

JAN

Job Accommodation Network

Soluciones Prácticas • Éxito en el Lugar de Trabajo

Ficha Descriptiva

Acomodaciones en el Empleo Para Personas con Enfermedades del Corazón

La Red de Acomodación en el Empleo
PO Box 6080
Morgantown, WV 26506-6080
(800)526-7234 (V)
(877)781-9403 (TTY)
jan@askjan.org
askjan.org



Ficha Descriptiva Sobre Acomodaciones en Serie de JAN

ACOMODACIONES EN EL EMPLEO PARA PERSONAS CON ENFERMEDADES DEL CORAZÓN

El termino “enfermedades del corazón” incluye condiciones tales como alta tensión, enfermedades coronarias del corazón, insuficiencia cardiaca congestiva, trastornos congénitos y cardiovasculares. Cada condición tiene su propio síntoma, el cual puede que incluya angina, (dolor en el pecho a veces irradiándose hacia la mano izquierda, o la mandíbula); sensaciones de agite, golpeo, fuertes latidos o rápidos latidos del corazón (palpitaciones); edema, (hinchazón y retención de flujo en las piernas, tobillos, abdomen, pulmones, o el corazón); mareos, debilidad, desmayos, falta de aire, fatiga crónica, y malestares por los jugos gástricos tales como náusea.

La siguiente información es una visión rápida general sobre las acomodaciones que pueden ser útiles para personas con enfermedades del corazón. Para una discusión a fondo acceda nuestra publicación en la siguiente página web: <http://askjan.org/media/atoz/htm> y para discutir sobre una acomodación potencial, contacte JAN directamente

Fatiga/debilidad:

- Reduzca o elimine el esfuerzo físico y estrés en el área de trabajo
- Programe descansos frecuentes lejos del área de trabajo
- Permita un horario de trabajo flexible, y uso de ausencias
- Permita el trabajo desde el hogar
- Implemente una estación de trabajo ergonómica
- Provea un monopatín u otra ayuda para movilizarse si las caminatas no pueden ser reducidas
- Instale abridores automáticos de puertas
- Mueva las estaciones de trabajo cerca de otras áreas de trabajo, equipos de oficina y cuartos de descanso
- Provea ayuda mecánica y utensilios que ayuden con el levantamiento de objetos pesados

Dificultades Respiratorias:

- Provea ventilación ajustable
- Mantenga el ambiente del trabajo libre de polvo, humo y olores
- Implemente una política de trabajo "libre de fragancias" y una política para instalaciones o edificios “libre de humo o una política de no fumar”
- Provea ventiladores/aire acondicionado o calefacción en el lugar de trabajo
- Redirecciones las rendijas del aire acondicionado
- Provea un sistema adecuado para la eliminación de aromas en el área de trabajo
- Permita al individuo a utilizar mascarar respiratorias
- Permita el trabajo desde el hogar

Convulsiones y Desmayos:

- Elimine el uso de objetos afilados
- Elimine el uso de luz termite
- Reemplace las luces fluorescentes con luces de espectro completo o luz del día
- Haga uso de pantallas protectoras para el resplandor en el computador, ajuste la intensidad del monitor, y reduzca la rapidez del cursor del ratón
- Provea un vestuario apropiado para protección
- Modifique las tareas del trabajo que requieran habilidad con los dedos
- Permita horas de trabajo flexible, descansos frecuentes, y trabajar desde el hogar

Estrés:

- Desarrolle estrategias para lidiar con problemas de trabajo antes de que estos sucedan
- Proporcione entrenamiento en sensibilidad a los compañeros de trabajo.
- Permita a los empleados hacer llamadas telefónicas a doctores y otras personas para recibir apoyo, durante las horas de trabajo
- Sugiera consejería y programas de asistencia al empleado
- Reduzca el estrés en el lugar de trabajo

Sensibilidad a la Temperatura:

- Modifique la temperatura en lugar de trabajo y proporcione una oficina con control de temperatura separado
- Modifique los códigos de vestuario
- Permita el trabajo desde el hogar cuando durante altas o bajas temperaturas
- Re-direccione las rejillas del aire acondicionado y de la calefacción
- Provea control de calefacción privado

Recursos Específicamente Para Personas Con Enfermedades del corazón**Asociación Americana del Corazón (American Heart Association)-**

7272 Greenville Avenue

Dallas, TX 75231

Línea gratuita: (800) AHA-USA1

Directo: (800)242-8721

<http://www.americanheart.org>

Instituto Nacional de la Sangre, Corazón y Pulmón (National Heart, Lung, and Blood Institute)

National Institutes of Health (NIH)

Bethesda, MD 20892-2580

Directo: (301)592-8573

TTY: (240)629-3255

Fax: (240)629-3246
nhlbiinfo@nhlbi.nih.gov
<http://www.nhlbi.nih.gov>

Actualizado 03/25/10

Este documento fue desarrollado por la Red de Acomodación en el empleo, financiado por la Oficina para las Políticas de Empleo de Personas discapacitadas del Departamento del Trabajo de EE.UU. Política (DOL079RP20426). Las opiniones contenidas en este documento no reflejan necesariamente las opiniones o políticas del Departamento del Trabajo de EE.UU. La mención de marcas, productos comerciales, y organizaciones no insinúan respaldo por parte del Departamento del Trabajo de EE.UU