

# 28 DE ABRIL DÍA MUNDIAL DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



[www.cayre.co](http://www.cayre.co)

Este día centra la atención internacional en la necesidad de evitar muertes, lesiones y enfermedades por causa del trabajo. Hoy trabajamos en todas partes y en cualquier momento nos enfrentamos a nuevas condiciones laborales y a nuevas formas de trabajo, pero ningún trabajo debería arrebataros nuestra seguridad, nuestra salud, nuestro bienestar o nuestra vida.



Cada día más de 1'000.000 de personas se lesionan en algún trabajo.

## Esto tiene un fuerte impacto en:



Los trabajadores y su familias



Las Empresas y su productividad en todos sus niveles.

## Se afectan factores:



Económicos



Físicos



Emocionales



7.500 personas mueren cada día en el mundo debido a medio ambientes de trabajo inseguros e insalubres.



De estas muertes, la mayoría, unas 6.500, son por causa de enfermedades relacionadas con el trabajo.



Para evitar lesiones todas las empresas deben tener normas para proteger a sus trabajadores de riesgos:



Físicos



biológicos



Químicos



Ergonómicos



Psicosociales

## 8 TIPS PARA TRABAJAR MÁS SEGURO Y FELIZ



**1** Sonríe más. Ser feliz es una decisión de cada uno.



**5** Busca ayuda siempre que la necesites.



**2** Ejercítate frecuentemente.



**6** Has pausas activas que te relajen.



**3** Establece horarios saludables.



**7** Aliméntate saludablemente en todo momento.



**4** Mantén una buena comunicación con todos.



**8** Exige una carga de trabajo saludable.

Fuentes: Organización Internacional del Trabajo (OIT)



En Cayre, contamos con un Departamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) encargado de velar por la seguridad y la salud de todas las personas que hacen parte de la familia Cayre.