

DESCANSOS PARA IR AL BAÑO

UCLA Labor Occupational Safety & Health Program (LOSH)



(310) 794-5964

¡NO SE AGUANTE!

Usted tiene el derecho de usar el baño cuando necesita hacerlo. OSHA requiere que los empleadores provean acceso razonable a los servicios sanitarios. La próxima vez que tenga que ir al baño, no se aguante.



Número de excusados requeridos por empleados*

| NÚMERO DE EMPLEADOS | # Mínimo de excusados |
|---------------------|--|
| 1 - 15 | 1 |
| 16 - 35 | 2 |
| 36 - 55 | 3 |
| 56 - 80 | 4 |
| 81 - 110 | 5 |
| 111 - 150 | 6 |
| sobre 150 | 1 excusado adicional por cada 40 empleados |

* Se aplica a lugares permanentes de trabajo. CFR1910.141. Los patrones que no proveen servicios sanitarios pueden ser citados por OSHA.

¡El acceso restringido al baño lo puede enfermar!



Estudios médicos muestran la importancia de orinar regularmente, siendo las mujeres generalmente las que necesitan ir al baño más frecuentemente que los hombres.



Si usted se espera para ir al baño, está corriendo el riesgo de:

- Aumentar el número de infecciones de las vías urinarias, lo que puede conducir a un daño renal.
- Si usted está embarazada y adquiere una infección de las vías urinarias, aumenta la posibilidad de dar a luz a un bebé de muy bajo peso, lo que puede conducir a otros problemas de salud.
- También usted corre mayor riesgo de contraer dolores abdominales, estreñimiento, diverticulosis y hemorroides.

