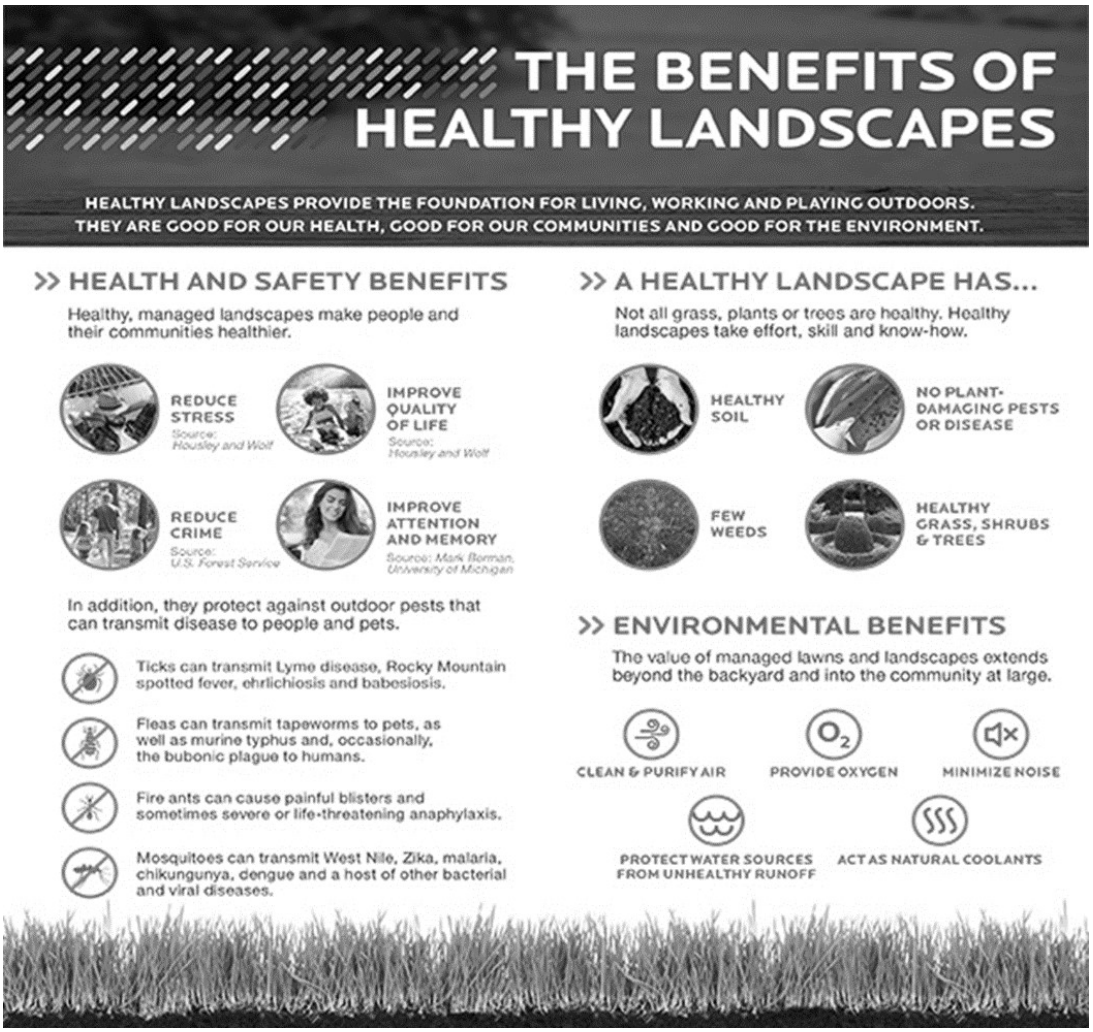
Landscaper Safety Infographic



Source: https://www.loveyourlandscape.org

Landscaper Safety Infographic – Spanish



Fuente: http://apuntesdearquitecturadigital.blogspot.com

Driving Distracted Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

¿QUÉ ES LA CONDUCCIÓN DISTRAÍDA?

La conducción distraída es cualquier actividad que desvíe la atención de la conducción, incluyendo hablar o enviar mensajes de texto por el teléfono, comer y beber, hablar con la gente en su vehículo, juguetear con el estéreo, el entretenimiento o el sistema de navegación – cualquier cosa que desvíe su atención de la tarea de conducir de forma segura.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS DEL USO DEL TELÉFONO MÓVIL

El uso del teléfono móvil encabeza la lista de conductas de distracción que aumentan las posibilidades de verse involucrado en un accidente o casi accidente.

1. El envío de mensajes de texto (o mensajes de texto) en un teléfono celular – 23 veces más probable
2. Hablar por un teléfono celular – 4 a 5 veces más probable
3. Leer – 3 veces más probable
4. Aplicar el maquillaje – 3 veces más probable
5. Alcanzar un objeto en movimiento – 9 veces más probable
6. Marcar en un dispositivo de mano – 3 veces más probable
7. Hablar o escuchar con un dispositivo de mano: 1,3 veces más probable

Los estudios sugieren que conducir con un teléfono móvil puede ser tan peligroso como conducir borracho. ¿No está convencido? Prueba a seguir a los conductores que hablan por teléfono. ¿Conducen de forma incoherente, acelerando un minuto y reduciendo la velocidad al siguiente? ¿Cambian de carril inesperadamente o tienen dificultades para mantenerse en su propio carril? Todos estos son signos reveladores de que un conductor está distraído con un teléfono móvil.

OTRAS CAUSAS DE DISTRACCIÓN AL VOLANTE

- Navegar por Internet
- Comer y beber
- Leer
- Ajustar la radio
- Maquillarse
- Afeitarse

COMO PROTEGERSE

EVITAR LAS DISTRACCIONES AL VOLANTE

Antes del viaje:

- Dése tiempo suficiente para viajar y asegúrese de estar bien descansado y alerta.
- Revise todos los mapas e indicaciones y programe previamente su ruta en el sistema de posicionamiento global (GPS) de su vehículo.
- Guarde y asegure los objetos sueltos.
- Prepare a los niños y a los demás pasajeros con todo lo que necesiten. No olvide asegurar también a las mascotas.
- Por último, reajuste los controles del sistema de climatización y del sistema de audio de su vehículo.

Durante el viaje:

- Deje que las llamadas vayan al buzón de voz y no lea ni devuelva los mensajes de texto. No navegue por Internet ni lea correos electrónicos. Si cree que va a tener la tentación de consultar el teléfono, apáguelo o colóquelo en la guantera del vehículo.
- No coma, beba, fume, se maquille o realice cualquier otra actividad de aseo.

LA LISTA DE CONTROL PARA EVITAR LAS DISTRACCIONES AL VOLANTE

1. Concéntrese totalmente en la conducción. No deje que nada desvíe su atención, escudriñe activamente la carretera, utilice los espejos y esté atento a los peatones y ciclistas.
2. Guarde los objetos sueltos, las posesiones y otras distracciones que puedan rodar por el coche, para no sentir la tentación de alcanzarlos en el suelo o en el asiento.
3. Haga los ajustes necesarios antes de ponerse en marcha. Controle los sistemas del vehículo, como el GPS, los asientos, los retrovisores, los controles de climatización y los sistemas de sonido, antes de salir a la carretera. Decide tu ruta y comprueba el estado del tráfico con antelación.
4. Termine de vestirse y asearse personalmente en casa, antes de salir a la carretera.

5. Meriende de forma inteligente. Si es posible, coma o meriende antes o después del viaje, no mientras conduce. En la carretera, evite los alimentos desordenados que pueden ser difíciles de manejar.
6. Asegure a los niños y a las mascotas antes de ponerse en marcha. Si necesitan su atención, salga de la carretera de forma segura para atenderlos.
7. Deje a un lado las distracciones electrónicas. No utilice el teléfono móvil mientras conduce -con o sin manos- salvo en caso de emergencia absoluta. Nunca utilice mensajes de texto, funciones de correo electrónico, videojuegos o Internet con un dispositivo inalámbrico, mientras conduce.
8. Si tiene pasajeros, solicite su ayuda para poder concentrarse con seguridad en la conducción.
9. Si otra actividad exige su atención, en lugar de intentarla mientras conduce, salga de la carretera y detenga su vehículo en un lugar seguro.
10. Si no puede dedicar toda su atención a la conducción debido a alguna otra actividad, se trata de una distracción.
11. No utilice el teléfono móvil si es un conductor novel o se está acostumbrando a un coche nuevo.
12. Revise la política de su empresa en materia de teléfonos móviles, si existe, y cúmplala cuando conduzca o maneje maquinaria y equipos, incluidas las carretillas elevadoras y las retroexcavadoras.
13. Familiarícese con las leyes sobre vehículos de motor relativas a los teléfonos móviles, especialmente cuando viaje fuera del estado o de la provincia.
14. Limite el uso del teléfono a cuando esté estacionado o pida a un pasajero que haga las llamadas por usted.

CONCLUSIÓN

Una conducción segura exige toda su atención. Mantenga sus ojos y su mente en la carretera. La conducción y la multitarea no pueden coexistir de forma segura. Si necesita hacer o atender una llamada telefónica, consultar las instrucciones de conducción o seleccionar otra música, deténgase en un lugar seguro.

Driving Distracted Meeting Kit

What’s At Stake

WHAT IS DISTRACTED DRIVING?

Distracted driving is any activity that diverts attention from driving, including talking or texting on your phone, eating and drinking, talking to people in your vehicle, fiddling with the stereo, entertainment or navigation system – anything that takes your attention away from the task of safe driving.

What’s the Danger

DANGERS OF CELL PHONE USE

Cell phone usage ranks at the top of the list for distracting behaviors that increase your chances of being involved in a crash or near crash event.

1. Text messaging (or texting) on a cell phone – 23 times more likely
2. Talking on a cell phone – 4 to 5 times more likely
3. Reading – 3 times more likely
4. Applying makeup – 3 times more likely
5. Reaching for a moving object – 9 times more likely
6. Dialing on a hand-held device – 3 times more likely
7. Talking or listening on a hand-held device – 1.3 times more likely

Studies suggest driving while on a cell phone can be as dangerous as driving drunk. Not convinced? Try following drivers who are talking on the phone. Are they driving inconsistently, speeding up one minute and then slowing down the next? Do they change lanes unexpectedly or have difficulty staying in their own lane? Those

are all telltale signs that a driver is distracted by a cell phone.

OTHER CAUSES OF DISTRACTED DRIVING

- Surfing the internet
- Eating and drinking
- Adjusting the radio
- Shaving

HOW TO PROTECT YOURSELF

PREVENTING DRIVING DISTRACTORS

Before the Trip:

- Give yourself plenty of travel time and make sure you're well rested and alert.
- Review all maps and directions and pre-program your route on your vehicle's global positioning system (GPS).
- Stow and secure loose objects.
- Prepare children and other passengers with everything they need. Don't forget to secure pets too.
- Lastly, pre-set the controls on your vehicle's climate control system and audio system.

During the Trip:

- Let calls go to voicemail and don't read or return texts. Do not surf the Internet or read emails. If you think you'll be tempted to check your phone, turn it off or place it in your vehicle's glove compartment.
- Do not eat, drink, smoke, apply makeup or engage in any other grooming activities.

THE CHECKLIST TO AVOID DISTRACTING DRIVING

1. Fully focus on driving. Do not let anything divert your attention, actively scan the road, use your mirrors and watch out for pedestrians and cyclists.
2. Store loose gear, possessions and other distractions that

could roll around in the car, so you do not feel tempted to reach for them on the floor or the seat.

3. Make adjustments before your get underway. Address vehicle systems like your GPS, seats, mirrors, climate controls and sound systems before hitting the road. Decide on your route and check traffic conditions ahead of time.
4. Finish dressing and personal grooming at home – before you get on the road.
5. Snack smart. If possible, eat meals or snacks before or after your trip, not while driving. On the road, avoid messy foods that can be difficult to manage.
6. Secure children and pets before getting underway. If they need your attention, pull off the road safely to care for them.
7. Put aside your electronic distractions. Don't use cell phones while driving – handheld or hands-free – except in absolute emergencies. Never use text messaging, email functions, video games or the internet with a wireless device, while driving.
8. If you have passengers, enlist their help so you can focus safely on driving.
9. If another activity demands your attention, instead of trying to attempt it while driving, pull off the road and stop your vehicle in a safe place.
10. If you cannot devote your full attention to driving because of some other activity, it's a distraction.
11. Review your company's cell phone policy, if one exists, and abide by it when driving or operating machinery and equipment including forklifts and backhoes.
12. Familiarize yourself with any motor vehicle laws pertaining to cell phones, especially when traveling out of state or province.
13. Limit phone use to when you are parked or ask a passenger to make calls for you.
14. Never have stressful or emotional conversations while driving.

FINAL WORD

Safe driving demands your undivided attention. Keep your eyes and your mind on the road. Driving and multitasking can never safely coexist. If you need to make or take a phone call, check driving directions or select some different music, pull over into a safe place.

Driving Distracted Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. La conducción distraída es un problema extremadamente frecuente que mata y hiere a miles de personas cada año.
2. El uso del teléfono móvil mientras se conduce crea un enorme potencial de muertes y lesiones en las carreteras de Estados Unidos.
3. Los mensajes de texto son la distracción más alarmante.
4. La conducción distraída se produce en cualquier momento en que te concentras en algo que no sea la carretera.
5. Muchas personas conducen al trabajo todos los días, pero los trabajadores de la industria del transporte pasan más tiempo en la carretera que cualquier otra persona – dejándolos en mayor riesgo de accidentes de transporte que cualquier otro grupo.
6. Hay tres tipos principales de conducción distraída:
    - La conducción distraída visual es cuando se quita la vista de la carretera.
    - La conducción distraída manual es cuando se quitan las manos del volante.

- La conducción distraída cognitiva es cuando se aparta la mente de la carretera.

ESTADÍSTICAS

- El Consejo Nacional de Seguridad informa que el uso del teléfono celular mientras se conduce provoca 1,6 millones de choques cada año.
- En Estados Unidos, en 2018, más de 2.800 personas murieron y se estima que 400.000 resultaron heridas en choques que involucraron a un conductor distraído. (CDC)
- Cada año se producen casi 330.000 lesiones por accidentes causados por enviar mensajes de texto mientras se conduce.
- Uno de cada cuatro accidentes de tráfico en Estados Unidos está causado por el envío de mensajes de texto al volante.
- Enviar mensajes de texto mientras se conduce tiene 6 veces más probabilidades de causar un accidente que conducir ebrio.
- Responder a un mensaje de texto te quita la atención durante unos cinco segundos. Viajando a 55 mph, eso es tiempo suficiente para recorrer la longitud de un campo de fútbol.
- Enviar mensajes de texto mientras se conduce aumenta en un 400% el tiempo que se pasa sin mirar la carretera.

Driving Distracted Stats and Facts

FACTS

1. Distracted driving is an extremely prevalent problem that kills and injures thousands every year.
2. Using a cell phone while driving creates enormous potential

for deaths and injuries on U.S. roads.
3. Texting is the most alarming distraction.
4. Distracted driving happens anytime you focus on anything that’s not the road.
5. Many people drive to work every day, but workers in the transportation industry spend more time on the road than anyone else – leaving them at greater risk of transportation accidents than any other group.
6. There are three main types of distracted driving:
    - Visual distracted driving is when you take your eyes off the road.
    - Manual distracted driving is when you take your hands off the wheel.
    - Cognitive distracted driving is when you take your mind off the road.

STATS

- The National Safety Council reports that cell phone use while driving leads to 1.6 million crashes each year.
- In the U.S. in 2018, over 2,800 people were killed and an estimated 400,000 were injured in crashes involving a distracted driver. (CDC)
- Nearly 330,000 injuries occur each year from accidents caused by texting while driving.
- 1 out of every 4 car accidents in the United States is caused by texting and driving.
- Texting while driving is 6x more likely to cause an accident than driving drunk.
- Answering a text takes away your attention for about five seconds. Traveling at 55 mph, that’s enough time to travel the length of a football field.
- Texting while driving causes a 400% increase in time spent with eyes off the road.

Driving Distracted Fatality File

Laura's story – "I drove distracted and a man died"

Laura Maurer isn't a victim of distracted driving. She was a perpetrator. Now she lives with the fact a 75-year-old husband, father, and grandfather is dead because she looked down at her phone while she was driving.

The crash happened July 14, 2014, just outside of Brooklyn, Iowa, on Poweshiek County Road F-29 (Old Highway 6). Maurer, now 39, had pulled off the road to send a text to her daughter's dance instructor. She pulled back onto the highway and traveled a few miles when her phone sounded that familiar "ding" for an incoming text message. "I heard it ding a couple of times, so I just looked down for a second to check my phone. I still don't know how I didn't see him," said Maurer.

At the same second Maurer was looking down, Marvin Beck of Malcom was driving his Cub Cadet tractor and pulling a tiller on the side of the road. The Buick Enclave Maurer was driving clipped the tiller and Beck was ejected from the seat of the tractor.

"I stopped right away and ran to him," she said. "He held on to me and tried to get up. I called 911. Two of his sons got there before the ambulance and started to do CPR. I was in the back of the police car when they told me he didn't make it."

Maurer, who lives outside Brooklyn with her husband and two children, didn't know Beck directly, but her 13-year-old daughter and his grandson are in the same grade at BGM Community School and Maurer was acquainted with two of his sons and their families through church.

Maurer said, "I was devastated. I didn't know how to feel or what

I could do. I just wanted to hide. Because I tried to withdraw, I think the Beck family thought I wasn't sorry. I couldn't eat. I couldn't sleep. It was very difficult to drive. But nothing I was going through can compare to the pain the Beck family was feeling. And it was my fault. I did something wrong, and I needed to pay the consequences."

The investigation took more than seven months. On Feb. 20, 2015, Maurer was ticketed for distracted driving. "I pled guilty because I was guilty," said Maurer. "I did what I had preached to others not to do. I drove distracted and a man died."

On July 14, 2015, exactly one year after the crash, Maurer was sentenced to 14 days in jail and 200 hours of community service. "I didn't know what would happen, so I was prepared to go to jail that day," Maurer said. "But they allowed me to schedule my jail time for later that month. After I had finished the jail time, I wanted to start talking to people about what had happened. I want people to learn from my mistake. It just takes one second to change your life forever. I have driven down that road a thousand times since the crash trying to figure out how I missed seeing him."

Driving Distracted Fatality File – Spanish

La historia de Laura – "Conduje distraída y murió un hombre"

Laura Maurer no es una víctima de la conducción distraída. Fue una autora. Ahora vive con el hecho de que un marido, padre y abuelo de 75 años está muerto porque ella bajó la vista a su teléfono

mientras conducía.

El accidente ocurrió el 14 de julio de 2014, a las afueras de Brooklyn, Iowa, en la carretera F-29 del condado de Poweshiek (antigua autopista 6). Maurer, que ahora tiene 39 años, se había apartado de la carretera para enviar un mensaje de texto al profesor de baile de su hija. Volvió a la carretera y recorrió unos cuantos kilómetros cuando su teléfono emitió el familiar "ding" de un mensaje de texto entrante. "Oí el sonido un par de veces, así que miré hacia abajo un segundo para comprobar mi teléfono. Todavía no sé cómo no lo vi", dijo Maurer.

En el mismo segundo en que Maurer miraba hacia abajo, Marvin Beck, de Malcom, conducía su tractor Cub Cadet y tiraba de un motocultor a un lado de la carretera. El Buick Enclave que conducía Maurer chocó con la fresadora y Beck salió despedido del asiento del tractor.

"Me detuve de inmediato y corrí hacia él", dijo. "Se aferró a mí y trató de levantarse. Llamé al 911. Dos de sus hijos llegaron antes que la ambulancia y empezaron a hacerle la reanimación. Estaba en la parte trasera del coche de policía cuando me dijeron que no había sobrevivido".

Maurer, que vive en las afueras de Brooklyn con su marido y sus dos hijos, no conocía a Beck directamente, pero su hija de 13 años y su nieto están en el mismo curso en la BGM Community School y Maurer conocía a dos de sus hijos y sus familias a través de la iglesia.

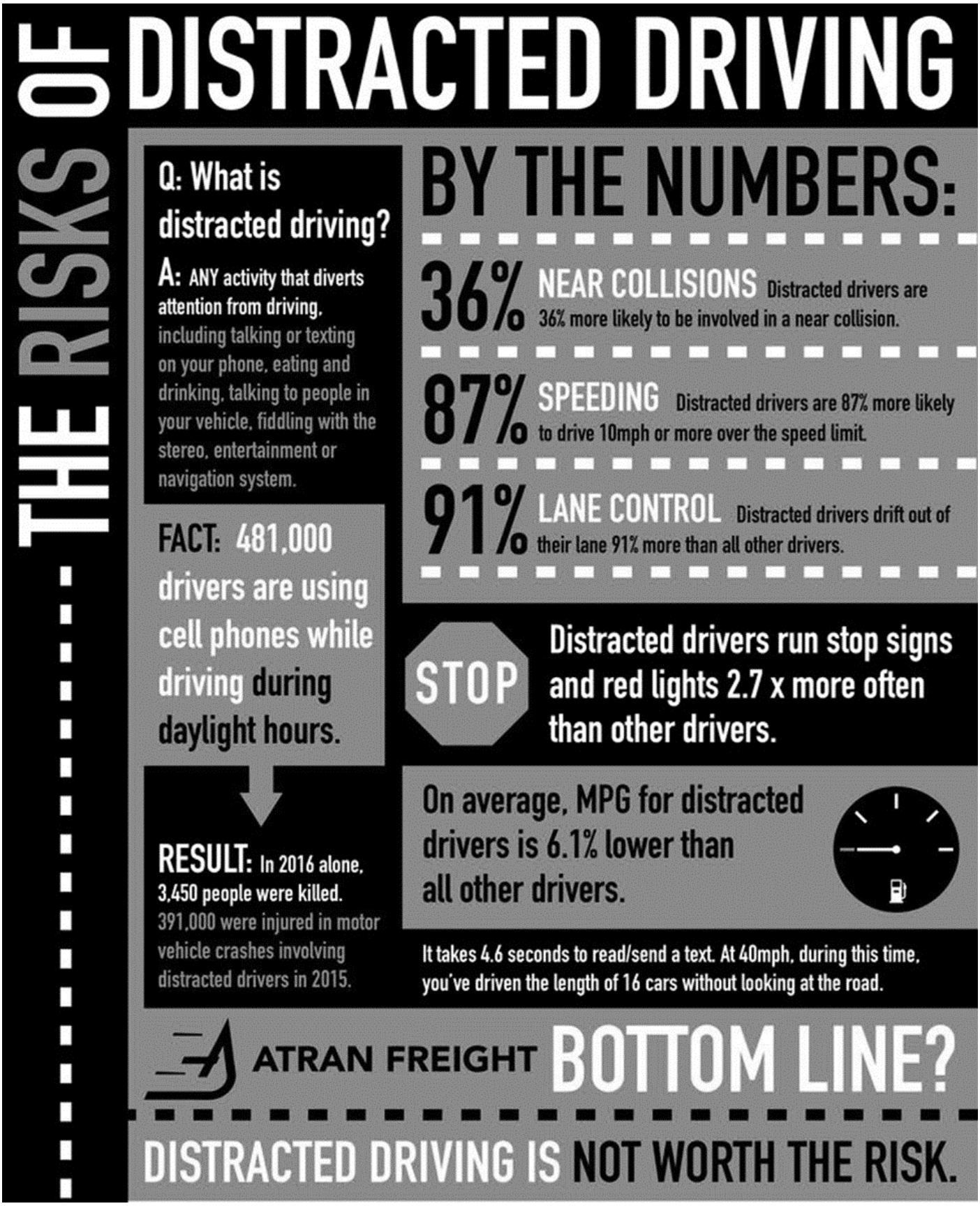
IMG_4643Maurer dijo: "Estaba destrozada. No sabía cómo sentirme o qué podía hacer. Sólo quería esconderme. Como intenté retirarme, creo que la familia Beck pensó que no lo sentía. No podía comer. No podía dormir. Era muy difícil conducir. Pero nada de lo que estaba pasando puede compararse con el dolor que sentía la familia Beck. Y fue mi culpa. Hice algo malo y tenía que pagar las consecuencias".

La investigación duró más de siete meses. El 20 de febrero de 2015, Maurer fue multado por conducción distraída. "Me declaré

culpable porque era culpable”, dijo Maurer. “Hice lo que había predicado a los demás que no hicieran. Conduje distraído y un hombre murió”.

El 14 de julio de 2015, exactamente un año después del accidente, Maurer fue condenado a 14 días de cárcel y 200 horas de servicio comunitario. “No sabía lo que iba a pasar, así que estaba preparado para ir a la cárcel ese día”, dijo Maurer. “Pero me permitieron programar mi tiempo en la cárcel para más tarde ese mes. Cuando terminé el tiempo en la cárcel, quise empezar a hablar con la gente sobre lo que había pasado. Quiero que la gente aprenda de mi error. Sólo hace falta un segundo para cambiar tu vida para siempre. He conducido por esa carretera miles de veces desde el accidente tratando de entender cómo no lo vi”.

Driving Distracted Infographic



Source: https://atranfreight.com/

Driving Distracted Infographic – Spanish



Fuente: https://www.ro-des.com

Laundry Workers Meeting Kit

What’s At Stake

Laundry workers wash, dry, steam, iron, dye, and chemically treat fabrics in commercial laundry services, hospitals, detention facilities, hotels, and other settings. Laundry can be heavy, treated with chemicals, and the work environment can be hot and humid.

THE NUTS AND BOLTS OF LAUNDRY WORK

- Safety begins when you first contact dirty linens. Linens may be contaminated with bodily fluids, body tissues, and even needles. Get the pathogens. Wear gloves and practice good hand washing.
- Chemical detergents, bleaches, fabric softeners, and starches clean laundry. Some laundry is treated with stain removal solutions, dyes, fire retardants, and waterproofing. Contact with concentrated chemicals can cause skin sensitivities.
- Hot water, hot irons, and steam presses can make a hot and humid environment.
- Moving machinery like washers that agitate and spin laundry, dryers that spin and tumble laundry, robotic arms and conveyors that move items can cause severe injuries if you come into contact with them.
- Laundry can be heavy. When you manually move laundry, break down the loads into smaller batches to avoid ergonomic strains.
- When you finish, fold, press, and hang items, work at a level that is comfortable to use and close to your body. Adjustable tables ensure that you don’t have to reach up or bend over to do your work.

What’s the Danger

REDUCE THE RISK FACTORS FOR REPETITIVE MOTION INJURIES (RMI)

Continual twisting and reaching while working with extended arms can contribute to the development of repetitive motion injuries. However, the risk for such injuries while folding towels is somewhat lower than for the ” ironing and folding” of bedsheets and pillowcases. Some control over the pace of work and some flexibility in the working postures are responsible for the reduced risk.

Sorting and washing. In the laundry processing, the “sorting and washing” operations are typically manual material handling tasks. These tasks pose the risk for low back pain.

Manual material handling cannot be fully eliminated but it is possible to reduce it by reorganizing the flow of work. For example, instead of sorting towels and linen before loading them into the bins, it would be preferable to load the laundry in the bins directly from the pile under the chute. This would eliminate handling the same laundry twice.

Further improvements of working conditions can be achieved by reducing stressful body movements while handling the laundry. Shortening the laundry chute (pipe) through which laundry is dropped would create more space so that the laundry would not compress against the pipe itself. As a consequence, the sorting of the laundry would require less pulling force.

To reduce bending while reaching for the laundry at the bottom of the bins, use different types of bins. For example, a bin with one side that opens mounted on a moveable tilt/lift table.

To reduce pulling and pushing while maneuvering the bins full of laundry, it would be advisable to use lighter bins with wheels designed for hard floors.

Working in the “sorting and washing” areas requires prolonged standing on a concrete floor which may lead for lower leg

discomfort and fatigue. Ways prevent lower leg discomfort and fatigue are:

- wearing comfortable shoes that provide good cushioning,
- using proper inserts to lessen the stress on the feet and on the lower back, and
- using anti-fatigue matting if practice

Drying/Ironing and Folding. The overall workload, poor layout of the workstation, improper design of the laundry bins and the repetitiveness of the work are the major risk factors for repetitive motion injuries in the “drying/ironing and folding” job.

Providing bins with one side that opens on elevating devices would reduce bending and other awkward body positions while reaching for towels at the bottom of the bins.

To reduce awkward body positions such as reaching above shoulder level while feeding the dryer/ironer, it would be advisable to use a platform.

HOW TO PROTECT YOURSELF

GENERAL RECOMMENDATIONS

Incorporate different tasks to change the repetitive patterns of laundry work.

Job rotation requires workers to move between different tasks at fixed or irregular periods of time. Workers in the laundry cannot fully benefit from job rotation because all the tasks are similar in nature.

In team work, workers form a team, and each member of the team shares several different tasks. The whole team is involved in the planning of the work. The team controls all aspects of work. This improves attitude and job satisfaction, which are important factors in the prevention of occupational injuries and diseases.

BEST LAUNDRY SAFETY PRACTICES

- Protect your body from chemical and biohazards by wearing appropriate gloves, masks and aprons when working with soiled items or chemicals.
- Always have a sharps container available for safe disposal of sharps found in bags or carts. Use puncture-proof gloves when there may be a risk of sharps.
- Try to alternate hands, or alternate tasks or items to reduce repetition of the same body motion for prolonged periods. For example, alternate items when folding – switch between linens & towels.
- Sorting & folding table heights should be 5-15 cm below the elbows. If the table cannot be adjusted, a platform for the table or floor could be used.
- Report any cart or bin concerns (stiff wheels, moving difficulties, etc.) to your supervisor.
- Avoid overstuffing laundry bags. Larger bags can be modified by sewing up 1/3 from the bottom to ensure bags are not heavy. Also, false bottoms on laundry baskets limit bag capacity.
- Wear closed toe, non-slip footwear.
- Anti-fatigue matting in front of folding tables provides a softer surface for prolonged standing.

FINAL WORD

Doing repetitive tasks all day can lead to overuse of your muscles. Try to vary your job tasks, rotate assignments, and take frequent short breaks to reduce fatigue and the risk of ergonomic injury.

Laundry Workers Meeting Kit –

Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los trabajadores de lavanderías lavan, secan, vaporizan, planchan, tiñen y tratan químicamente tejidos en servicios de lavandería comercial, hospitales, centros de detención, hoteles y otros entornos. La colada puede ser pesada, tratarse con productos químicos y el entorno de trabajo puede ser caluroso y húmedo.

LOS PRINCIPIOS DEL TRABAJO DE LAVANDERÍA

- La seguridad comienza en el primer contacto con la ropa de cama sucia. La ropa blanca puede estar contaminada con fluidos corporales, tejidos corporales e incluso agujas. Detecte los agentes patógenos. Utilice guantes y lávese bien las manos.
- Los detergentes químicos, las lejías, los suavizantes y los almidones limpian la ropa. Algunas prendas se tratan con soluciones quitamanchas, tintes, ignífugos e impermeabilizantes. El contacto con productos químicos concentrados puede provocar sensibilidad cutánea.
- El agua caliente, las planchas calientes y las prensas de vapor pueden crear un ambiente caluroso y húmedo.
- La maquinaria en movimiento, como las lavadoras que agitan y centrifugan la ropa, las secadoras que centrifugan y dan la vuelta a la ropa, los brazos robóticos y las cintas transportadoras que mueven artículos pueden causar lesiones graves si se entra en contacto con ellos.
- La colada puede ser pesada. Cuando mueva la ropa manualmente, divida las cargas en lotes más pequeños para evitar tensiones ergonómicas.
- Cuando termine, doble, planche y cuelgue prendas, trabaje a un nivel que le resulte cómodo y cercano a su cuerpo. Las mesas ajustables garantizan que no tenga que estirarse o agacharse para hacer su trabajo.

CUÁL ES EL PELIGRO

REDUCIR LOS FACTORES DE RIESGO DE LAS LESIONES POR MOVIMIENTOS REPETITIVOS (RMI)

Las torsiones y los estiramientos continuos mientras se trabaja con los brazos extendidos pueden contribuir a la aparición de lesiones por movimientos repetitivos. Sin embargo, el riesgo de sufrir este tipo de lesiones al doblar toallas es algo menor que al "planchar y doblar" sábanas y fundas de almohada. Un cierto control sobre el ritmo de trabajo y cierta flexibilidad en las posturas de trabajo son responsables de la reducción del riesgo.

Clasificación y lavado. En el tratamiento de la ropa, las operaciones de "clasificación y lavado" suelen ser tareas manuales de manipulación de materiales. Estas tareas suponen un riesgo de lumbalgia.

La manipulación manual de materiales no puede eliminarse por completo, pero es posible reducirla reorganizando el flujo de trabajo. Por ejemplo, en lugar de clasificar las toallas y la ropa blanca antes de cargarlas en los cestos, sería preferible cargar la ropa en los cestos directamente desde la pila situada bajo la rampa. Esto evitaría tener que manipular la misma ropa dos veces.

Se pueden mejorar aún más las condiciones de trabajo reduciendo los movimientos corporales estresantes al manipular la ropa. Si se acorta el conducto por el que cae la ropa, se creará más espacio para que la ropa no se comprima contra el propio conducto. Como consecuencia, la clasificación de la ropa requeriría menos fuerza de tracción.

Para reducir la flexión al alcanzar la ropa en el fondo de los cestos, utilice diferentes tipos de cestos. Por ejemplo, un cubo con un lado que se abre montado en una mesa basculante/elevable móvil.

Para reducir los tirones y empujones al maniobrar con los cestos llenos de ropa, sería aconsejable utilizar cestos más ligeros con ruedas diseñados para suelos duros.

El trabajo en las zonas de “clasificación y lavado” requiere permanecer de pie durante mucho tiempo sobre un suelo de hormigón, lo que puede provocar molestias y fatiga en la parte inferior de las piernas. Algunas formas de prevenir las molestias y la fatiga en la parte inferior de las piernas son:

- llevar zapatos cómodos que proporcionen una buena amortiguación,
- utilizar plantillas adecuadas para reducir la tensión en los pies y en la zona lumbar, y
- utilizar alfombrillas antifatiga si se practica

Secado/planchado y plegado. La carga global de trabajo, la mala disposición del puesto de trabajo, el diseño inadecuado de los cestos de la ropa y la repetitividad del trabajo son los principales factores de riesgo de lesiones por movimientos repetitivos en el trabajo de “secado/planchado y plegado”.

Disponer de cestos con un lado que se abre mediante dispositivos elevadores reduciría las flexiones y otras posturas corporales incómodas al alcanzar las toallas en el fondo de los cestos.

Para reducir las posturas corporales incómodas, como alcanzar por encima del nivel de los hombros mientras se alimenta la secadora/planchadora, sería aconsejable utilizar una plataforma.

COMO PROTEGERSE

RECOMENDACIONES GENERALES

Incorporar tareas diferentes para cambiar los patrones repetitivos del trabajo de lavandería.

La rotación laboral requiere que los trabajadores pasen de una tarea a otra en periodos de tiempo fijos o irregulares. Los trabajadores de la lavandería no pueden beneficiarse plenamente de la rotación laboral porque todas las tareas son de naturaleza similar.

En el trabajo en equipo, los trabajadores forman un equipo y cada miembro del equipo comparte varias tareas diferentes. Todo el

equipo participa en la planificación del trabajo. El equipo controla todos los aspectos del trabajo. Esto mejora la actitud y la satisfacción en el trabajo, que son factores importantes en la prevención de lesiones y enfermedades profesionales.

MEJORES PRÁCTICAS DE SEGURIDAD EN LAVANDERÍA

- Proteja su cuerpo de los riesgos químicos y biológicos utilizando guantes, mascarillas y delantales adecuados cuando trabaje con artículos sucios o productos químicos.
- Tenga siempre a mano un contenedor de objetos punzantes para desechar de forma segura los que se encuentren en bolsas o carros. Utilice guantes a prueba de pinchazos cuando pueda haber riesgo de objetos punzantes.
- Intente alternar las manos, o alternar tareas u objetos para reducir la repetición del mismo movimiento corporal durante periodos prolongados. Por ejemplo, alterne los elementos al doblar: alterne entre sábanas y toallas.
- La altura de las mesas de clasificación y plegado debe estar entre 5 y 15 cm por debajo de los codos. Si la mesa no puede ajustarse, puede utilizarse una plataforma para la mesa o el suelo.
- Informe a su supervisor de cualquier problema con el carro o el cubo (ruedas rígidas, dificultades de movimiento, etc.).
- Evite llenar demasiado las bolsas de la ropa sucia. Las bolsas más grandes pueden modificarse cosiendo 1/3 de la parte inferior para que no pesen demasiado. Además, los falsos fondos de los cestos de ropa limitan la capacidad de las bolsas.
- Utilice calzado antideslizante con puntera cerrada.
- Las alfombrillas antifatiga situadas delante de las mesas plegables proporcionan una superficie más blanda para permanecer de pie durante periodos prolongados.

CONCLUSIÓN

Realizar tareas repetitivas durante todo el día puede provocar una sobrecarga muscular. Intente variar las tareas de su trabajo, rote las asignaciones y haga pausas cortas frecuentes para reducir la

fatiga y el riesgo de lesiones ergonómicas.

Laundry Workers Stats and Facts

FACTS

Common potential hazards and dangers associated with the commercial laundry process at a local establishment, hospital, hotel, or other facility that harm and kill employees include:

- Hazardous Chemicals
- Personal Protective Equipment
- Latex Allergies
- Slips, Trips, & Falls
- Pushing and Lifting Hazards
- Heat Stress
- Fire Hazard
- Noise Exposure
- Sharps Handling

STATS

- According to the National Statistics Annual Business Inquiry, the dry cleaning and laundry industry employs around 39,000 people. This covers everything from independent dry cleaners to industrial laundries and onsite laundering facilities in the health and hospitality sectors.
- According to the Health and Safety Executive (HSE), the majority of laundry accidents are caused by four main factors. Firstly, manual handling, which accounts for over a third of all injuries; slips and trips which make up a quarter of injuries; being hit by falling objects and coming into contact with moving machinery. These four causes

account for almost 90 per cent of all reported injuries.

- According to the US Bureau of Labor Statistics, involving employment data of the previous year, there were 6000 Laundry Workers at work in the Chicago, Naperville, and Arlington Heights metropolitan area.
- During the fall 2020, the Laundry Workers Center started surveying workers at the retail laundromat industry across New Jersey. Laundry workers face customer aggression, discrimination, unsafe working conditions, and much more. There is a discrepancy in the amount of labor laundromat workers put in compared to the pay and benefits they actually receive.
- NJ laundromat workers comprise a predominantly female and immigrant workforce. 9 % of respondents to a survey conducted under this study were women, and 87 % were immigrants.

Laundry Workers Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Entre los riesgos y peligros potenciales más comunes asociados al proceso de lavandería comercial en un establecimiento local, hospital, hotel u otra instalación que dañan y matan a los empleados se incluyen:

- Productos químicos peligrosos
- Equipo de protección personal
- Alergias al látex
- Resbalones, tropiezos y caídas
- Riesgos por empujar y levantar objetos
- Estrés por calor

- Peligro de incendio
- Exposición al ruido
- Manipulación de objetos punzantes

ESTADÍSTICAS

- Según la Encuesta Empresarial Anual de Estadísticas Nacionales, el sector de la limpieza en seco y la lavandería emplea a unas 39.000 personas. Abarca desde tintorerías independientes hasta lavanderías industriales e instalaciones de lavado in situ en los sectores sanitario y hostelero.
- Según el Health and Safety Executive (HSE), la mayoría de los accidentes en lavanderías se deben a cuatro factores principales. En primer lugar, la manipulación manual, que representa más de un tercio de todas las lesiones; los resbalones y tropiezos, que suponen una cuarta parte de las lesiones; los golpes por caída de objetos y el contacto con maquinaria en movimiento. Estas cuatro causas representan casi el 90% de todas las lesiones notificadas.
- Según la Oficina de Estadísticas Laborales de EE.UU., con datos de empleo del año anterior, había 6.000 trabajadores de lavanderías trabajando en el área metropolitana de Chicago, Naperville y Arlington Heights.
- Durante el otoño de 2020, el Laundry Workers Center comenzó a encuestar a los trabajadores del sector de las lavanderías en Nueva Jersey. Los trabajadores de lavanderías se enfrentan a agresiones por parte de los clientes, discriminación, condiciones de trabajo inseguras y mucho más. Hay una discrepancia en la cantidad de trabajo que los trabajadores de lavanderías ponen en comparación con el salario y los beneficios que realmente reciben.
- Los trabajadores de las lavanderías de Nueva Jersey son predominantemente mujeres e inmigrantes. El 9 % de quienes respondieron a una encuesta realizada en el marco de este estudio eran mujeres, y el 87 %, inmigrantes.

Laundry Workers Fatality File

Laundry worker died of heat inside giant washing machine

A laundry worker died of heat exhaustion after climbing into a giant industrial washing machine to free some sheets and getting stuck, an inquest heard yesterday.

Paul Clegg, 23, was caught inside for more than two hours because other staff did not know there was an escape hatch on the 13-metre-long machine. It washed at up to 75C (167F) and had been running shortly before climbed into it on March 21.

Coroner Sheriff Payne told the Bournemouth inquest that staff called the fire brigade when it became clear their colleague was struggling to get out. Fire commander Tim Spring arrived at 9.38am when Mr. Clegg was still conscious. “I asked on three or four occasions if there was an access panel. They said there was not,” he told the inquest.

The fire crew cut through the wall of the stainless-steel machine to give Mr. Clegg oxygen, but by the time he was pulled out at 11.33am he had lost consciousness and was pronounced dead on arrival at hospital. A postmortem examination gave the cause as hyperthermia.

David Lewis, engineer on duty at Sunlight Textile Services in Bournemouth, told the inquest he had no qualifications and learned about the machine “on the job”. There was no written procedure for entering the machine, or a set time to allow it to cool first. He confirmed he was one of those unable to answer the fire commander, as he had not known there was an escape hatch.

Questioned by Christopher Orchard, the solicitor representing Mr.

Clegg’s family, Mr. Lewis said there was a manual, but he had not read it and had never been asked to do so.

Laundry worker Jamie Woodford told the inquest he too had entered the machine, and realised Mr. Clegg was in trouble when he shouted: “Get me out, I’m stuck.”

Mr. Woodford shouted to colleagues outside, and eventually made his way back to raise the alarm. He knew nothing of an access panel close to where Mr. Clegg collapsed.

The laundry’s chief engineer, Jim McGuirk, on a health and safety committee which met monthly, told the inquest jurors, to gasps from Mr. Clegg’s family, that he, too, did not know of any access panel.

Laundry Workers Fatality File – Spanish

Un trabajador de una lavandería murió de calor dentro de una lavadora gigante

Un trabajador de una lavandería murió de agotamiento por calor tras meterse en una lavadora industrial gigante para liberar unas sábanas y quedarse atascado, según se declaró ayer en una investigación.

Paul Clegg, de 23 años, permaneció atrapado en el interior durante más de dos horas porque otros empleados no sabían que la lavadora, de 13 metros de largo, tenía una trampilla de evacuación. Se lavó en hasta 75C (167F) y había estado funcionando poco antes de subir a ella el 21 de marzo.

El juez de instrucción Sheriff Payne dijo en la investigación de Bournemouth que el personal llamó a los bomberos cuando se hizo evidente que su colega estaba luchando por salir. El comandante de bomberos Tim Spring llegó a las 9.38 de la mañana cuando el Sr. Clegg aún estaba consciente. “Pregunté en tres o cuatro ocasiones si había un panel de acceso. Me dijeron que no”, declaró en la investigación.

Los bomberos cortaron la pared de la máquina de acero inoxidable para suministrar oxígeno al Sr. Clegg, pero cuando lo sacaron a las 11.33 horas había perdido el conocimiento y fue declarado muerto al llegar al hospital. La autopsia determinó que la causa había sido hipertermia.

David Lewis, ingeniero de servicio de Sunlight Textile Services en Bournemouth, declaró en la investigación que no tenía ninguna cualificación y que aprendió a manejar la máquina “en el trabajo”. No había ningún procedimiento escrito para entrar en la máquina, ni un tiempo determinado para dejar que se enfriara primero. Confirmó que fue uno de los que no pudo responder al comandante de bomberos, ya que no sabía que había una escotilla de escape.

Interrogado por Christopher Orchard, el abogado que representa a la familia del Sr. Clegg, el Sr. Lewis dijo que había un manual, pero que no lo había leído y que nunca se le había pedido que lo hiciera.

Jamie Woodford, trabajador de la lavandería, dijo en la investigación que él también había entrado en la máquina y que se dio cuenta de que Clegg tenía problemas cuando gritó: “Sácame, estoy atascado”.

El Sr. Woodford gritó a sus compañeros que estaban fuera y finalmente regresó para dar la alarma. No sabía nada de un panel de acceso cerca de donde se desplomó el Sr. Clegg.

El ingeniero jefe de la lavandería, Jim McGuirk, que formaba parte de un comité de salud y seguridad que se reunía mensualmente, dijo a los miembros del jurado, ante las exclamaciones de la familia del Sr. Clegg, que él tampoco conocía ningún panel de acceso.

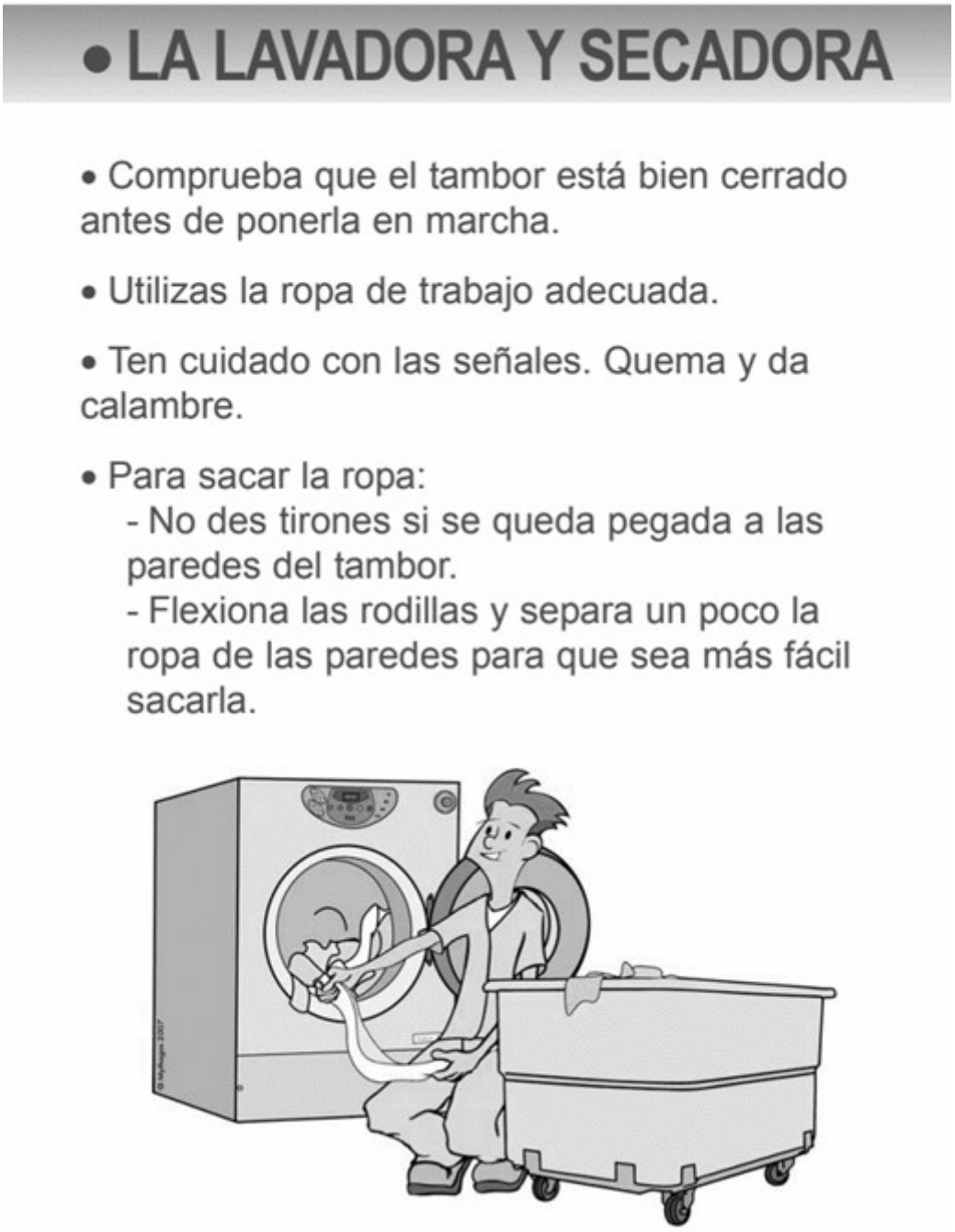
Laundry Workers Infographic



Source: https://www.thespruce.com

Laundry Workers Infographic –

Spanish



Fuente: https://edificioseguro.files.wordpress.com

Lead In Construction Meeting

Kit

What’s At Stake

In the construction industry, lead exposure is a serious issue that many workers face every day. Lead exposure can occur during a variety of job activities. Lead is common in a wide range of materials including paints and other coatings, lead mortars, and base metals, which may be welded on, or abrasive blasted. Lead presents a potentially serious occupational health hazard when the lead-containing particulates become airborne.

What’s the Danger

HEALTH HAZARDS OF LEAD EXPOSURE

Pure lead (Pb) is a heavy metal at room temperature and pressure. A basic chemical element, it can combine with various other substances to form numerous lead compounds.

Lead can damage the central nervous system, cardiovascular system, reproductive system, hematological system, and kidneys. When absorbed into the body in high enough doses, lead can be toxic.

Workers’ lead exposure can harm their children’s development.

Short-term (acute) overexposure—as short as days—can cause acute encephalopathy, a condition affecting the brain that develops quickly into seizures, coma, and death from cardiorespiratory arrest.

Extended, long-term (chronic) overexposure can result in severe damage to the central nervous system, particularly the brain. It can also damage the blood-forming, urinary, and reproductive systems.

Lead may negatively affect the blood system, nervous system, kidneys, and reproductive organs. A worker who is exposed to lead

above the action level must have a blood test to determine the amount of lead in the blood. If the blood test results indicate that the worker has been overexposed to lead, then the worker must be removed from working with lead.

Workers who desire medical advice about reproductive issues related to lead should contact qualified medical personnel to arrange for a job evaluation and medical follow-up—particularly if they are pregnant or actively seeking to have a child. Workers exposed to lead who have concerns about reproductive issues must make medical examinations and consultations available.

HOW TO PROTECT YOURSELF

CONSTRUCTION WORKERS AND LEAD EXPOSURE – How Lead is Used

In construction, lead is used frequently for roofs, cornices, tank linings, and electrical conduits. In plumbing, soft solder, used chiefly for soldering tinplate and copper pipe joints, is an alloy of lead and tin. Soft solder has been banned for many uses in the United States.

The Consumer Product Safety Commission bans the use of lead-based paint in residences. Because lead-based paint inhibits the rusting and corrosion of iron and steel, however, lead continues to be used on bridges, railways, ships, lighthouses, and other steel structures, although substitute coatings are available.

Construction projects vary in their scope and potential for exposing workers to lead and other hazards. Projects such as removing paint from a few interior residential doors may involve limited exposure. Other projects, however, may involve removing or stripping substantial quantities of lead-based paints on large bridges and other structures.

COMMON JOBS ON A CONSTRUCTION SITE THAT MIGHT EXPOSE A WORKER TO LEAD EXPOSURE

- Renovating or demolishing structures that have lead-painted surfaces.

- Removing lead-based paint or spray painting with lead-based paint.
- Sandblasting steel structures that are painted with lead.
- Grinding, cutting, or torching metal surfaces that are painted with lead.
- Welding, cutting, or removing pipes, joints, or ductwork that contain lead or are painted with lead.
- Lead soldering.
- Cutting or stripping lead-sheathed cable.
- Cleaning up sites where there is lead dust.

VULNERABLE/CONSTRUCTION WORKERS

Workers potentially at risk for lead exposure include those involved in iron work; demolition work; painting; lead-based paint abatement; plumbing; heating and air conditioning maintenance and repair; electrical work; and carpentry, renovation, and remodeling work. Plumbers, welders, and painters are among those workers most exposed to lead. Significant lead exposures also can arise from removing paint from surfaces previously coated with lead-based paint such as bridges, residences being renovated, and structures being demolished or salvaged. With the increase in highway work, bridge repair, residential lead abatement, and residential remodeling, the potential for exposure to lead-based paint has become more common.

Workers at the highest risk of lead exposure are those involved in:

- Abrasive blasting
- Welding, cutting, and burning on steel structures.

BEST GENERAL LEAD SAFETY PRACTICES

- Use safe work practices such as wetting down paints and coatings to keep dust out of the air.
- Change clothes and wash up before eating, drinking, or smoking. Eat, drink, and smoke only in clean areas.
- Use personal protective equipment (PPE) like gloves, special clothing, and a respirator.
- Make sure the respirator fits and is worn and maintained

properly.
- Change clothes and wash up before going home. Lead dust on clothes or in the car could expose the family to lead. Children are more susceptible to lead than adults.

FINAL WORD

Workers are exposed to a variety of hazardous substances on construction sites. One such hazard is lead, commonly used in pipes, paint, and other commonly used construction materials. Although lead is extremely useful, it is also highly toxic, with the odds of adverse health effects increasing with the duration of exposure.

Lead In Construction Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

En el sector de la construcción, la exposición al plomo es un problema grave al que muchos trabajadores se enfrentan cada día. La exposición al plomo puede producirse durante diversas actividades laborales. El plomo es común en una amplia gama de materiales, como pinturas y otros revestimientos, morteros de plomo y metales comunes, que pueden soldarse o someterse a chorreado abrasivo. El plomo representa un riesgo potencialmente grave para la salud ocupacional cuando las partículas que lo contienen se transportan por el aire.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS PARA LA SALUD DERIVADOS DE LA EXPOSICIÓN AL PLOMO

El plomo puro (Pb) es un metal pesado a temperatura y presión ambiente. Es un elemento químico básico que puede combinarse con otras sustancias para formar numerosos compuestos de plomo.

El plomo puede dañar el sistema nervioso central, el sistema cardiovascular, el sistema reproductor, el sistema hematológico y los riñones. Cuando se absorbe en el organismo en dosis suficientemente altas, el plomo puede ser tóxico.

La exposición al plomo de los trabajadores puede perjudicar el desarrollo de sus hijos.

La sobreexposición a corto plazo (aguda) –tan corta como unos días- puede causar encefalopatía aguda, una enfermedad que afecta al cerebro y evoluciona rápidamente a convulsiones, coma y muerte por paro cardiorrespiratoria.

La sobreexposición prolongada (crónica) puede provocar graves daños en el sistema nervioso central, especialmente en el cerebro. puede dañar los sistemas hematopoyético, urinario y reproductor.

El plomo puede afectar negativamente al sistema sanguíneo, el sistema nervioso, los riñones y los órganos reproductores. Un trabajador expuesto al plomo por encima del nivel de acción debe someterse a un análisis de sangre para determinar la cantidad de plomo en la sangre. Si los resultados del análisis de sangre indican que el trabajador ha estado sobreexpuesto al plomo, debe dejar de trabajar con plomo.

Los trabajadores que deseen asesoramiento médico sobre cuestiones reproductivas relacionadas con el plomo deben ponerse en contacto con personal médico cualificado para concertar una evaluación laboral y un seguimiento médico, especialmente si están embarazadas o desean tener un hijo. Los trabajadores expuestos al plomo que tengan inquietudes sobre cuestiones reproductivas deben

poner a su disposición exámenes y consultas médicas.

COMO PROTEGERSE

TRABAJADORES DE LA CONSTRUCCIÓN Y EXPOSICIÓN AL PLOMO – Cómo se utiliza el plomo

En la construcción, el plomo se utiliza con frecuencia en tejados, cornisas, revestimientos de tanques y conductos eléctricos. En fontanería, la soldadura blanda, utilizada principalmente para soldar juntas de tuberías de hojalata y cobre, es una aleación de plomo y estaño. La soldadura blanda ha sido prohibida para muchos usos en Estados Unidos.

La Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo prohíbe el uso de pintura con plomo en las viviendas. Sin embargo, como la pintura con plomo inhibe la oxidación y la corrosión del hierro y el acero, el plomo sigue utilizándose en puentes, ferrocarriles, barcos, faros y otras estructuras de acero, aunque existen revestimientos sustitutivos.

Los proyectos de construcción varían en cuanto a su alcance y potencial de exposición de los trabajadores al plomo y otros peligros. Proyectos como la eliminación de pintura de algunas puertas interiores de viviendas pueden implicar una exposición limitada. Otros proyectos, sin embargo, pueden implicar la eliminación o el decapado de cantidades sustanciales de pinturas con base de plomo en grandes puentes y otras estructuras.

TRABAJOS COMUNES EN UNA OBRA DE CONSTRUCCIÓN QUE PUEDEN EXPONER A UN TRABAJADOR A LA EXPOSICIÓN AL PLOMO

- Renovación o demolición de estructuras que tienen superficies pintadas con plomo.
- Quitar pintura con base de plomo o pintar con pintura con base de plomo.
- Limpieza con chorro de arena de estructuras de acero pintadas con plomo.
- Esmerilado, corte o quemado con soplete de superficies metálicas pintadas con plomo.

- Soldar, cortar o retirar tuberías, juntas o conductos que contengan plomo o estén pintados con plomo.
- Soldar con plomo.
- § Cortar o pelar cables recubiertos de plomo.
- Limpiar lugares donde haya polvo de plomo.

TRABAJADORES VULNERABLES/DE LA CONSTRUCCIÓN

Entre los trabajadores con riesgo potencial de exposición al plomo se encuentran los que realizan trabajos de forja, demolición, pintura, reducción de pinturas con plomo, fontanería, mantenimiento y reparación de sistemas de calefacción y aire acondicionado, trabajos de electricidad y trabajos de carpintería, renovación y remodelación. Los fontaneros, soldadores y pintores se encuentran entre los trabajadores más expuestos al plomo. También pueden producirse exposiciones significativas al plomo al retirar la pintura de superficies previamente recubiertas con pintura a base de plomo, como puentes, residencias que se están renovando y estructuras que se están demoliendo o recuperando. Con el aumento de los trabajos en autopistas, la reparación de puentes, la reducción del plomo en viviendas y la remodelación de viviendas, la posibilidad de exposición a pintura con plomo se ha hecho más común.

Los trabajadores con mayor riesgo de exposición al plomo son los que participan en:

- Chorro abrasivo
- Soldadura, corte y quemado en estructuras de acero.

MEJORES PRÁCTICAS GENERALES DE SEGURIDAD CONTRA EL PLOMO

- Utilice prácticas de trabajo seguras, como humedecer las pinturas y revestimientos para mantener el polvo fuera del aire.
- Cámbiese de ropa y lávese antes de comer, beber o fumar. Coma, beba y fume sólo en zonas limpias.
- Utilice equipos de protección personal (EPP) como guantes, ropa especial y una mascarilla.
- Asegúrese de que el respirador se ajusta y se lleva y mantiene correctamente.

- Cámbiese de ropa y lávese antes de volver a casa. El polvo de plomo en la ropa o en el vehículo puede exponer a la familia al plomo. Los niños son más susceptibles al plomo que los adultos.

CONCLUSIÓN

Los trabajadores están expuestos a diversas sustancias peligrosas en las obras de construcción. Uno de estos peligros es el plomo, utilizado habitualmente en tuberías, pintura y otros materiales de construcción de uso común. Aunque el plomo es extremadamente útil, también es muy tóxico, y las probabilidades de efectos adversos para la salud aumentan con la duración de la exposición.

Lead In Construction Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. La intoxicación por plomo es frecuente en la construcción. Es muy probable que se desprendan partículas de plomo durante las tareas de demolición, salvamento, renovación y limpieza. La soldadura y el corte de algunas aleaciones metálicas pueden desprender partículas de plomo, contaminando la ropa, el pelo, las herramientas o incluso los alimentos del trabajador. Los empleados que no estén debidamente protegidos o trabajen en una obra insegura también podrían inhalar cantidades tóxicas durante la aplicación o retirada de pinturas con plomo.

2. El plomo es responsable de una de las primeras enfermedades profesionales registradas.

3. El plomo no tiene ninguna función biológica conocida. La exposición al plomo puede provocar su acumulación en el organismo y causar graves problemas de salud. Es tóxico y teratógeno.

4. Cuando los materiales que contienen plomo se procesan, trabajan o reciclan pueden crear polvo, humos o vapores. El cuerpo puede absorber el plomo al:

- La inhalación de polvo, vapores y humos de plomo, por ejemplo, la eliminación por chorro y la quema de pintura vieja con plomo; la fabricación y el procesamiento de compuestos de plomo
- Ingiriendo plomo, por ejemplo, comiendo, bebiendo, fumando o mordiéndose las uñas sin lavarse las manos y la cara.

5. Por lo general, el plomo no se absorbe a través de la exposición cutánea. El plomo absorbido en el trabajo circulará por la sangre. El cuerpo se deshace de una pequeña cantidad de plomo cada vez que va al baño, pero parte del plomo se mantendrá en el cuerpo, almacenado principalmente en los huesos. Puede mantenerse allí durante muchos años sin enfermar. Sin embargo, si los niveles de plomo en el organismo son demasiado elevados, puede causar problemas de salud.

ESTADÍSTICAS

- La OSHA calcula que 804.000 trabajadores de la industria general y otros 838.000 trabajadores de la construcción están potencialmente expuestos al plomo.
- Los niveles de plomo variaban ampliamente, de 20 a 8.300 partes por millón (ppm), pero los trabajadores de la construcción tenían en general más del doble de niveles que los demás trabajadores, con una media de 775ppm frente a 296ppm.
- 5 de los trabajadores de la construcción tenían niveles de plomo superiores al límite recomendado por el gobierno de EE.UU. para las zonas de juego infantil al aire libre, 400ppm, niveles similares a los observados en estudios anteriores de viviendas cercanas a zonas Superfund y

fundiciones de plomo.

- El Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) estimó que, en 2019, la exposición al plomo representaba 900 000 muertes de trabajadores de la construcción y 21,7 millones de años de vida saludable perdidos (años de vida ajustados en función de la discapacidad, o AVAD) en todo el mundo debido a los efectos a largo plazo sobre la salud.
- IHME estimó que, en 2019, la exposición al plomo representaba el 62,5% de la carga mundial de discapacidad intelectual del desarrollo cuya causa no es evidente, el 8,2% de la carga mundial de cardiopatía hipertensiva, el 7,2% de la carga mundial de cardiopatía isquémica y el 5,65% de la carga mundial de accidente cerebrovascular.

Lead In Construction Stats and Facts

FACTS

1. Lead poisoning common is common in construction. Particles of lead are most likely to be released during demolition, salvage, renovation, and cleanup. The welding and cutting of some metal alloys can shed particles of lead, contaminating a worker’s clothes, hair, tools, or even the food they eat. Employees who are not properly protected or work on an unsafe construction site could also inhale toxic quantities during the application or removal of lead-based paints.

2. Lead is responsible for one of the first recorded occupational diseases.

3. Lead has no known biological role. Exposure to lead can lead to its accumulation in the body and cause serious health problems. It

is toxic, teratogenic.

4. When materials containing lead are processed, worked or recycled they can create dust, fume or vapour. The body can absorb lead by:

- breathing in lead dust, vapour and fumes, e.g., blast removal and burning of old lead paint; manufacture and processing of lead compounds
- ingesting lead, e.g., eating, drinking, smoking, or biting fingernails without washing the hands and face.

5. Lead is generally not absorbed through skin exposure. Any lead absorbed at work will circulate in the blood. The body gets rid of a small amount of lead each time it goes to the toilet, but some lead will stay in the body, stored mainly in the bones. It can stay there for many years without making you ill. However, if levels of lead in the body become too high, it can cause ill health.

STATS

- OSHA estimates that 804,000 workers in general industry and an additional 838,000 workers in construction are potentially exposed to lead.
- Lead levels varied widely, from 20 to 8,300 parts per million (ppm), but construction workers generally had more than twice the levels as the other workers, with an average of 775ppm compared to 296ppm.
- 5 of the construction workers had lead levels over the US government’s recommended limit for outdoor child play areas, 400ppm, similar to levels observed in previous studies of homes near Superfund sites and lead smelters.
- The Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) estimated that in 2019, lead exposure accounted for 900 000 construction workers deaths and 21.7 million years of healthy life lost (disability-adjusted life years, or DALYs) worldwide due to long-term effects on health.
- IHME estimated that in 2019, lead exposure accounted for

62.5% of the global burden of developmental intellectual disability whose cause is not obvious, 8.2% of the global burden of hypertensive heart disease, 7.2% of the global burden of the ischaemic heart disease and 5.65% of the global burden of stroke.

Lead In Construction Fatality File

WORKERS POISONED BY LEAD EXPOSURE IN THE CONSTRUCTION SITE

A worker at a metal alloy factory was admitted to hospital suffering from severe kidney pains. It was discovered that he had lead poisoning. He had been working with two colleagues making lead sheeting from molten lead in a workshop that produced lead sheeting for church roofs. His job was to scrape off the impurities, or dross, in a crucible containing molten lead.

An investigation by the Health and Safety Executive (HSE) found that conditions were so bad that a Prohibition Notice was served, halting all work with immediate effect. There were inadequate controls in place to protect the workers. It was also established that lunch breaks were taken in an old, lead-contaminated caravan with no running water. Water was collected in contaminated plastic milk cartons from a polluted hand washing area of the workshop. Work clothes were not removed before eating and drinking, and there was no toilet facility at the factory.

The worker was admitted to hospital for three weeks and continued to receive treatment for over a year. He was found to have lead-blood concentration of about 70 micro grams of lead per decilitre of blood (70µg/dl). Legislation requires most workers reaching a

lead-blood concentration of 60µg/dl to be suspended from work.

The worker who was admitted to hospital was off work for a year and can never work with lead again. The other workers were also found to be suffering from lead poisoning, including one who had swollen legs and was prescribed immunosuppression steroids. The toxic effects of lead and its compounds have been known for a very long time, and over-exposure to lead can have both acute and chronic health effects on workers. The sentencing judge stated to the defendant that “it would take the skill of Charles Dickens to adequately describe the conditions in which your staff worked”.

These lead poisoning incidents demonstrate that good occupational hygiene is an important factor in protecting workers. Those who own companies and manage workers who may be exposed must assess potential exposure and, where it is likely to be significant, ensure that adequate controls are in place to protect the health of its workers.

Lead In Construction Fatality File – Spanish

TRABAJADORES INTOXICADOS POR EXPOSICIÓN AL PLOMO EN LA CONSTRUCCIÓN

Un trabajador de una fábrica de aleaciones metálicas ingresó en el hospital aquejado de fuertes dolores renales. Se descubrió que estaba intoxicado por plomo. Había estado trabajando con dos compañeros fabricando láminas de plomo a partir de plomo fundido en un taller que producía láminas de plomo para tejados de iglesias. Su trabajo consistía en raspar las impurezas, o escoria,

de un crisol que contenía plomo fundido.

Una investigación del Health and Safety Executive (HSE) descubrió que las condiciones eran tan malas que se emitió un Aviso de Prohibición, por el que se interrumpía todo el trabajo con efecto inmediato. No había controles adecuados para proteger a los trabajadores. También se comprobó que las pausas para comer se hacían en una vieja caravana contaminada con plomo y sin agua corriente. El agua se recogía en cartones de leche de plástico contaminados de una zona de lavado de manos contaminada del taller. No se quitaban la ropa de trabajo antes de comer y beber, y no había aseos en la fábrica.

El trabajador ingresó en el hospital durante tres semanas y siguió recibiendo tratamiento durante más de un año. Se le detectó una concentración de plomo en sangre de unos 70 microgramos de plomo por decilitro de sangre (70µg/dl). La legislación obliga a suspender de empleo a la mayoría de los trabajadores que alcanzan una concentración de plomo en sangre de 60µg/dl.

El trabajador que ingresó en el hospital estuvo un año de baja y no podrá volver a trabajar con plomo. También se descubrió que los demás trabajadores sufrían envenenamiento por plomo, incluido uno que tenía las piernas hinchadas y al que se le recetaron esteroides inmunosupresores. Los efectos tóxicos del plomo y sus compuestos se conocen desde hace mucho tiempo, y la sobreexposición al plomo puede tener efectos agudos y crónicos sobre la salud de los trabajadores. El juez sentenciador declaró al acusado que “haría falta la habilidad de Charles Dickens para describir adecuadamente las condiciones en las que trabajaba su personal”.

Estos incidentes de intoxicación por plomo demuestran que una buena higiene laboral es un factor importante para proteger a los trabajadores. Quienes poseen empresas y dirigen a trabajadores que pueden estar expuestos deben evaluar la exposición potencial y, cuando sea probable que sea significativa, garantizar la existencia de controles adecuados para proteger la salud de sus trabajadores.

Lead In Construction Infographic – Spanish



Fuente: https://www.paho.org