Machine Shop Safety Stats and Facts

FACTS

The Most Common Machine Shop Injuries

1. Material handling and repetitive strain injuries.
2. Hand tool-related injuries.
3. Chemical hazards and poor ventilation.
4. Failure to act.
5. Poor guarding techniques.

STATS

- The Bureau of Labor Statistics estimates that workers operating and maintaining machinery on an annual basis experience approximately 18,000 amputations, lacerations, crushing injuries, abrasions and more than 800 fatalities.
- According to the U.S. Bureau of Labor Statistics, in 2019, just over 3 injury incidents happened per every 100 full-time machine shop workers.
- Machine guarding violations have been on the Occupational Safety and Health Administration’s Top Ten most frequently cited list from 2013 to 2019.
- Data from the NTOF also showed that machine always were responsible for 14% of occupational fatalities, making them the second leading cause of work-related deaths in the country.
- There was a total of 14,625 work-related deaths caused by machines – 770 deaths per year on average. During the same period, there was a 32% drop in work-related deaths caused by machines. There was a 22% drop in deaths caused by mobile machinery and a 56% drop in deaths caused by stationary machinery.
- The annual average occupational fatality rate (caused by

machines) was 0.6 per 100,000 FTE. There was a yearly drop of 2.8% in the overall machine-related occupational fatality rate per 100,000 FTE. Similarly, there was an annual drop of 2.6% in mobile machine-related fatality rate and a decline of 3.5% in fixed machine-related fatality rate per 100,000 FTE.

Machine Shop Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Las lesiones más comunes en el taller mecánico

1. La manipulación de materiales y las lesiones por esfuerzos repetitivos.
2. Lesiones relacionadas con las herramientas manuales.
3. Riesgos químicos y mala ventilación.
4. Falta de actuación.
5. Técnicas de vigilancia deficientes.

ESTADÍSTICAS

- La Oficina de Estadísticas Laborales estima que los trabajadores que operan y mantienen maquinaria sobre una base anual experimentan aproximadamente 18,000 amputaciones, laceraciones, lesiones por aplastamiento, abrasiones y más de 800 muertes.
- Según la Oficina de Estadísticas Laborales de Estados Unidos, en 2019 se produjeron algo más de 3 incidentes con lesiones por cada 100 trabajadores a tiempo completo en talleres mecánicos.
- Las infracciones de la protección de máquinas han estado en

la lista de las diez más citadas de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional de 2013 a 2019.

- Los datos de la NTOF también mostraron que las máquinas siempre fueron responsables del 14% de las muertes ocupacionales, lo que las convierte en la segunda causa principal de muertes relacionadas con el trabajo en el país.
- Hubo un total de 14.625 muertes relacionadas con el trabajo causadas por máquinas: 770 muertes al año de media. Durante el mismo periodo, se produjo un descenso del 32% en las muertes relacionadas con el trabajo causadas por máquinas. Las muertes causadas por máquinas móviles descendieron un 22% y las causadas por máquinas fijas un 56%.
- La tasa media anual de mortalidad laboral (causada por máquinas) fue de 0,6 por 100.000 ETC. Se produjo un descenso anual del 2,8% en la tasa global de mortalidad laboral relacionada con las máquinas por cada 100.000 ETC. Del mismo modo, se produjo un descenso anual del 2,6% en la tasa de mortalidad relacionada con máquinas móviles y un descenso del 3,5% en la tasa de mortalidad relacionada con máquinas fijas por cada 100.000 ETC.

Machine Shop Safety Fatality File

Machinist Fatally Injured from Being Pinned in Vertical Lathe

A 61-year-old male machinist (the victim) died after his clothing was caught by a clamp on the revolving turntable of a vertical lathe, and he was pinned against the machine parts. The 64″ diameter turntable held a ring of steel stock secured to the table by six holding clamps. A cutting arm tool on the machine was used

to bore the interior of the ring stock, producing metal turnings and filings that accumulated on the turntable and on the floor near the machine. A metal barrier guard shielded about two-thirds of the open side turntable from worker contact and deflected the metal turnings and filings. At the time of the incident, the victim was wearing gloves while standing next to the unguarded section of the turntable. The incident was unwitnessed, but apparently the victim either reached over the revolving table or fell onto it. His glove was caught by a clamp, and his body was pulled against the opening between the lathe housing and the cutting arm. A co-worker heard a sound, saw the victim pinned in the machine, and went to the shop office to call emergency medical services (EMS). A second co-worker went to the machine and turned off the power, stopping the machine. By this time, the victim had fallen back onto the shop floor. EMS responders and police arrived within several minutes. The victim was pronounced dead at the scene. The FACE investigator concluded that, to prevent similar incidents, employers should:

- ensure that revolving machine parts are sufficiently guarded
- review, revise where applicable, and enforce safety programs that include job-specific procedures for working with guarded machine parts and for shutting off and locking out machines before cleaning or maintenance.
- conduct scheduled and unscheduled worksite safety inspections, which should include observations of employees' work practices.
- develop policies and training programs that address the use of emergency shutoff devices for all workers who work near hazardous machines.
- In addition, employers of workers who are not fluent in English should:
- ensure that all workers receive initial and ongoing instructions on safe work practices in a manner that is clear, complete, and understandable to the employee.

Machine Shop Safety Fatality File – Spanish

Maquinista herido mortalmente al quedar atrapado en un torno vertical

Un maquinista de 61 años (la víctima) falleció después de que su ropa quedara atrapada por una abrazadera de la mesa giratoria de un torno vertical, y él quedara inmovilizado contra las piezas de la máquina. La mesa giratoria de 64″ de diámetro sujetaba un anillo de material de acero fijado a la mesa mediante seis abrazaderas de sujeción. La máquina utilizaba un brazo de corte para perforar el interior del anillo, lo que producía virutas y limaduras de metal que se acumulaban en el plato giratorio y en el suelo cerca de la máquina. Una barrera metálica protegía aproximadamente dos tercios de la plataforma giratoria lateral abierta del contacto con los trabajadores y desviaba las virutas y limaduras metálicas. En el momento del incidente, la víctima llevaba guantes y estaba de pie junto a la sección no protegida de la plataforma giratoria. El incidente no fue presenciado, pero al parecer la víctima alcanzó la mesa giratoria o cayó sobre ella. Su guante quedó atrapado por una abrazadera, y su cuerpo fue arrastrado contra la abertura entre la carcasa del torno y el brazo de corte. Un compañero oyó un ruido, vio a la víctima atrapada en la máquina y se dirigió a la oficina del taller para llamar a los servicios médicos de urgencia (SEM). Un segundo compañero se acercó a la máquina y cortó la corriente, deteniendo la máquina. En ese momento, la víctima había vuelto a caer al suelo del taller. Los socorristas y la policía llegaron al cabo de unos minutos. La víctima fue declarada muerta en el lugar de los hechos. El investigador de FACE concluyó que, para evitar incidentes similares, los empleadores deberían:

- asegurarse de que las piezas giratorias de las máquinas están suficientemente protegidas

- examinar, revisar en su caso y aplicar programas de seguridad que incluyan procedimientos específicos para trabajar con piezas de máquinas protegidas y para apagar y bloquear las máquinas antes de proceder a su limpieza o mantenimiento.
- realice inspecciones de seguridad programadas y no programadas en el lugar de trabajo, que deben incluir observaciones de las prácticas laborales de los empleados.
- desarrollar políticas y programas de capacitación que aborden el uso de dispositivos de desconexión de emergencia para todos los trabajadores que trabajen cerca de máquinas peligrosas.
- Además, los empleadores de trabajadores que no dominen el inglés deben:
- asegurarse de que todos los trabajadores reciben instrucciones iniciales y continuas sobre prácticas laborales seguras de forma clara, completa y comprensible para el empleado.

Machine Shop Safety Infographic

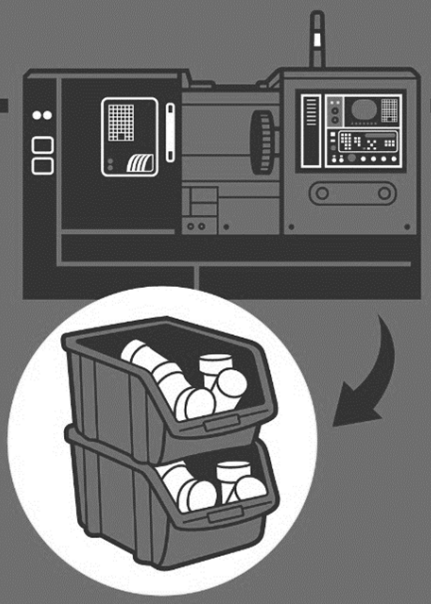
Make 5S a Reality in Your Machine Shop

Besides being an excellent organizing method, 5S is a way to involve each machinist in the practice of lean manufacturing and be responsible for outcomes in their work area. Get higher machine availability, lower defect rates, better use of space and improved safety. The key? 5S requires everyone's participation—and open communication and feedback.

1. Sort

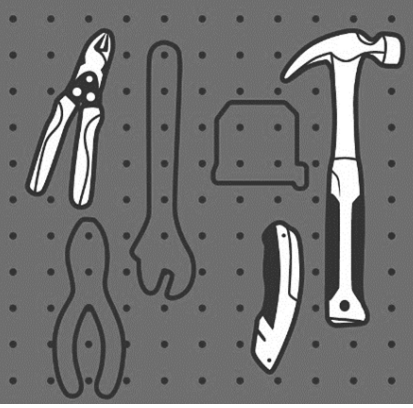
MINIMIZE unnecessary work later by removing items that you do not need. Use only what must be there and keep it close by.

If you have multiple machines, organize each individual work area to have the items always used nearby. Move those items never used elsewhere. Inventory management solutions such as vending and bin organization in close proximity to machinists can all help eliminating waste—and having only what is needed and used nearby.



2. Set

CREATE a visual work area for immediate clarity. Place tools and frequently used items in locations that minimize movement. Map out movements to see areas of spatial waste.



Examples: A peg board with visual outlines of hand tools in bright colors. Each workstation should be designed for an economy of motion. Make a diagram of lines showing distance from tool crib, materials and finished goods across the entire shop floor.

Source: https://www.mscdirect.com/

Machine Shop Safety Infographic – Spanish



Fuente:https://aprende.com

Managing and Reducing Stress Meeting Kit

What's At Stake

Workplace stress then is the harmful physical and emotional responses that can happen when there is a conflict between job

demands on the employee and the amount of control an employee has over meeting these demands.

What’s the Danger

PHYSICAL/PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF STRESS

1. Common Psychological effects

- headache
- muscle tension or pain
- chest pains
- increased heart rate and blood pressure
- weakened immune system
- fatigue / insomnia
- stomach and digestive issues
- high blood sugar
- increased cholesterol and fatty acids

2. Mood Effects

- increasing forgetfulness, anxiety, restlessness, defensiveness, mood swings, hypersensitivity, anger, etc.
- decreasing ability to think clearly or focus

3. Contribute to incidents

- sleep poorly
- self- or over-medicate themselves
- feel depressed
- feel anxious, jittery, and nervous.
- become angry and reckless

4. Reactions to Stress

- become momentarily (but dangerously) distracted
- feel withdrawn or isolated
- have outbursts, etc.
- neglect responsibilities
- make errors in judgment
- put their bodies under physical stress,

- react poorly in normal activities that require hand-eye or foot-eye coordination

5. Untreated long term (chronic) stress effects

- Anxiety.
- Insomnia.
- muscle pain.
- high blood pressure.
- weakened immune system.
- heart disease.
- depression.
- obesity.

HOW TO PROTECT YOURSELF

COMMON WORKPLACE STRESSORS

Time Stress. You usually experience this when you think there's not enough time for you to finish a task.

Manage Time Stress. When facing time stress, it is important to manage your time and get your priorities straight.

- **Do First.** Tasks in this category should be your first priority. Anything that is placed here should be done as soon as you're able and not later than the day after tomorrow.
- **Schedule.** This could be important tasks but are not so urgent. These kinds of tasks are either important scheduled meetings or an article with a set deadline.
- **Delegate.** Tasks in this section are not important but still urgent. It could be a follow-up call to a client or a request for your presence for a presentation. These can be transferable to people you can trust, though.
- **Don't do.** Tasks in this category are neither important nor urgent. You can either do it when you have nothing else to do or not do it at all.
- **You can use this method if you like prioritizing things the traditional way.** However, with today's technology, you can

use apps like Evernote and Toggl to boost your productivity and manage your ideas and time easily.

Anticipatory Stress. This stress is associated with the feeling of anticipating the future a little too much. You anticipate so much that uncertainties of what could happen in the future overwhelm you. Here is how to deal with anticipatory stress.

- **Be Positive.** Positive visualization of outcomes helps by cutting off the negative stream of thinking.
- **Be Prepared.** Face the unknown and tackle it head on by visualizing both the best- and worst-case scenario.
- **Be Brave.** In order to combat failure, prepare yourself by visualizing possible obstacles in your path.

Situational Stress. Situational stress happens when everything starts to go out of your control.

Be Self-Aware. The most important point is to be self-aware in whatever you will be doing.

Be Calm. Keep hold of your cool and use your head instead of your temper or emotions.

Be Patient. Be patient by hearing each side of the conflict before deciding how to solve it. Meet them halfway in order to come up with a peaceful end to it.

Encounter Stress. This stress involves the feeling of being overwhelmed by meeting new or too many people. All of us can be overwhelmed by a lot of people, whether we are introverts or extroverts.

Handling Your Encounter Stress. In order to be able to manage a lot of people well, practice or even perfect your people skills. Be confident with interacting with them, so that you can take control of the situation. You'll be calmer knowing that you can handle any problem that can arise.

Be Emphatic. Putting yourself in someone else's shoes will make you understand them deeper and feel what they are feeling without judging them. It'll avoid possible conflict and strengthen

relationship bonds at the same time.

Breathe. Whenever stressed, it is important to breathe. Deep breathing has the ability to reduce stress in the body.

BEST GENERAL STRESS MANAGEMENT STRATEGIES

- **Accept it** – Some things are out of your control and all you can do is accept them and learn from them.
- **Avoid it** – Stay away from recurring situations or sources of constant frustration.
- **Alter it** – Change your feelings or ask someone else to change their behavior.
- **Adapt to it** – Learn to cope with the situation or look at it as an opportunity. Focus on the positive things.

FINAL WORD

It is important for employers, supervisors, loss control personnel, and workers to recognize stressful jobs, situations, and signs of stress in themselves or in their coworkers before accidents, injuries, or violence.

Managing and Reducing Stress Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Así pues, el estrés laboral son las respuestas físicas y emocionales perjudiciales que pueden producirse cuando existe un conflicto entre las exigencias del trabajo para el empleado y la cantidad de control que éste tiene sobre la satisfacción de dichas exigencias.

CUÁL ES EL PELIGRO

EFECTOS FÍSICOS/PSICOLÓGICOS DEL ESTRÉS

1. Efectos psicológicos comunes

- dolor de cabeza
- tensión o dolor muscular
- dolores en el pecho
- aumento del ritmo cardíaco y de la presión arterial
- debilitamiento del sistema inmunitario
- fatiga / insomnio
- problemas estomacales y digestivos
- azúcar alta en sangre
- aumento del colesterol y de los ácidos grasos

2. Efectos sobre el estado de ánimo

- aumento de la falta de memoria, ansiedad, inquietud, actitud defensiva, cambios de humor, hipersensibilidad, ira, etc.
- disminución de la capacidad para pensar con claridad o concentrarse.

3. Contribuyen a incidentes

- dormir mal
- automedicarse o sobremedicarse
- sentirse deprimido
- sentirse ansioso, inquieto y nervioso.
- se enfadan y se vuelven imprudentes

4. Reacciones al estrés

- distraerse momentáneamente (pero peligrosamente)
- sentirse retraído o aislado
- tener arrebatos, etc.
- descuidar responsabilidades
- cometen errores de juicio
- someten su cuerpo a tensiones físicas,
- reaccionan mal en actividades normales que requieren coordinación mano-ojo o pie-ojo

5. Efectos del estrés a largo plazo (crónico) no tratado

- Ansiedad.
- Insomnio.
- dolor muscular.
- hipertensión arterial.
- sistema inmunitario debilitado.
- enfermedades cardíacas.
- depresión.
- obesidad.

COMO PROTEGERSE

FACTORES DE ESTRÉS HABITUALES EN EL LUGAR DE TRABAJO

Estrés por el tiempo. Normalmente lo experimenta cuando cree que no tiene tiempo suficiente para terminar una tarea.
Gestionar el estrés temporal. Cuando se enfrenta al estrés por falta de tiempo, es importante que gestione su tiempo y tengas claras tus prioridades.

- Hacer primero. Las tareas de esta categoría deben ser su primera prioridad. Todo lo que se coloque aquí debe hacerse tan pronto como sea posible y no más tarde de pasado mañana.
- Programar. Puede tratarse de tareas importantes pero no tan urgentes. Este tipo de tareas son reuniones importantes programadas o un artículo con una fecha límite establecida.
- Delegar. Las tareas de esta sección no son importantes pero siguen siendo urgentes. Puede ser una llamada de seguimiento a un cliente o una solicitud de su presencia para una presentación. Eso sí, puede delegarlas en personas de confianza.
- No hacer. Las tareas de esta categoría no son ni importantes ni urgentes. Puede hacerla cuando no tenga nada más que hacer o no hacerlas en absoluto.
- Puede utilizar este método si le gusta priorizar las cosas de la forma tradicional. Sin embargo, con la tecnología actual, puede utilizar aplicaciones como Evernote y Toggl para aumentar su productividad y gestionar sus ideas y su

tiempo fácilmente.

Estrés anticipatorio. Este estrés se asocia a la sensación de anticiparse demasiado al futuro. Anticipa tanto que la incertidumbre de lo que podría ocurrir en el futuro le abruma. He aquí cómo afrontar el estrés anticipatorio.

- Sea positivo. La visualización positiva de los resultados ayuda a cortar la corriente negativa de pensamiento.
- Prepárese. Enfréntese a lo desconocido y hágale frente visualizando tanto el mejor como el peor escenario posible.
- Sea valiente. Para combatir el fracaso, prepárese visualizando posibles obstáculos en su camino.

Estrés situacional. El estrés situacional se produce cuando todo empieza a escaparse de su control.

Sea consciente de usted mismo. El punto más importante es ser consciente de uno mismo en cualquier cosa que vaya a hacer.

Mantenga la calma. Mantenga la calma y use la cabeza en lugar de su temperamento o sus emociones.

Sea paciente. Sea paciente y escuche a cada una de las partes del conflicto antes de decidir cómo resolverlo. Reúnase con ellos a mitad de camino para llegar a un final pacífico.

Estrés de encuentro. Este estrés consiste en sentirse abrumado por conocer a gente nueva o a demasiada gente. Todos podemos sentirnos abrumados por mucha gente, seamos introvertidos o extrovertidos.

Cómo manejar el estrés del encuentro. Para poder manejar bien a mucha gente, practique o incluso perfeccione su don de gentes. Tenga confianza a la hora de interactuar con ellos, de modo que pueda tomar el control de la situación. Estará más tranquilo sabiendo que puede manejar cualquier problema que pueda surgir.

Sea enfático. Ponerse en el lugar de otra persona le hará comprenderla más profundamente y sentir lo que siente sin juzgarla. Evitará posibles conflictos y, al mismo tiempo, fortalecerá los lazos de la relación.

Respire. Siempre que esté estresado, es importante respirar. La respiración profunda tiene la capacidad de reducir el estrés en el cuerpo.

MEJORES ESTRATEGIAS GENERALES PARA CONTROLAR EL ESTRÉS

- Acéptelo – Algunas cosas están fuera de su control y lo único que puede hacer es aceptarlas y aprender de ellas.
- Evítelo – Manténgase alejado de situaciones recurrentes o fuentes de frustración constante.
- Alterarlo – Cambie sus sentimientos o pida a otra persona que cambie su comportamiento.
- Adaptarse – Aprender a sobrellevar la situación o verla como una oportunidad. Céntrese en las cosas positivas.

CONCLUSIÓN

Es importante que los empresarios, supervisores, personal de control de pérdidas y trabajadores reconozcan los trabajos y situaciones estresantes y los signos de estrés en ellos mismos o en sus compañeros antes de que se produzcan accidentes, lesiones o violencia.

Managing and Reducing Stress Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Los estresores laborales se clasifican en físicos y psicosociales.
2. Los estresores psicosociales son, posiblemente, los factores de estrés más predominantes. Entre ellos se incluyen las

elevadas exigencias laborales, los horarios de trabajo inflexibles, el escaso control del trabajo, el mal diseño y estructura del trabajo, la intimidación, los acosos.

3. El estrés laboral no sólo afecta al trabajador, también tiene efectos adversos en el rendimiento de la empresa.
4. El estrés conduce a la elevación de la presión arterial y la ansiedad, lo que aumenta el riesgo de enfermedades coronarias, abuso de sustancias y trastornos de ansiedad.
5. Los estudios han demostrado que el estrés laboral es un fuerte factor de riesgo de preludios de enfermedades cardiovasculares (obesidad, colesterol alto en sangre, hipertensión arterial) y de eventos cardiovasculares adversos, como infarto de miocardio y accidente cerebrovascular.
6. Otros problemas de salud física relacionados con el estrés laboral son los trastornos por inmunodeficiencia, los trastornos musculoesqueléticos, incluido el dolor de espalda crónico, y los trastornos gastrointestinales.
7. Los trabajadores estresados son más propensos a adoptar comportamientos poco saludables, como fumar cigarrillos y abusar del alcohol y las drogas.
8. El estrés laboral reduce la productividad de los trabajadores, aumenta el absentismo y el presentismo, incrementa el número de días de baja por visitas al médico y aumenta los gastos sanitarios de las empresas.

ESTADÍSTICAS

- El 83% de los trabajadores estadounidenses sufre estrés laboral.
- Las empresas estadounidenses pierden hasta 300.000 millones de dólares al año como consecuencia del estrés laboral.
- El estrés hace que alrededor de un millón de trabajadores falten al trabajo cada día.
- Sólo el 43% de los empleados estadounidenses piensa que sus jefes se preocupan por su conciliación de la vida laboral y familiar.
- La depresión genera 51.000 millones de dólares en costes

debidos al absentismo y 26.000 millones en costes de tratamiento.
- El estrés relacionado con el trabajo causa 120.000 muertes y genera 190.000 millones de dólares anuales en costes sanitarios.
- El 40% de los trabajadores declaran que su trabajo es muy estresante o extremadamente estresante.
- El 25% considera que su trabajo es el principal factor estresante de su vida.

Managing and Reducing Stress Stats and Facts

FACTS

1. Workplace stressors are classified as physical and psychosocial.
2. Psychosocial stressors are, arguably, the most predominant stress factors. These include high job demands, inflexible working hours, poor job control, poor work design and structure, bullying, harassments.
3. Workplace stress not only affects the worker, it also has adverse effects on company performance well.
4. Stress leads to elevated blood pressure and anxiety, which increase the risk of coronary heart disease, substance abuse, and anxiety disorders.
5. Studies have shown that workplace stress is a strong risk factor for preludes to cardiovascular disease (obesity, high blood cholesterol, high blood pressure) and of adverse cardiovascular events, such as heart attack and stroke.
6. Other physical health problems linked to workplace stress include immune deficiency disorders, musculoskeletal

disorders including chronic back pain, and gastrointestinal disorders.

7. Stressed workers are more likely to engage in unhealthy behaviors, such as cigarette smoking, alcohol and drug abuse.
8. Workplace stress reduces employee productivity, increases absenteeism and presenteeism, increases the number of days taken off work for doctor visits, and increases healthcare costs incurred by employers.

STATS

- 83% of US workers suffer from work-related stress.
- US businesses lose up to $300 billion yearly as a result of workplace stress.
- Stress causes around one million workers to miss work every day.
- Only 43% of US employees think their employers care about their work-life balance.
- Depression leads to $51 billion in costs due to absenteeism and $26 billion in treatment costs.
- Work-related stress causes 120,000 deaths and results in $190 billion in healthcare costs yearly.
- 40% of workers reported their job was very or extremely stressful.
- 25% view their jobs as the number one stressor in their lives.

Managing and Reducing Stress Fatality File

AFSCME pushes for investigation following death of overworked Florida member

AFSCME Florida is demanding an investigation after an overworked member died in a car accident.

On the Tuesday before Thanksgiving, Hawlen Ebanks, a veteran state employee at Sunland Center in Marianna, drove in to work on her 82nd day straight without a day off – and her eighth day in a row of 16-hour shifts, according to a review of her timesheets.

As Ebanks entered the grounds of the Sunland facility, she lost control of her vehicle and crashed into a tree. The 64-year-old senior residential unit specialist, who was employed by Florida's Agency for Persons with Disabilities (APD), was airlifted to a local hospital where she went into a coma. She was pronounced dead on Dec. 6.

"There is no doubt that our members that do the crucial job of caring for residents at this facility are being pushed to their physical limits," said AFSCME Florida President Vicki Hall. "This is a continuing problem, and we demand a full investigation."

AFSCME has fought to address unsafe working conditions at Florida's state hospitals for years. On top of the stressful and often dangerous environments employees deal with daily, workers say their supervisors have been forcing them during the COVID-19 crisis to work long hours day after day and often without time off for months.

Tallulah Thomas, president of AFSCME Local 1963, which represents workers at Sunland Center in Marianna and Florida State Hospital in Chattahoochee, says contract violations are widespread.

"Hawlen Ebanks should be alive today," Thomas said. "She was an amazingly dedicated employee of 17 years who was committed to this facility and its residents. She deserved to be treated better."

“She would give you the shirt off her back,” said Donald Bailey, Ebanks’ long-time friend and co-worker. “That’s the kind of person she was. She was in this profession to help people. She loved helping people.”

AFSCME Florida argues that Ebanks’ work schedule violated Local 1963’s contract with APD. The contract stipulates that the employer cannot force an employee to work 16-hour shifts consecutively without making a good faith effort to provide at least 16 hours off between shifts.

Local 1963 has clashed with APD in the past. AFSCME Florida alleges air quality issues were a persistent health risk for residents and staff more at the Sunland facility and at Florida State Hospital long after Hurricane Michael devastated the Florida Panhandle in October 2018.

AFSCME Florida is seeking “special risk” classification for the employees of the state’s mental health facilities. A reclassification bill will be reintroduced in the 2021 Florida legislative session to make that change for these workers within the Florida Retirement System. The special risk classification would afford them a range of protections, higher compensation and allow workers to take early retirement if they spend at least 65% of their time in direct contact with residents and patients.

Managing and Reducing Stress Fatality File – Spanish

AFSCME exige una investigación tras

la muerte de un miembro con exceso de trabajo en Florida

AFSCME Florida está exigiendo una investigación después de que un miembro con exceso de trabajo muriera en un accidente de vehículo.

El martes anterior al Día de Acción de Gracias, Hawlen Ebanks, una veterana empleada estatal del Sunland Center de Marianna, se dirigió al trabajo en su 82º día consecutivo sin un día libre – y su octavo día consecutivo de turnos de 16 horas, según una revisión de sus hojas de asistencia.

Al entrar en el recinto de Sunland, Ebanks perdió el control de su vehículo y chocó contra un árbol. La especialista en unidades residenciales para mayores de 64 años, que trabajaba para la Agencia de Personas con Discapacidad (APD) de Florida, fue trasladada en helicóptero a un hospital local, donde entró en coma. Fue declarada muerta el 6 de diciembre.

“No hay duda de que nuestros miembros que realizan el trabajo crucial de cuidar a los residentes de este centro están siendo llevados a sus límites físicos”, dijo la presidenta de AFSCME Florida, Vicki Hall. “Este es un problema continuo, y exigimos una investigación completa”.

AFSCME ha luchado durante años para hacer frente a las condiciones de trabajo inseguras en los hospitales estatales de Florida. Además de los entornos estresantes y a menudo peligrosos a los que los empleados se enfrentan a diario, los trabajadores afirman que sus supervisores les han obligado durante la crisis del COVID-19 a trabajar largas horas día tras día y a menudo sin tiempo libre durante meses.

Tallulah Thomas, presidenta de AFSCME Local 1963, que representa a los trabajadores del Sunland Center de Marianna y del Florida State Hospital de Chattahoochee, afirma que las violaciones del contrato son generalizadas.

“Hawlen Ebanks debería estar viva hoy”, dijo Thomas. “Era una empleada increíblemente dedicada durante 17 años que estaba

comprometida con este centro y sus residentes. Se merecía que la trataran mejor".

Donald Bailey, amigo y compañero de trabajo de Ebanks durante muchos años, dijo: "Te daría hasta la camisa". "Así era ella. Estaba en esta profesión para ayudar a la gente. Le encantaba ayudar a la gente".

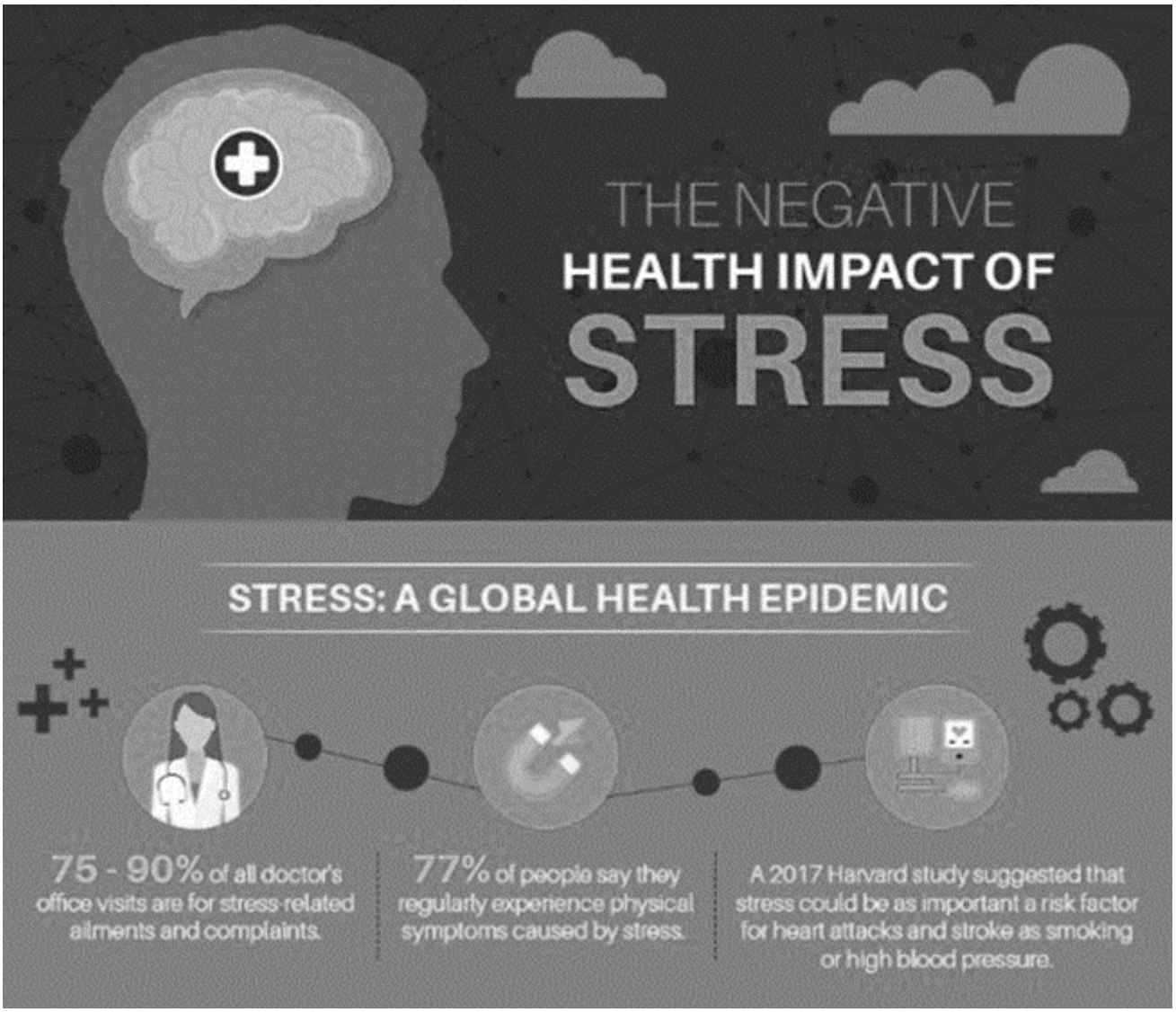
AFSCME Florida argumenta que el horario de trabajo de Ebanks violaba el contrato del Local 1963 con APD. El contrato estipula que el empleador no puede obligar a un empleado a trabajar turnos de 16 horas consecutivas sin hacer un esfuerzo de buena fe para proporcionar al menos 16 horas libres entre turnos.

El sindicato Local 1963 ya se ha enfrentado a APD en el pasado. AFSCME Florida alega que los problemas de calidad del aire fueron un riesgo persistente para la salud de los residentes y el personal más en las instalaciones de Sunland y en el Hospital Estatal de Florida mucho después de que el huracán Michael devastara el Panhandle de Florida en octubre de 2018.

AFSCME Florida está buscando una clasificación de "riesgo especial" para los empleados de las instalaciones de salud mental del estado. Se volverá a presentar un proyecto de ley de reclasificación en la sesión legislativa de Florida de 2021 para realizar ese cambio para estos trabajadores dentro del Sistema de Jubilación de Florida. La clasificación de riesgo especial les otorgaría una serie de protecciones, una mayor remuneración y permitiría a los trabajadores jubilarse anticipadamente si pasan al menos el 65% de su tiempo en contacto directo con residentes y pacientes.

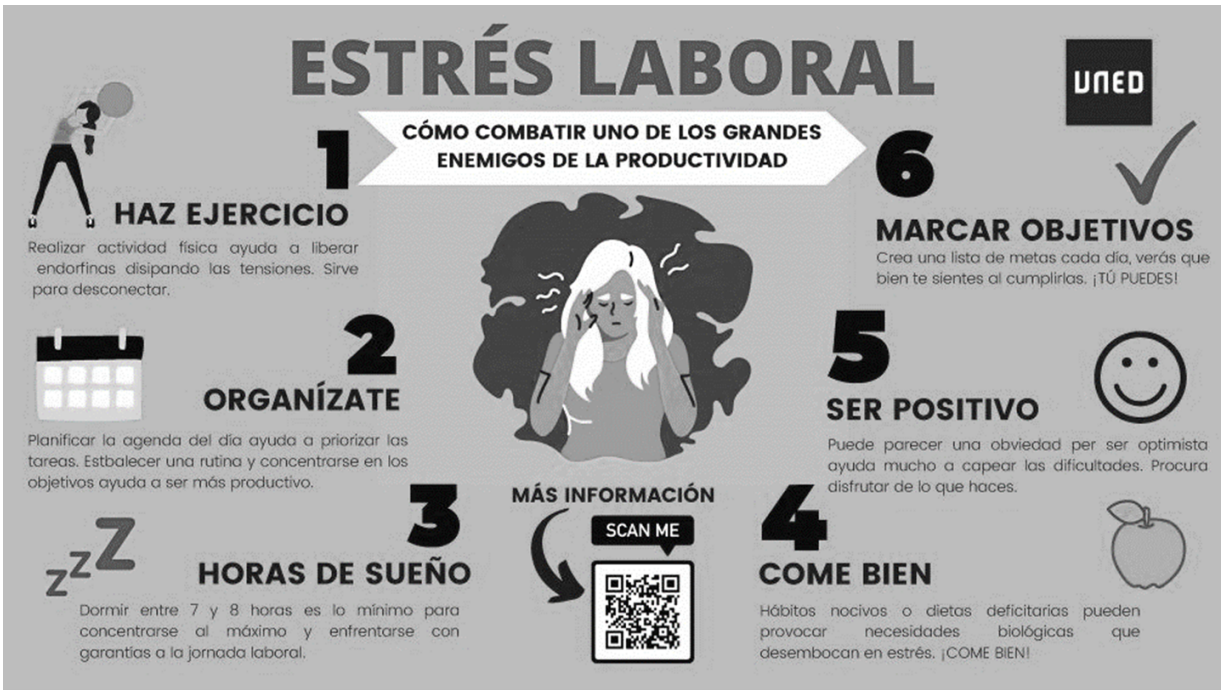
Managing and Reducing Stress

Infographic



Source: https://lakehealthandwellbeing.com

Managing and Reducing Stress Infographic – Spanish



Fuente: https://www.ucm.es

Meat Packers Meeting Kit

What’s At Stake

The meat packing industry is a fast-paced work environment with hazards such as cutting implements, moving machinery, physical and repetitive labor, and slippery surfaces.

What’s the Danger

RISKS FACING MEAT PACKING WORKERS

1. **Cuts and knives.** A dull knife is a dangerous knife! Most accidents are usually due to the knife not being sharp. A dull knife will make you apply more pressure to the item you are cutting. This can result in injury as the knife may roll off the item cutting you. A sharp knife will cut be faster, safer and easier.

Safe knife handling solutions. Personal protective equipment (PPE) to prevent cuts and punctures starts with sturdy work shoes to protect your feet when a knife or other sharp object may fall to the ground. Aprons can protect your upper legs and torso from accidental cuts and slices while you work. Gauntlets can protect your arms. Cut-resistant butcher's gloves, typically made of mesh or Kevlar®, protect your hands. Latex or nitrile gloves can be worn over and under the cut-resistant gloves to help them stay sanitary, last longer, and improve your grip while you work.

1. **REPETITIVE MOTIONS**

A high level of force is often needed which can lead to strain on the hands, shoulders, neck and back. Hand-intensive tasks, in particular, put significant stress on areas like the wrist and tendons. Long-term repetitive hand motions can lead to chronic problems, such as carpal tunnel syndrome – a condition that's caused by pressure on the median nerve at the wrist.

Solutions Reducing Repetitive Motions. The long-term effects can be reduced by spreading out repetitive tasks to various workers throughout the day. In order to reduce work periods in which excessive repetitive wrist bending is necessary, employees should be allowed to take frequent breaks from these types of activities and encouraged to stretch their muscles regularly.

1. **Slicers and grinders.** Meat grinders and slicers can cause severe injuries, amputations, and even death if they are not used properly. Always inspect the slicer and grinders prior to use. Discard any damaged, broken, or worn-out equipment. Make sure all guards and safety devices are in place. Use lockout/tag out procedures for cleaning, servicing, adjusting, repairs, changing parts, maintenance and to clear jams and ensure proper PPE is worn, such as hand protection.

Protective Solutions in Slicer and grinder operations

When using a slicer or grinder, be aware of where your hands are. Ensure the slicer or grinder is at the correct setting before you turn it on. Use the appropriate size food pushers; never use your hands to process food through grinders and slicers. Under no

circumstance should a pusher be used in lieu of guarding. Keep your fingers and hands away from the moving parts and blades at all times. Never reach across the blade or grinder. Tie hair back, remove dangling jewelry, and wear form-fitting clothing to prevent getting pulled into the equipment.

1. **Strains and Muscle Injuries.** Butchers and grocery store meat packing employees stand for long periods of time. This puts a strain on muscles and joints in the leg. It can also cause an individual to suffer from back pain, especially if the fatigue from standing results in poor posture. Non-adjustable work surfaces can lead to poor working postures.

Strain And Muscle Injury Solutions

These types of injuries can be mitigated by positioning grinders, slicers, scales and other commonly used items so that work is performed at about elbow height. Adding ergonomic workstations can help workers avoid some discomfort and adding anti-fatigue mats to work areas can help relieve some of the strain from standing for long periods of time.

1. **Slips and Falls.** Slips and falls are another source of injury. Train employees to immediately clean up spills or place a wet floor sign over the area if the spill cannot be immediately cleaned. Degreasers should be utilized for cleanup in wet/greasy areas. Shoes with quality, slip-resistant soles should be worn at all times, and slip-resistant mats with beveled edges should be placed in wet areas.

HOW TO PROTECT YOURSELF

BEST GENERAL SAFE WORK PRACTICES

Slips, trips, and falls are common in meatpacking plants because of the loss of bodily fluids from the carcasses and the amount of water used to process meats and to clean and sanitize plant machinery.

- Wear water-resistant boots with a slip-resistant sole and a reinforced toe to protect your feet.
- Keep up on housekeeping to remove fluids and other debris continuously.
- Use proper signage for wet floor areas, whether they are temporarily or continuously wet.
- Use non-slip floor coatings, rubber grates, and mats to provide safe walking surfaces through wet areas.

The meatpacking plant can have a range of extreme temperatures from cold processing areas and refrigeration units to scalding water for cooking and sanitation.

- Wear layers to protect you from temperature extremes.
- The noise of moving machinery, cutting blades, and water spray may require hearing protection in some work areas.
- Make sure there is good lighting to see your job tasks and any moving equipment or meat parts.
- Good ventilation can prevent exposure to animal bacterium that can cause disease.

All employees need safety training, depending on their job tasks.

- Get training in overall plant safety.
- Take specific training needed to do your job tasks, work with your assigned tools and equipment, and use chemicals properly.
- Turnover rates in the meatpacking industry can be quite high.
- New employees are more likely to be injured on the job and need extra training and supervision while they learn their job tasks and hazards.
- Pack your plant with safety and quality, proper procedures, protective equipment, and training help you get the job done right.

FINAL WORD

Cuts, lacerations, and punctures are common injuries in the meat packing and butchering industry. Knives, slicers, grinders, and

sharp bones are all potential hazards that can be minimized with the use of personal protective equipment (PPE), safe work practices, inspections, and training.

Meat Packers Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La industria del envasado de carne es un entorno de trabajo de ritmo rápido con peligros como los utensilios cortantes, la maquinaria en movimiento, el trabajo físico y repetitivo y las superficies resbaladizas.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS A LOS QUE SE ENFRENTAN LOS TRABAJADORES DEL SECTOR CÁRNICO

1. **Cortes y cuchillos.** Un cuchillo desafilado es un cuchillo peligroso. La mayoría de los accidentes suelen deberse a que el cuchillo no está afilado. Un cuchillo sin filo le hará ejercer más presión sobre el objeto que está cortando. Esto puede provocar lesiones, ya que el cuchillo puede salirse del objeto y cortarle. Un cuchillo afilado cortará de forma más rápida, segura y fácil.

Soluciones seguras para el manejo de cuchillos. El equipo de protección individual (EPP) para evitar cortes y pinchazos empieza por un calzado de trabajo resistente que proteja los pies cuando un cuchillo u otro objeto afilado pueda caer al suelo. Los delantales pueden protegerle la parte superior de las piernas y el torso de cortes y pinchazos accidentales mientras trabaja. Los

guanteletes protegen los brazos. Los guantes de carnicero resistentes a los cortes, normalmente de malla o Kevlar®, protegen las manos. Los guantes de látex o nitrilo se pueden usar sobre y debajo de los guantes resistentes a los cortes para ayudar a que se mantengan higiénicos, duren más y mejor en tu agarre mientras trabajas.

1. **MOVIMIENTOS REPETITIVOS**

A menudo se requiere un alto nivel de fuerza, lo que puede provocar tensión en las manos, los hombros, el cuello y la espalda. Las tareas que requieren un uso intensivo de las manos, en particular, someten a gran tensión zonas como la muñeca y los tendones. Los movimientos repetitivos de la mano a largo plazo pueden provocar problemas crónicos, como el síndrome del túnel carpiano, una afección causada por la presión sobre el nervio mediano de la muñeca.

Soluciones Reducir los movimientos repetitivos. Los efectos a largo plazo pueden reducirse repartiendo las tareas repetitivas entre varios trabajadores a lo largo del día. Para reducir los periodos de trabajo en los que es necesario flexionar la muñeca de forma excesivamente repetitiva, se debe permitir a los empleados hacer pausas frecuentes en este tipo de actividades y animarlos a estirar los músculos con regularidad.

1. **Rebanadoras y picadoras.** Las picadoras y rebanadoras de carne pueden causar lesiones graves, amputaciones e incluso la muerte si no se utilizan correctamente. Inspeccione siempre las cortadoras y picadoras antes de utilizarlas. Deseche cualquier equipo dañado, roto o desgastado. Asegúrese de que todas las protecciones y dispositivos de seguridad están colocados. Utilice los procedimientos de bloqueo y etiquetado para la limpieza, el mantenimiento, el ajuste, las reparaciones, el cambio de piezas, el mantenimiento y la eliminación de atascos, y asegúrese de que se utilizan los EPP adecuados, como la protección de las manos.

Soluciones de protección en operaciones con cortadoras y

amoladoras

Cuando utilice una cortadora o picadora, sea consciente de dónde tiene las manos. Asegúrese de que la cortadora de fiambres o picadora está en el ajuste correcto antes de encenderla. Utilice empujadores de alimentos del tamaño adecuado; nunca utilice las manos para procesar alimentos a través de picadoras y rebanadoras. En ningún caso utilice un empujador en lugar de una protección. Mantenga los dedos y las manos alejados de las piezas móviles y las cuchillas en todo momento. No toque nunca la cuchilla ni la picadora. Recójase el pelo, quítese las joyas que cuelguen y lleve ropa ajustada para evitar ser arrastrado por el equipo.

1. **Esguinces y lesiones musculares.** Los carniceros y los empleados de las carnicerías permanecen de pie durante largos periodos de tiempo. Esto sobrecarga los músculos y las articulaciones de las piernas. También puede provocar dolores de espalda, sobre todo si la fatiga de estar de pie provoca malas posturas. Las superficies de trabajo no ajustables pueden provocar malas posturas de trabajo.

Soluciones a las distensiones y lesiones musculares

Este tipo de lesiones pueden mitigarse colocando las amoladoras, cortadoras, balanzas y otros elementos de uso común de modo que el trabajo se realice aproximadamente a la altura del codo. Añadir puestos de trabajo ergonómicos puede ayudar a los trabajadores a evitar algunas molestias y añadir alfombrillas antifatiga a las zonas de trabajo puede ayudar a aliviar parte de la tensión de estar de pie durante largos periodos de tiempo.

1. **Resbalones y caídas.** Los resbalones y las caídas son otra fuente de lesiones. Capacite a los empleados para que limpien inmediatamente los derrames o coloque una señal de suelo mojado sobre la zona si el derrame no puede limpiarse inmediatamente. Deben utilizarse desengrasantes para limpiar las zonas húmedas/grasas. Se debe utilizar en todo momento calzado con suela antideslizante de calidad, y colocar alfombrillas antideslizantes con bordes biselados en las zonas húmedas.

COMO PROTEGERSE

MEJORES PRÁCTICAS GENERALES DE TRABAJO SEGURO

Los resbalones, tropiezos y caídas son frecuentes en las plantas de envasado de carne debido a la pérdida de fluidos corporales de las canales y a la cantidad de agua que se utiliza para procesar las carnes y para limpiar y desinfectar la maquinaria de la planta.

- Utilice botas impermeables con suela antideslizante y puntera reforzada para proteger los pies.
- Manténgase al día en las tareas de limpieza para eliminar continuamente los líquidos y otros residuos.
- Utilice una señalización adecuada para las zonas de suelo mojado, tanto si lo están de forma temporal como continua.
- Utilice revestimientos de suelo antideslizantes, rejillas de goma y alfombrillas para proporcionar superficies seguras para caminar por las zonas húmedas.

La planta empacadora de carne puede tener una gama de temperaturas extremas, desde áreas de procesamiento en frío y unidades de refrigeración hasta agua hirviendo para cocinar y saneamiento.

- Use capas para protegerse de las temperaturas extremas.
- El ruido de la maquinaria en movimiento, las cuchillas de corte y el agua pulverizada pueden requerir protección auditiva en algunas zonas de trabajo.
- Asegúrese de que hay buena iluminación para ver sus tareas de trabajo y cualquier equipo o pieza de carne en movimiento.
- Una buena ventilación puede evitar la exposición a bacterias animales que pueden causar enfermedades.

Todos los empleados necesitan capacitación en seguridad, dependiendo de sus tareas laborales.

- Capacítese en seguridad general de la planta.
- Reciba la capacitación específica necesaria para realizar las tareas de su puesto, trabajar con las herramientas y

equipos asignados y utilizar los productos químicos correctamente.
- Los índices de rotación en la industria cárnica pueden ser bastante elevados.
- Los nuevos empleados son más propensos a lesionarse en el trabajo y necesitan capacitación y supervisión adicionales mientras aprenden las tareas y los peligros de su trabajo.
- Imprima seguridad y calidad a su planta, los procedimientos adecuados, el equipo de protección y la capacitación le ayudarán a hacer bien el trabajo.

CONCLUSIÓN

Los cortes, las laceraciones y los pinchazos son lesiones frecuentes en la industria cárnica. Los cuchillos, las cortadoras, las picadoras y los huesos afilados son peligros potenciales que pueden minimizarse con el uso de equipos de protección individual (EPP), prácticas de trabajo seguras, inspecciones y capacitación.

Meat Packers Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Los empleados estadounidenses de la industria cárnica y del envasado sufren roturas de dedos, amputaciones, quemaduras graves, traumatismos craneoencefálicos y lesiones por esfuerzo repetitivo. He aquí las razones:

1. La velocidad del trabajo: Los procesadores de carne suelen trabajar en líneas que están en continuo movimiento. Esto exige que los trabajadores se muevan con rapidez para

mantener el ritmo. Cuando se trabaja a gran velocidad, se producen errores.

2. Las herramientas utilizadas: Muchos trabajadores de la industria cárnica no sólo se mueven rápido, sino que lo hacen con herramientas afiladas, como cuchillos y sierras. Cuando se comete un error, los daños causados pueden ser devastadores.
3. Repetición: Trabajar en una línea requiere que estos trabajadores realicen los mismos movimientos una y otra vez sin apenas pausas. Esto puede causar lesiones por esfuerzo repetitivo que pueden ser duraderas, como el túnel carpiano.
4. Falta de medidas de seguridad: Demasiados empleadores no proporcionan a los trabajadores la capacitación y el equipo de seguridad adecuados. Esto prepara el terreno para accidentes laborales desastrosos que pueden dejar a los trabajadores gravemente heridos.

ESTADÍSTICAS

- Según la OSHA, las rebanadoras de alimentos y las picadoras de carne sufrieron 4.000 heridas graves por corte y amputaciones.
- En 2017, se produjeron 4.910 casos de lesiones y enfermedades que implicaron días de baja laboral en la industria de sacrificio y procesamiento de animales. En la mayoría de estos casos (69 %), los trabajadores eran hombres.
- En 4.910 de los casos, el trabajador faltó 1 o más días al trabajo, el 37 % de estos casos implicaron sobreesfuerzos y reacciones corporales. Otros 13.300 casos implicaron el traslado de puesto de trabajo o la restricción del trabajador.
- En 2017, el 54 % de los casos de traslado o restricción del puesto de trabajo implicaron sobreesfuerzos y reacciones corporales. La tasa total de casos registrables por cada 100 trabajadores a tiempo completo fue de 5,4, superior a la tasa de toda la industria privada (3,0) y de la industria manufacturera (3,8).

- En 2020, 5.260 lesiones relacionadas con el sacrificio de animales provocaron que los trabajadores pasaran días fuera del trabajo.
- Aproximadamente el 44 % de las lesiones femeninas fueron lesiones por sobreesfuerzo, frente a sólo el 28 % de las lesiones masculinas. El 55% de las lesiones se produjeron en trabajadores de entre 20 y 34 años. La incidencia de las lesiones por ocupación fue: cortador de carne, 49 %; carnicero, 2 %; empaquetador y envolvedor de carne, 4 %; manipulador de materiales, 7 %; y peón, 9 %. El 66% de las lesiones consistieron en torceduras, esguinces, laceraciones, contusiones y abrasiones. Aproximadamente el 22,5% de las lesiones afectaron a los dedos, el 15,5% a la espalda, el 11,7% a los brazos y el 8,6% a la mano.

Meat Packers Stats and Facts

FACTS

American meat processing and packing employees suffer from broken fingers, amputation, severe burns, head trauma, repetitive stress injuries. Here are reasons why:

1. The speed of the work: Meat processors often operation on lines that are in continuous motion. This requires workers to move fast in order to keep up. When working at a high rate of speed, errors occur.
2. The tools used: Many meat-processing workers aren’t just moving fast; they’re moving fast with sharp tools like knives and saws. When an error is made the damages caused can be devastating.
3. Repetition: Working on a line requires these workers to perform the same movements over and over again with little to no breaks. This can cause repetitive stress injuries that

can be long-lasting, such as carpal tunnel.

4. Lack of safety measures: Far too many employers fail to provide workers with appropriate training and safety equipment. This sets the stage for disastrous workplace accidents that can leave workers seriously injured.

STATS

- According to OSHA, food slicers and meat grinders sustained 4,000 serious cut injuries and amputations.
- The most commonly reported workplace hazards were knife (93.6%), bones (57.3%), and slippery floor (24.8%). The most common health problems were knife cuts (87.3%), cuts from bones (50.3%), and neck pain (36.9%).
- In 2017, 4,910 cases of injury and illness involving days away from work occurred in the animal slaughtering and processing industry. In most of these cases (69 %), the workers were men.
- In 4,910 of the cases, the worker missed 1 or more days away from work, 37 % of these cases involved overexertion and bodily reaction. Another 13,300 cases involved job transfer or worker restriction.
- In 2017, 54 % of the job transfer or restriction cases involved overexertion and bodily reaction. The rate of total recordable cases per 100 full-time workers was 5.4, higher than the rate for all private industry (3.0) and manufacturing (3.8).
- In 2020 5,260 injuries related to animal slaughtering resulted in workers spending days away from work.
- Approximately 44 % of the female injuries were overexertion injuries versus only 28 % of the male injuries. Fifty five percent of the injuries occurred to workers 20 to 34 years of age. The incidence of injuries by occupation was: meat cutter, 49 %t; butcher, 2 %; meat packer and wrapper, 4 %; material handler, 7 percent; and laborer, 9 %. 66 % of the injuries consisted of strains, sprains, lacerations, contusions, and abrasions. Approximately 22.5 % of the injuries involved the fingers, 15.5 % the back, 11.7 % the

arms, and 8.6 % the hand.

Meat Packers Fatality File

Oregon Worker Dies After Falling into Meat Grinder

An Oregon man contracted to clean a meat processing plant died last week when he fell into a machine at the facility. Hugo Avalos-Chanon, age 41, of Southeast Portland died late Friday night after becoming entangled in a blender at the Interstate Meat Disrtibutors, Inc. plant in Clackamas, or, reported the Oregonian. Interstate Meat Distributors was cited in October of 2012 for multiple violations of worker safety standards, among them that a table saw did not have a hood to protect against arm injuries, nor was a rotating blade “guarded to prevent inadvertent contact.” However, these violations were corrected at the time of inspection, noted the Oregon Occupational Safety and Health Division (OSHA) of the Department of Consumer and Business Services, which conducted the investigation. And a spokesperson for Oregon OSHA told the Oregonian that it’s “way too early to say” whether the cause of Avalos-Chanon’s death was linked to the violations cited in that report. Avalos-Chanon worked for a cleaning company that had been contracted to clean the Clackamas facility. At around 11:45 pm Friday, emergency workers responded to a call from the plant, and arrived on the scene to find him entangled in a blender used to regulate fat content in ground beef, according to the Oregonian. His body was extricated from the machine the following morning and the plant continued normal operation that day. According to deputy medical examiner for the state, Dr. Cliff Young, Avalos-Chanon died of “blunt force injuries and chopping wounds,” reported the Oregonian. Mesaros said OSHA’s investigation into the incident could take up to six

months. This incident is not the first negative one to be linked to Interstate Meat. Ground beef from the company was named as the source of an E. coli outbreak that sickened 8 people in Oregon, Washington, and Idaho. The company recalled approximately 41,000 pounds of ground beef for potential E. coli contamination that year.

Meat Packers Fatality File – Spanish

Muere un trabajador de Oregón al caer en una picadora de carne

Un hombre de Oregón contratado para limpiar una planta de procesamiento de carne murió la semana pasada al caer dentro de una máquina de la instalación. Hugo Avalos-Chanon, de 41 años y residente en el sureste de Portland, falleció el viernes por la noche tras quedar atrapado en una batidora de la planta de Interstate Meat Disrtibutors, Inc. en Clackamas, o, según informó el diario The Oregonian. Interstate Meat Distributors fue citada en octubre de 2012 por múltiples violaciones de las normas de seguridad de los trabajadores, entre ellas que una sierra de mesa no tenía una capucha para proteger contra lesiones en el brazo, ni una cuchilla giratoria estaba "protegida para evitar el contacto involuntario." Sin embargo, estas infracciones se corrigieron en el momento de la inspección, señaló la División de Seguridad y Salud Laboral de Oregón (OSHA) del Departamento de Servicios al Consumidor y a las Empresas, que llevó a cabo la investigación. Y un portavoz de la OSHA de Oregón declaró al Oregonian que es "demasiado pronto para decir" si la causa de la muerte de Avalos-Chanon está relacionada con las infracciones citadas en ese informe. Avalos-Chanon trabajaba para una empresa de limpieza

contratada para limpiar las instalaciones de Clackamas. Alrededor de las 23:45 horas del viernes, los trabajadores de emergencia respondieron a una llamada de la planta, y llegaron al lugar para encontrarlo enredado en una licuadora utilizada para regular el contenido de grasa en la carne picada, según el Oregonian. Su cuerpo fue extraído de la máquina a la mañana siguiente y la planta siguió funcionando con normalidad ese día. Según el médico forense adjunto del estado, el Dr. Cliff Young, Avalos-Chanon murió de “lesiones por objeto contundente y heridas cortantes”, informó el Oregonian. Mesaros declaró que la investigación de la OSHA sobre el incidente podría durar hasta seis meses. Este incidente no es el primero negativo relacionado con Interstate Meat. La carne picada de esta empresa fue señalada como fuente de un brote de E. coli que enfermó a 8 personas en Oregón, Washington e Idaho. Ese año, la empresa retiró aproximadamente 41.000 libras de carne picada por posible contaminación con E. coli.

Meat Packers Infographic



Source: https://ehsdailyadvisor.blr.com

Meat Packers Infographic – Spanish



Fuente: https://www.prevensystem.com

Mobile Crane Safety Meeting Kit

What's At Stake

Mobile cranes are responsible for the most accidents, injuries, and fatalities of all of the crane types. Be aware of the hazards if you operate or work around mobile cranes. Get proper training on crane operation and load preparation and securing. Wear hard hats, safety boots, and high visibility clothing when operating or

working around cranes.

What’s the Danger

Common types of crane accidents

With employees working from heights, using heavy machinery, and being exposed to toxic materials, it should be no surprise that construction work is dangerous. One of the biggest dangers construction workers face is being injured in a crane accident. Workers can suffer long-term injuries that can take a huge financial toll on their lives from lost wages and expensive medical treatments.

HOW TO PROTECT YOURSELF

RISK CONTROL MEASURES, AND GENERAL PRECAUTIONS OF MOBILE CRANES

1. The Engine Start-Up

- Carbon monoxide poisoning from the exhaust fumes when the engine is running indoors.
- If the engine must be started indoors, open all doors and windows to ensure good ventilation. If necessary, connect an additional pipe to the exhaust pipe and expel the exhaust gases to the outside.
- Fire from spills.
- Keep the engine and surroundings clean. Do not leave tools, rags, or anything else in the engine compartment. After inspection and maintenance wipe off any spilled oil or fuel. Check that flammable material is not scattered about or piled up near the engine.
- Accidental movement of the crane.
- Only start the engine when seated in the operator’s seat.
- Operating the crane when it is being serviced or repaired.
- Always attach warning tags on control levers of the machine when it is being serviced or repaired. Isolate the machine where possible.
- Do not operate the crane if you are tired or cannot

concentrate on the job.

- Always be alert and watch that the boom or the suspended load does not collide with people or buildings and the load does not collide with the boom.
- Operating the crane by reaching in through the door or window. (The operator is not in full control of the crane and could cause the crane to collide with people, buildings, and other objects).
- Dropping off the load from an unattended crane.
- Never leave a suspended load on an unattended crane.

2. Mobile Crane Lifting Hazards Risk Control and Measures

- Structural failure or tip-over of the crane during operation.
- Do not exceed the lifting capacity of the crane.
- If unsure of the lifting capacity, always check the rated lifting capacity chart. Lifting capacity varies with the boom length and working radius.
- Always check that all safety devices and warning systems are functioning properly.
- Do not operate a crane if any of the safety devices or warning systems are faulty.
- Collision from swinging load or reduced stability of the crane.
- Avoid sudden movement or violent operation of the crane.
- Operate the levers and pedals smoothly. Start, accelerate, decelerate, articulate, and stop the crane smoothly and securely.
- When lifting long loads tie a guide rope to each end of the load. This will prevent the load from swinging whilst it is being lifted.
- Compound operations, such as combining winch hoisting or lowering, articulating, luffing, and telescoping will be slower than the individual operations.
- When switching from compound to single operation, work the controls slowly and smoothly with no sudden change in speed or direction.
- Crane damage and tip over from using counterweights that are

not specified.
- Only use counterweights supplied by the manufacturer.
- Incorrect counterweights may subject the crane to unreasonable strain and damage it or decrease the stability of the crane.

3. Crane Safety Devices Risk Control Measures

- Mobile crane safety devices comprise load moment limiter, turntable lock pin, boom backstop, hoist limit switch, anemometer, level gauge, hydraulic overflow valve, counterbalance valve, two-way hydraulic lock, stewing warning lamp and travel warning lamp, etc.
- Damage to the crane or reduced stability when working with a heavy load and long boom.
- When lifting a load, the boom flexes and increases the working radius.
- This is more noticeable with a very heavy load or long boom.
- Allow an extra margin below the rated lifting capacity to compensate for the increased working radius.
- Overload due to the increased flexure of the boom when the load is lifted suddenly.
- Lift the load off the ground carefully.
- Hoist the load vertically and pause briefly when the load is just off the ground to confirm the sling and that there is no overload.
- Then resume hoisting.
- Damage to the crane or reduced stability if the load is lifted off the ground by luffing or extending the boom.
- Never lift the load off the ground by luffing or extending the boom.
- Wait until the load is just off the ground before luffing or extending the boom.
- Damage or injury caused by personnel under the load when articulating.
- Before moving the load sideways check that it is safe to do so.
- The path of the load or crane should be clear of people or obstructions.

- Collision or dropping of load on people.
- Do not move the suspended load above people’s heads.

FINAL WORD

Cranes are commonly used on construction and industrial sites to lift and move heavy objects. While cranes are an invaluable tool, they are also extremely dangerous if not operated safely. Because of their size and purpose, cranes present a clear danger to the crane operator and other workers and visitors to the site.

Mobile Crane Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Las grúas móviles son responsables de la mayoría de los accidentes, lesiones y muertes de todos los tipos de grúas. Sea consciente de los peligros si opera o trabaja cerca de grúas móviles. Reciba una formación adecuada sobre el manejo de la grúa y la preparación y sujeción de la carga. Utilice cascos, botas de seguridad y ropa de alta visibilidad cuando maneje grúas o trabaje cerca de ellas.

CUÁL ES EL PELIGRO

Tipos habituales de accidentes con grúas

Dado que los empleados trabajan desde alturas, utilizan maquinaria pesada y están expuestos a materiales tóxicos, no debería sorprender que el trabajo en la construcción sea peligroso. Uno de los mayores peligros a los que se enfrentan los trabajadores de la

construcción es resultar heridos en un accidente de grúa. Los trabajadores pueden sufrir lesiones de larga duración.

COMO PROTEGERSE

MEDIDAS DE CONTROL DE RIESGOS Y PRECAUCIONES GENERALES DE LAS GRÚAS MÓVILES

1. El arranque del motor

- Intoxicación por monóxido de carbono procedente de los gases de escape cuando el motor está en marcha en interiores.
- Si el motor debe arrancarse en interiores, abra todas las puertas y ventanas para garantizar una buena ventilación. Si es necesario, conecte un tubo adicional al tubo de escape y expulse los gases de escape al exterior.
- Incendios por derrames.
- Mantenga limpio el motor y sus alrededores. No deje herramientas, trapos ni ningún otro objeto en el compartimento del motor. Después de la inspección y el mantenimiento, limpie cualquier derrame de aceite o combustible. Compruebe que no haya material inflamable esparcido o amontonado cerca del motor.
- Movimiento accidental de la grúa.
- Arranque el motor sólo cuando esté sentado en el asiento del operador.
- Manejar la grúa cuando esté siendo revisada o reparada.
- Coloque siempre etiquetas de advertencia en las palancas de control de la máquina cuando se esté revisando o reparando. Aísle la máquina siempre que sea posible.
- No maneje la grúa si está cansado o no puede concentrarse en el trabajo.
- Esté siempre alerta y vigile que la pluma o la carga suspendida no colisionen con personas o edificios y que la carga no colisione con la pluma.
- Operar la grúa introduciendo la mano por la puerta o ventana. (El operador no tiene el control total de la grúa y podría hacer que la grúa colisionara con personas, edificios y otros objetos).

- Dejar caer la carga de una grúa desatendida.
- Nunca deje una carga suspendida en una grúa desatendida.

2. Peligros de la elevación con grúa móvil Control de riesgos y medidas

- Fallo estructural o vuelco de la grúa durante su funcionamiento.
- No supere la capacidad de elevación de la grúa.
- Si no está seguro de la capacidad de elevación, consulte siempre la tabla de capacidad de elevación nominal. La capacidad de elevación varía con la longitud de la pluma y el radio de trabajo.
- Compruebe siempre que todos los dispositivos de seguridad y sistemas de advertencia funcionan correctamente.
- No utilice la grúa si alguno de los dispositivos de seguridad o sistemas de advertencia está averiado.
- Colisión por balanceo de la carga o disminución de la estabilidad de la grúa.
- Evite los movimientos bruscos o el manejo violento de la grúa.
- Accione las palancas y los pedales con suavidad. Arranque, acelere, desacelere, articule y pare la grúa con suavidad y seguridad.
- Cuando eleve cargas largas ate una cuerda guía a cada extremo de la carga. Esto evitará que la carga se balancee mientras se eleva.
- Las operaciones compuestas, como la combinación de elevación o descenso con cabrestante, articulación, abatimiento y telescópico serán más lentas que las operaciones individuales.
- Al pasar de una operación compuesta a una individual, accione los mandos lenta y suavemente, sin cambios bruscos de velocidad o dirección.
- Daños y vuelcos de la grúa por el uso de contrapesos no especificados.
- Utilice únicamente contrapesos suministrados por el fabricante.
- Los contrapesos incorrectos pueden someter a la grúa a

esfuerzos excesivos y dañarla o disminuir su estabilidad.

3. Dispositivos de seguridad de la grúa Medidas de control de riesgos

- Los dispositivos de seguridad de las grúas móviles comprenden el limitador del momento de carga, el pasador de bloqueo de la plataforma giratoria, el antirretroceso de la pluma, el final de carrera de elevación, el anemómetro, el indicador de nivel, la válvula hidráulica de rebose, la válvula de contrapeso, el bloqueo hidráulico bidireccional, la lámpara de advertencia de dirección y la lámpara de advertencia de desplazamiento, etc.
- Daños en la grúa o disminución de la estabilidad al trabajar con una carga pesada y una pluma larga.
- Al elevar una carga, la pluma se flexiona y aumenta el radio de trabajo.
- Esto es más notable con una carga muy pesada o una pluma larga.
- Deje un margen adicional por debajo de la capacidad nominal de elevación para compensar el aumento del radio de trabajo.
- Sobrecarga debida a la mayor flexión de la pluma cuando la carga se eleva repentinamente.
- Levantar la carga del suelo con cuidado.
- Eleve la carga verticalmente y haga una breve pausa cuando la carga esté apenas despegada del suelo para confirmar la eslinga y que no hay sobrecarga.
- A continuación, reanude la elevación.
- Daños a la grúa o disminución de la estabilidad si la carga se levanta del suelo orzando o extendiendo la pluma.
- No levante nunca la carga del suelo plegando o extendiendo la pluma.
- Espere hasta que la carga se haya levantado del suelo antes de elevar o extender la pluma.
- Daños o lesiones causados por el personal bajo la carga al articularla.
- Antes de desplazar lateralmente la carga, comprobar que es seguro hacerlo.
- La trayectoria de la carga o de la grúa debe estar libre de

personas u obstáculos.
- Colisión o caída de la carga sobre personas.
- No mover la carga suspendida por encima de las cabezas de las personas.

CONCLUSIÓN

Las grúas se utilizan habitualmente en obras de construcción e industriales para levantar y mover objetos pesados. Aunque las grúas son una herramienta inestimable, también son extremadamente peligrosas si no se manejan con seguridad. Debido a su tamaño y finalidad, las grúas representan un peligro evidente para el gruista y los demás trabajadores y visitantes de la obra.

Noise – Hear Today Gone Tomorrow Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La pérdida de audición puede producirse de forma tan gradual que puede pasar desapercibida hasta que sea demasiado tarde. Entonces, puede que ni siquiera un audífono sirva de ayuda. La mayoría de las pérdidas auditivas se deben al ruido a lo largo de la vida. Aunque la pérdida de audición puede deberse a una única exposición a un ruido o una explosión, estas pérdidas traumáticas son poco frecuentes. La mayoría de los casos de pérdida auditiva comienzan gradualmente en frecuencias ligeramente superiores a la del habla humana y luego se van extendiendo sutilmente a frecuencias más bajas y más altas.

CUÁL ES EL PELIGRO

ENTENDER LOS DAÑOS AUDITIVOS

La pérdida de audición puede producirse al exponerse a 85 decibelios de ruido de media durante 8 horas. Las conversaciones normales suelen producirse a 60 decibelios, muy por debajo del umbral de pérdida auditiva. ¿Recuerda aquellos auriculares utilizados como altavoces? Probablemente, la música sonaba a todo volumen, que a menudo puede alcanzar los 105 decibelios. Por cada aumento de 3 decibelios por encima de los 85 decibelios, puede producirse una pérdida de audición en la mitad de tiempo. Por tanto, sólo se necesitan 4 horas de exposición a 88 decibelios para que se produzca una pérdida de audición, y 2 horas de exposición a 91 decibelios. Una vez que los niveles de ruido superan los 100 decibelios, una persona puede sufrir daños auditivos en tan sólo 15 minutos. Cuanto más alto es el ruido, más rápidamente se produce la pérdida de audición.

COMO PROTEGERSE

CUANDO EL LUGAR DE TRABAJO ES DEMASIADO RUIDOSO

La cantidad de ruido y la duración de la exposición determinan la capacidad de dañar la audición ¿Se puede saber si el trabajo es demasiado ruidoso y puede estar causando daños auditivos? Es demasiado ruidoso si

- Tienes que levantar la voz para que te oigan.
- No puede oír a alguien situado a menos de 60 cm sin gritar.
- El habla a su alrededor suena amortiguada o apagada después de salir de una zona ruidosa.
- Tiene zumbidos en los oídos después de la exposición al ruido.

NIVELES DE RUIDO EN EL LUGAR DE TRABAJO

¿Dónde encajan en este cuadro las herramientas y los entornos en los que trabajamos?

- Los compresores de aire a un metro de distancia registran 92 decibelios, lo que supondría menos de 2 horas de pérdida de audición.
- Los taladros eléctricos registran 98 decibelios, lo que provocaría daños en 30 minutos.
- Las fábricas típicas suelen registrar 100 decibelios, lo que supone 15 minutos de exposición.
- Las sierras mecánicas pueden alcanzar los 110 decibelios a un metro de distancia, lo que podría causar una pérdida de audición permanente en menos de 2 minutos.

En resumen, si los trabajadores están expuestos a estos niveles de ruido sin protección, es muy probable que sufran una pérdida de audición. La única forma de conocer los niveles exactos de ruido a los que están expuestos los trabajadores es realizar una monitorización del ruido con equipos especializados, aunque esto sólo es necesario cuando las exposiciones son iguales o superiores a 85 decibelios. Algunos indicios de que los niveles de ruido pueden ser tan altos son que los empleados se quejen de la intensidad del ruido, que haya signos que sugieran que los empleados están perdiendo audición o que los niveles de ruido dificulten una conversación normal.

LOS MEJORES PASOS PARA CONTROLAR EL RUIDO EN EL LUGAR DE TRABAJO

En primer lugar, aprende a reconocer cuándo una zona es demasiado ruidosa.

- Si tiene que gritar para mantener una conversación con una persona situada a un metro de usted, es probable que la zona esté demasiado ruidosa y deba utilizar protección auditiva.
- Oye un zumbido o pitido en los oídos al salir del trabajo que puede durar unos minutos o varias horas, dependiendo del nivel de ruido.
- Experimenta una pérdida temporal de audición al salir del trabajo. Los sonidos se amortiguan o es posible que no pueda oír nada en absoluto durante un periodo de tiempo; o tiene que subir el volumen de la radio de camino a casa, o de la televisión una vez en casa, para entender lo que se dice o escuchar la música.

En segundo lugar, utilice siempre protección auditiva cada vez que se encuentre en una zona muy ruidosa. Su empleador debe recomendarle y proporcionarle opciones de protección auditiva, incluidos diferentes estilos de tapones, tapones de canal y orejeras. Es su responsabilidad llevar y cuidar su EPP de acuerdo con la formación proporcionada por su empresa.

En tercer lugar, reconozca los signos de pérdida de audición y hable con su supervisor inmediatamente si experimenta alguno de ellos.

- Dificultad para oír voces o sonidos más agudos.
- Dificultad para oír y entender lo que dice la gente en lugares con mucho ruido de fondo, como restaurantes o fiestas, por ejemplo.
- En una conversación normal, oye a alguien hablar, pero las palabras parecen amortiguadas o quieres que te las repitan.
- Tiene que subir el volumen de la televisión o la radio para oír con la misma claridad que antes.
- Zumbidos, rugidos, silbidos o zumbidos en el oído, así como dolor, picor o irritación de oído.
- El vértigo, o sensación de estar dando vueltas, puede ser un signo de daño auditivo.

BUENAS PRÁCTICAS PARA EVITAR LOS PELIGROS DEL RUIDO

- Reduzca el ruido que llega a sus oídos. Nada puede bloquear totalmente el sonido.
- Los protectores auditivos electrónicos permiten que las conversaciones y las advertencias lleguen al oído, pero evitan los niveles nocivos de presión sonora. Otros protectores auditivos electrónicos captan y amplifican los sonidos deseados. Algunas orejeras o tapones se combinan con sistemas de comunicación para su uso en zonas ruidosas.
- Las orejeras – rellenas de líquido o espuma- se presentan en varios estilos para mayor funcionalidad y comodidad. Las orejeras están provistas de una diadema de metal o plástico. Algunas diademas pueden doblarse o colocarse alrededor de la parte delantera o trasera del cuello en varias posiciones. Existen incluso almohadillas refrigerantes para las orejeras

que se utilizan en entornos de trabajo calurosos.

- Los tapones pueden ser premoldeados para adaptarse a todos los usuarios, o moldeados a medida para ajustarse exactamente. Pueden ser extensibles o no extensibles, y pueden ser reutilizables o desechables. Existen tapones con cordones que se cuelgan del cuello para que pueda quitárselos y ponérselos fácilmente.
- Asegúrese de que su protección auditiva es cómoda, se ajusta correctamente y es compatible con otros equipos de protección personal (EPP), como el casco.
- Eche un vistazo a los protectores auditivos especialmente diseñados para su uso con otros EPP. Se acoplan a las ranuras y soportes de los cascos para combinar la protección auditiva, facial y de la cabeza.
- Colabore con el programa de protección auditiva de su lugar de trabajo. Realice las pruebas auditivas periódicas y utilice los equipos de protección individual recomendados. Cuide bien su EPP limpiándolo según las recomendaciones del fabricante y sustituyéndolo cuando sea necesario.

CONCLUSIÓN

La pérdida de audición no sólo afecta al empleo, sino también a la vida fuera del mismo. Concretamente, la pérdida de audición altera el rendimiento laboral, causa problemas relacionados con el estrés, aumenta el ritmo cardíaco, incluida la fatiga, la irritabilidad y la tensión.