

Risk A/T® Work

(Riesgo en el trabajo)

“Una onza de prevención vale una libra de curación.” Benjamín Franklin 1736



Nos complace presentar la siguiente edición de **Risk A/T® Work**, un foro dedicado a compartir consejos de control de pérdidas y seguridad con nuestros corredores de seguro y asegurados. **Risk A/T®** es nuestro enfoque patentado de gestión de riesgos que promueve el análisis informado de riesgos con base en dos factores conductuales: la **aptitud y tolerancia**.

ACERCA DE NOSOTROS

Sompo International Insurance trabaja a través de una red de distribución mundial de corredores de seguro minoristas y mayoristas y agentes gestores de seguros (MGUs) para proporcionar servicios efectivos y de alta calidad a una amplia gama de clientes, desde grandes multinacionales hasta pequeñas empresas. Ofrecemos diversas capacidades especializadas en una amplia gama de productos y sectores verticales industriales.

Si desea suscribirse a **Risk A/T® Work**, comuníquese con Víctor Sordillo al correo vsordillo@sompo-intl.com

Descargo de responsabilidad: Las recomendaciones y el contenido de este material se proporcionan sólo con fines informativos. Se ofrecen únicamente como un recurso a ser usado junto con su asesor de seguro profesional en el mantenimiento de un programa de control de pérdidas. Sompo International no asume ninguna responsabilidad a causa de la información que contiene este documento.

Para obtener más información, visítenos en: www.sompo-intl.com

Cómo manejar el trabajo en casa al mismo tiempo que educa a sus hijos en el hogar

Andrea Ball, CSP, AVP, Especialista de Accidentes en Jefe, Sompo Global Risk Solutions, aball@sompo-intl.com

Con los cambios repentinos y en ocasiones que consumen toda la atención causados por el COVID-19, la mayoría de las familias están encontrándose en entornos completamente nuevos. Algunas familias ahora comparten espacio comunal para trabajar y hacer tareas escolares, mientras que otros están repartidos por todo el hogar. Como mamá de una estudiante de secundaria y otra de primaria, este repentino reto de educación en el hogar ha cobrado un significado nuevo. Mi hija de secundaria es mucho más autosuficiente, pero con la que va en cuarto grado es totalmente una situación distinta que requiere de supervisión constante. Obviamente, esto no crea un entorno laboral favorable para mí ni para mi esposo. Sin embargo, hemos encontrado algunas formas de crear un mejor entorno en el que nuestra familia pueda aprender y trabajar.

- **Establezca un horario de trabajo/escuela.** Nosotros establecimos estos horarios para nuestra familia. Debido a que la escuela generalmente termina más temprano, dejamos que nuestras hijas duerman hasta más tarde y empiecen la escuela más tarde, lo que nos permite empezar nuestro día de trabajo sin interrupciones y terminar todos aproximadamente a la misma hora a diario.
- **Haga un escritorio para cada persona.** En los medios sociales he visto ideas muy creativas para hacer escritorios en el hogar con artículos desde mesas plegables hasta tablas de planchar. Nosotros pudimos hacer un escritorio para cada persona en habitaciones separadas, lo cual brinda a cada una un espacio tranquilo y personal. Nuestra hija que asiste al cuarto grado tiene dos “escritorios”: uno conmigo y el otro con mi esposo, para así poder compartir las responsabilidades de supervisión.
- **Reúnanse a la hora de las comidas.** Es importante comer saludablemente lejos de nuestras computadoras. Lo hacemos cuando estamos en la oficina o escuela, de manera que deberíamos recordar hacerlo en el hogar. Al reunirnos para el almuerzo, podemos desconectarnos de nuestros trabajos respectivos y pasar tiempo compartiendo cara a cara con personas de carne y hueso.
- **¡Recreo!** Las escuelas primarias tienen recreo para permitir que los niños desahoguen la energía acumulada y respiren aire fresco. Quizá los adultos también debemos tener recreo. Tomarse 15 minutos y salir al aire fresco ayuda a aclarar nuestra mente. También es una forma maravillosa de hacer el tan necesario ejercicio mientras estamos confinados. Después de 15 minutos, todos regresamos con un poco más de enfoque y podemos terminar nuestro día con más fuerza.
- **El final del día.** Trabajar desde el hogar puede ocasionar que los días se prolonguen más y es fácil prolongarlos solamente un poquito cada día... ¡está bien desconectarse! No se deje atrapar por esta trampa. El tiempo familiar es importante para todos y no estar frente a la computadora es importante para su salud.

Crear un horario y entorno de trabajo/escuela ha ayudado a toda mi familia. Nuestras hijas están observando nuestra ética de trabajo y, esperamos, esto les ayudará a formar más sus hábitos de estudio y sus habilidades para vivir en general que les ayudarán más tarde en su vida. Y, al recordar mantener un buen balance entre el trabajo y la vida mientras trabaja desde su hogar, tanto su salud como su vida familiar prosperarán.