

FUMADORS I TREBALL SEDENTARI

En els ambients sanitaris és ben coneguda la dita que preveu com a inevitable la fórmula següent:

Estrès + TABAC + Treball Sedentari = Infart de miocardi .

Les característiques del nostre treball han sofert un canvi molt important, la quantitat d'informació a tractar augmenta a diari, ha d'estar valorada en molt poc temps i cal prendre decisions que comporten un cert risc.

Aquesta forma de treball, en la majoria dels casos, es fa de manera sedentària i són molts els empleats que, absorbits per la seva responsabilitat en la feina, descuiden aspectes tant importants per a la seva salut com dedicar un temps a la pràctica d'un esport físic a fi de contrarestar l'efecte que el sedentarisme causa en el nostre cos, així com gaudir d'un temps per l'oci necessari per minorar l'efecte estressant i de fatiga mental que comporta el tractament de l'informació.

La presència de fum en els llocs de treball agreuja aquestes condicions i accelera la fórmula que porta cap a malalties d'ordre coronari i vascular. De fet, les autoritats sanitàries confirmen que treballar en un ambient de fum, augmenta un 25% el risc d'infart i un 26% el de càncer de pulmó.

També s'ha de tenir en compte que el fum que arriba als no fumadors per la combustió de les cigarretes conté 5 vegades més de benzopiré i 46 més d'amoníac, així com concentracions superiors d'altres components com les nitrosamines, comparades amb les quantitats que inhalen directament els fumadors. Es dona la circumstància que un fumador passiu arriba a inhalat al cap d'una hora tant de fum com el que aspira un fumador amb el consum directe d'1 a 3 cigarretes.

Un bon percentatge de morts prematures d'empleats d'entitats financeres, fumadors en actiu, ho són per motius cardiovasculars, aquest percentatge augmenta sensiblement al finalitzar la vida laboral en afegir-se malalties d'ordre oncològic.

El treball en llocs tancats i de ventilació forçada, com ho són oficines i departaments, obliga que tinguem cura de les condicions de la qualitat de l'aire, ja que es pot traduir en malalties al·lèrgiques i respiratòries que arriben a fer-se cròniques per la persistència d'ambients viciats pel fum del tabac .

DECLAREM CAIXACATALUNYA EMPRESA SENSE FUM EN BENEFICI DE TOTS !!.

22/10/2001.

SECCIÓ CAIXA CATALUNYA

Firma:

Nom i Cognoms:.....

Oficina / Departament:.....