



## Departamento de Seguros de Texas División de Compensación para Trabajadores

### Lista de Verificación para el Empleado Lesionado

La evidencia médica ha demostrado que estar activo y continuar trabajando mientras se recupera de una lesión o enfermedad, o regresar a trabajar tan pronto a como le sea posible puede ayudar a que sane más rápido. Utilice esta lista de verificación para abrir las líneas de comunicación sobre su habilidad para regresar a trabajar.

#### Su médico y usted

- Proporcione a su médico toda su información de compensación para trabajadores, incluyendo:
  - El nombre de su aseguradora de compensación para trabajadores y el número de reclamación de la aseguradora
  - Su número de reclamación de DWC
  - El nombre y número de teléfono del ajustador
  - El nombre, dirección y número de teléfono del empleador donde usted trabaja.
- Asista a todas sus citas médicas.
- Pregunte a su médico cuánto tiempo tomará para que usted se recupere de su lesión.
- Informe a su médico sobre su trabajo y de ser posible, proporcione una descripción de sus deberes de trabajo, para poder ayudar al médico a entender el tipo de trabajo que usted desempeña.
- Pregunte a su médico si usted puede continuar trabajando, aun si tiene algunas restricciones.
- Hable con su médico para asegurarse que usted entiende completamente lo que puede y lo que no puede hacer mientras se está recuperando.
- Obedezca las recomendaciones de su médico para reanudar su actividad física y su necesidad para descansar, tanto en el hogar como en el trabajo.

#### Su empleador y usted

- Informe a su empleador quién es su médico, y cómo se puede comunicar el empleador con su médico.
- Anime a su empleador para que hable con su médico sobre el tipo de trabajo que usted puede desempeñar, ya sea en deberes modificados que estén disponibles, y cuándo es que usted puede regresar a trabajar.
- Asegúrese de mantener informado y actualizado a su empleador sobre su recuperación y sus habilidades actuales.
- Pregunte a su empleador sobre la disponibilidad de trabajo dentro de sus restricciones físicas, mientras se está recuperando de su lesión.
- Notifique a su empleador inmediatamente si su habilidad para trabajar cambia.
- Siga todas las políticas y requisitos de la compañía para las lesiones de compensación para trabajadores.

#### La aseguradora y usted

- Notifique a la aseguradora de compensación para trabajadores si su dirección, número de teléfono, u otra información de contacto ha cambiado.
- Notifique a la aseguradora de compensación para trabajadores si ha habido algún cambio en el estado de su empleo o en los salarios que ha ganado.

#### Regreso al trabajo

- Asegúrese de informar a su empleador y a su médico sobre cualquier inquietud o problemas que pudiera tener en relación a su salud y asignaciones de trabajo.