

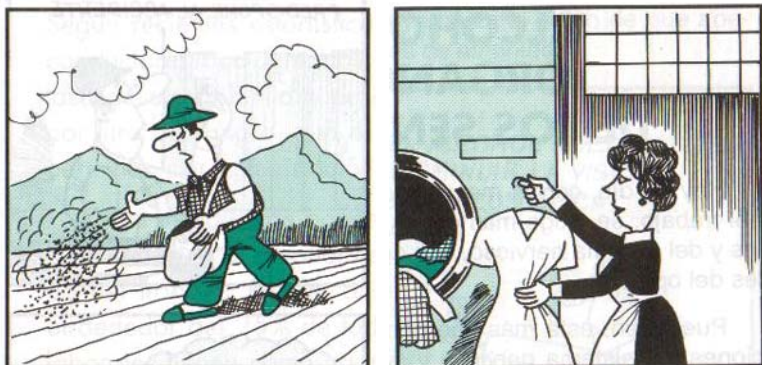


ALCOHOL Y SUSTANCIAS TOXICAS

El alcohol, no solamente actúa por sí mismo como sustancia tóxica, disminuyendo la fuerza y los reflejos, sino que también puede aumentar peligrosamente el efecto nocivo de ciertas sustancias con las que se trabaja, incluso si se ingiere en pequeñas cantidades.

Si se ha inhalado cianamida cálcica al emplear este abono, la ingestión de dos vasos de cerveza puede aumentar varias veces el efecto tóxico de dicha sustancia. Incluso puede tener efectos perniciosos, si se bebe el alcohol varias horas después de haber finalizado el trabajo.

Aumenta también el efecto nocivo de los hidrocarburos clorados tales como el tricloroetileno y el percloroetileno. Toda persona que se expone a los vapores de estos disolventes, por ejemplo en la limpieza de vestidos, instalaciones de desengrasado, industria del metal, decapado de pinturas, etc., deberían abstenerse por completo de beber alcohol, antes y durante el trabajo.



Otro tanto ocurre con sustancias como los compuestos aromáticos nitrados, el benceno y sus derivados, el sulfuro de carbono, la anilina, el plomo, el mercurio, el arsénico, etc. Es necesario evitar beber alcohol durante la manipulación de dichas sustancias, ya que las consecuencias pueden ser muy graves.

ALCOHOL Y MEDIO AMBIENTE FISICO

Las bebidas alcohólicas pueden igualmente aumentar los efectos que el medio ambiente físico ejerce sobre el cuerpo.

FRIO: En razón de su acción sobre la temperatura general del cuerpo, el alcohol puede representar un peligro para la persona expuesta al frío, pues disminuye la resistencia del cuerpo humano frente a este agente.

CALOR: También se ha observado en personas que hacen una larga marcha, chóferes, mineros, labradores, etc., que el alcohol predispone a sufrir golpes de calor.

ALCOHOL Y ORGANOS DE LOS SENTIDOS

Hoy en día, con la mecanización y automatización del trabajo, se exige más de las funciones intelectuales y del sistema nervioso, que de las fuerzas corporales del operario. Pues bien; está más que demostrado que las funciones del sistema nervioso y de los órganos sensoriales, como la vista, el oído, el tacto e incluso el olfato, se ven influenciadas negativamente por el alcohol.

El trabajador debería abstenerse, en la medida de lo posible, de toda bebida alcohólica.

Olfato

Se ha comprobado que el alcohol afecta negativamente al sentido del olfato. Unos 50 minutos después de beber 40 gramos de alcohol (un litro de cerveza aproximadamente), el olfato del individuo disminuye hasta el punto de que apenas percibirá los vapores de amoníaco.



Vista

El alcohol disminuye la visión estereoscópica y la visión esférica, y prolonga el efecto del deslumbramiento. Estas perturbaciones no sólo son peligrosas conduciendo vehículos, sino que igualmente pueden ser causa de accidentes en el trabajo en la industria.

Sistema nervioso

El alcohol puede influir sobre el sistema nervioso, provocando una disminución del sentido del tacto, de la percepción de calor, del equilibrio, de los movimientos reflejos, etc.

Funciones intelectuales

La acción del alcohol también influye negativamente en las funciones intelectuales. La atención, el sentido crítico, la capacidad de reacción, la concentración, la facultad de combinar y el sentido de la coordinación, sufren en primer lugar los efectos del alcohol, haciendo cometer al hombre errores en la apreciación del tiempo y las distancias, lo que puede provocar accidentes con consecuencias graves para él y sus compañeros.

QUE SE DEBE BEBER

Las bebidas que más convienen a las personas durante el trabajo, son las que no contienen alcohol, como por ejemplo, el agua, los zumos y los refrescos sin alcohol. Las bebidas que más quitan la sed no son precisamente las frías sino, de modo muy particular, las tibias.