibilidad de cometer errores que puedan poner en riesgo nuestra seguridad.

Utilizando siempre el equipo de protección adecuado. Si la empresa nos brinda cascos, guantes, gafas y otros elementos de seguridad, no es para incomodarnos, sino para protegernos. De nada sirve preocuparse por un accidente si no usamos las herramientas que nos pueden salvar de él.

Manteniendo la atención en lo que hacemos. Un simple descuido al manejar materiales, al operar una máquina o incluso al caminar por el área de trabajo puede llevarnos al hospital.

No pensemos en el accidente, pensemos en la prevención

Imaginen por un momento que están manejando en la carretera. Si todo el tiempo están preocupados por chocar, es más probable que manejen con nerviosismo y terminen cometiendo errores. Pero si en lugar de preocuparse, se enfocan en manejar con precaución, respetando las señales de tránsito y manteniendo una distancia segura, el riesgo de accidente disminuye.

Lo mismo ocurre en el trabajo. Si pasamos el día pensando en que algo malo puede suceder, nos distraeremos y corremos más riesgo. Pero si ponemos nuestra energía en hacer bien las cosas, seguir las normas de seguridad y estar atentos a nuestro entorno, los accidentes desaparecerán casi como por arte de magia.

La Seguridad es un Hábito, no un acto único

Las empresas que tienen buenos récords de seguridad no lo logran porque sus trabajadores son más afortunados. Lo lograron porque han desarrollado el hábito de trabajar con seguridad. Se han acostumbrado a seguir las reglas, a reportar riesgos ya ayudar a sus compañeros a hacer las cosas bien.

Aquí es donde ustedes juegan un papel fundamental. No basta con que la empresa implemente normas de seguridad; ustedes son los que realmente hacen la diferencia al aplicarlas en su día a día. Si cada uno de ustedes toma el compromiso de seguir los procedimientos correctos, ayudar a sus compañeros y mantenerse siempre alerta, lograremos un ambiente de trabajo más seguro para todos.

La Seguridad no se Improvisa, se construye día a día

No esperemos a que ocurra un accidente para reaccionar. Actuamos desde ahora. Hoy los invitamos a que en lugar de preocuparnos por los riesgos, tomemos el control y los dominamos con conocimiento, atención y disciplina.

Y recuerden: la seguridad no es solo un reglamento, es una actitud de vida. Trabajamos juntos para que cada día sea más seguro que el anterior.

¡Gracias por su atención ya seguir trabajando con seguridad!