Newsletter – October 2022

- Visitor Safety and Security;
- Safety Talks on Fire Safety, Drowsy Driving, Security, PPE: Hearing Safety;
- Fatality Reports;
- Eliminate Negative Effects of Hearing Loss in the Workplace;
- Better Public Speaking;
- and more…

Strokes- Signs and Emergency Response Stats and Facts

FACTS

1. Stroke is a leading cause of death for Americans, but the risk of having a stroke varies with race and ethnicity.
2. Know the warning signs and symptoms of stroke so that you can act fast if you or someone you know might be having a stroke. The chances of survival are greater when emergency treatment begins quickly.
3. A stroke, sometimes called a brain attack, happens in one of two ways:

Ischemic stroke–when the blood supply to the brain is blocked

Hemorrhagic stroke–when a blood vessel in the brain bursts

A stroke causes brain tissue to die, which can lead to brain damage, disability, and death.

1. Learn the major risk factors. While some risk factors are outside your control – like race, age and gender – there are

many you do have the power to control, such as diet, cigarette smoking, cholesterol and blood pressure.
2. Patients who arrive at the emergency room within 3 hours of their first symptoms often have less disability 3 months after a stroke than those who received delayed care.
3. Stroke risk increases with age, but strokes can—and do—occur at any age.
4. Eating too much salt, or sodium, can raise your blood pressure, putting you at higher risk of stroke.

STATS

- In 2018, 1 in every 6 deaths from cardiovascular disease was due to stroke.
- Someone in the United States has a stroke every 40 seconds. Every 4 minutes, someone dies of stroke.
- Every year, more than 795,000 people in the United States have a stroke. About 610,000 of these are first or new strokes.
- About 185,000 strokes—nearly 1 of 4—are in people who have had a previous stroke.
- About 87% of all strokes are ischemic strokes, in which blood flow to the brain is blocked.
- High blood pressure, also called hypertension, is a major risk factor for stroke.
- Nearly half of men (47%) have high blood pressure (greater than or equal to 130/80 mmHg) or are taking medicine for their blood pressure. Four out of 5 men with high blood pressure do not have their blood pressure controlled.
- Half of men who are taking medicine for high blood pressure but whose blood pressure is uncontrolled have a blood pressure greater than or equal to 140/90 mmHg.

Strokes- Signs and Emergency Response Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. El derrame cerebral es una de las principales causas de muerte de los estadounidenses, pero el riesgo de sufrirlo varía según la raza y la etnia.
2. Conozca los signos y síntomas de advertencia del derrame cerebral para poder actuar rápidamente si usted o alguien que conoce puede estar sufriendo un derrame cerebral. Las posibilidades de supervivencia son mayores cuando el tratamiento de emergencia se inicia rápidamente.
3. Un derrame cerebral, a veces llamado ataque cerebral, se produce de dos maneras:

Derrame cerebral isquémico: cuando se bloquea el suministro de sangre al cerebro.

Derrame cerebral hemorrágico: cuando se rompe un vaso sanguíneo del cerebro.

Derrame cerebral hace que el tejido cerebral muera, lo que puede provocar daños cerebrales, discapacidad y muerte.

1. Conozca los principales factores de riesgo. Aunque algunos factores de riesgo están fuera de su control -como la raza, la edad y el sexo-, hay muchos que sí puede controlar, como la dieta, el tabaquismo, el colesterol y la presión arterial.
2. Los pacientes que acuden a urgencias en las tres horas siguientes a la aparición de los primeros síntomas suelen tener menos discapacidades tres meses después del derrame cerebral que los que recibieron atención tardía.
3. El riesgo de derrame cerebral aumenta con la edad, pero

pueden ocurrir -y ocurren- a cualquier edad.
4. Comer demasiada sal, o sodio, puede elevar la presión arterial y aumentar el riesgo de sufrir un derrame cerebral.

ESTADÍSTICAS

- En 2018, 1 de cada 6 muertes por enfermedad cardiovascular se debió a un derrame cerebral.
- Alguien en Estados Unidos sufre un derrame cerebral cada 40 segundos. Cada 4 minutos, alguien muere de derrame cerebral.
- Cada año, más de 795.000 personas en Estados Unidos sufren un derrame cerebral. De ellos, unos 610.000 son primeros o nuevos derrames crerebrales.
- Alrededor de 185.000 accidentes cerebrovasculares -casi 1 de cada 4- se producen en personas que ya han tenido un accidente cerebrovascular.
- Aproximadamente el 87% de todos los ictus son isquémicos, en los que se bloquea el flujo sanguíneo al cerebro.
- La presión arterial alta, también llamada hipertensión, es un importante factor de riesgo de accidente cerebrovascular.
- Casi la mitad de los hombres (47%) tienen la presión arterial alta (mayor o igual a 130/80 mmHg) o toman medicamentos para su presión arterial. Cuatro de cada cinco hombres con presión arterial alta no la tienen controlada.
- La mitad de los hombres que toman medicamentos para la hipertensión, pero cuya presión arterial no está controlada tienen una presión arterial superior o igual a 140/90 mmHg.

Strokes- Signs and Emergency Response Fatality File

Man has stroke at work, spends 5 days in locked office, dies

PORTLAND, Maine – A computer specialist had a stroke in his office but wasn't discovered until five days later, then died at a hospital, relatives and authorities said Wednesday.

David Norton, 45, of Portland, was barely alive when police found him Oct. 10 inside his University of Southern Maine office. He died Oct. 15 at Maine Medical Center.

Norton had a stroke the Friday before Columbus Day and was found in his locked office by USM police the following Wednesday after a co-worker reported he'd missed a meeting and couldn't be reached, said Norton's mother, Linda Norton, of Kingfield.

She's asked USM to develop a policy for police to check every university office every day.

Strokes- Signs and Emergency Response Fatality File – Spanish

Un hombre sufre un derrame cerebral en el trabajo, pasa 5 días encerrado en su oficina y muere

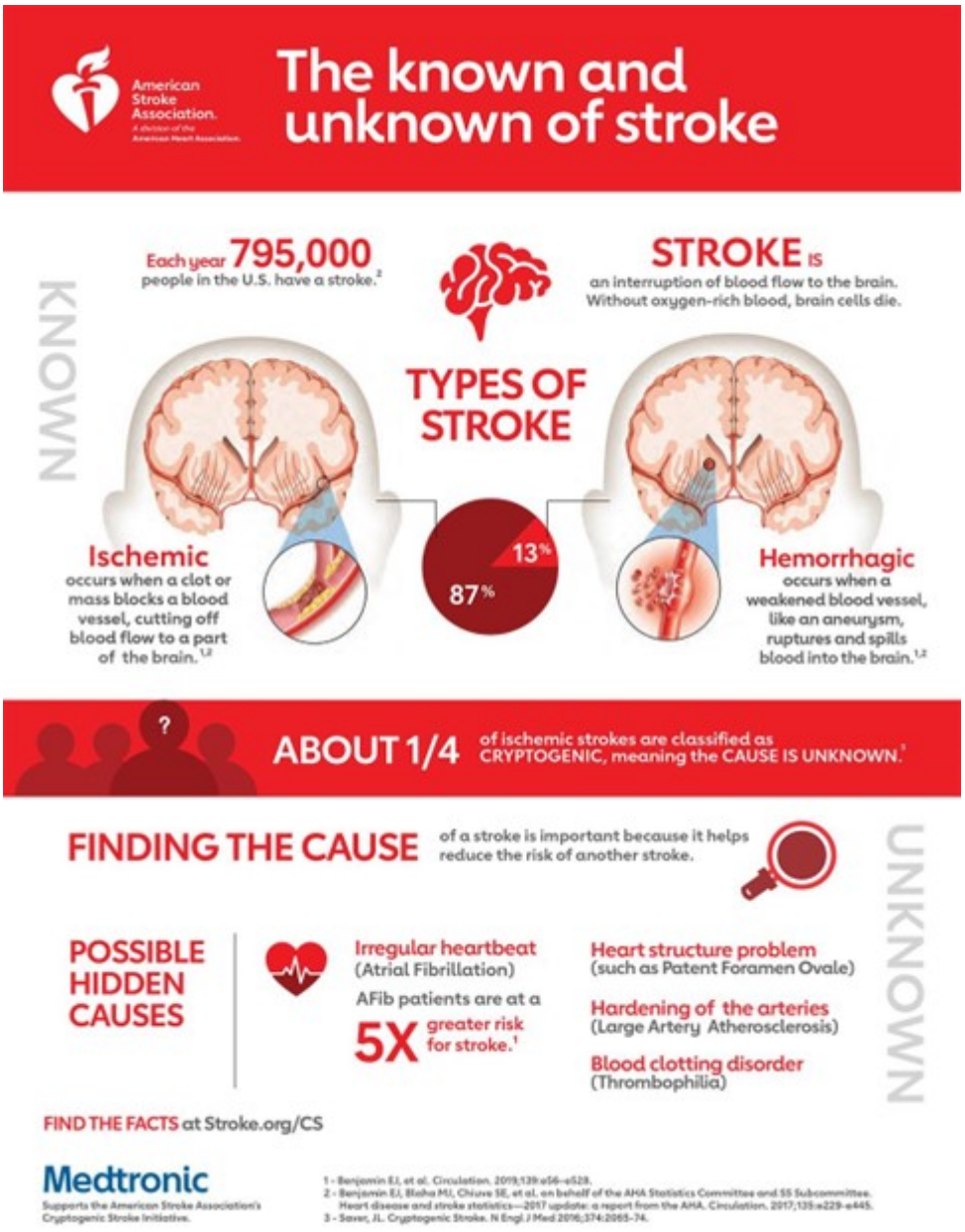
PORTLAND, Maine – Un informático sufrió un derrame cerebral en su oficina, pero no fue descubierto hasta cinco días después, y luego murió en un hospital, según informaron el miércoles sus familiares y las autoridades.

David Norton, de 45 años, de Portland, apenas estaba vivo cuando la policía lo encontró el 10 de octubre dentro de su oficina de la Universidad del Sur de Maine. Murió el 15 de octubre en el Centro Médico de Maine.

Norton sufrió un derrame cerebral el viernes anterior al Día de la Raza y la policía de la USM lo encontró en su oficina cerrada con llave el miércoles siguiente, después de que un compañero de trabajo informara de que había faltado a una reunión y de que no podía ser localizado, dijo la madre de Norton, Linda Norton, de Kingfield.

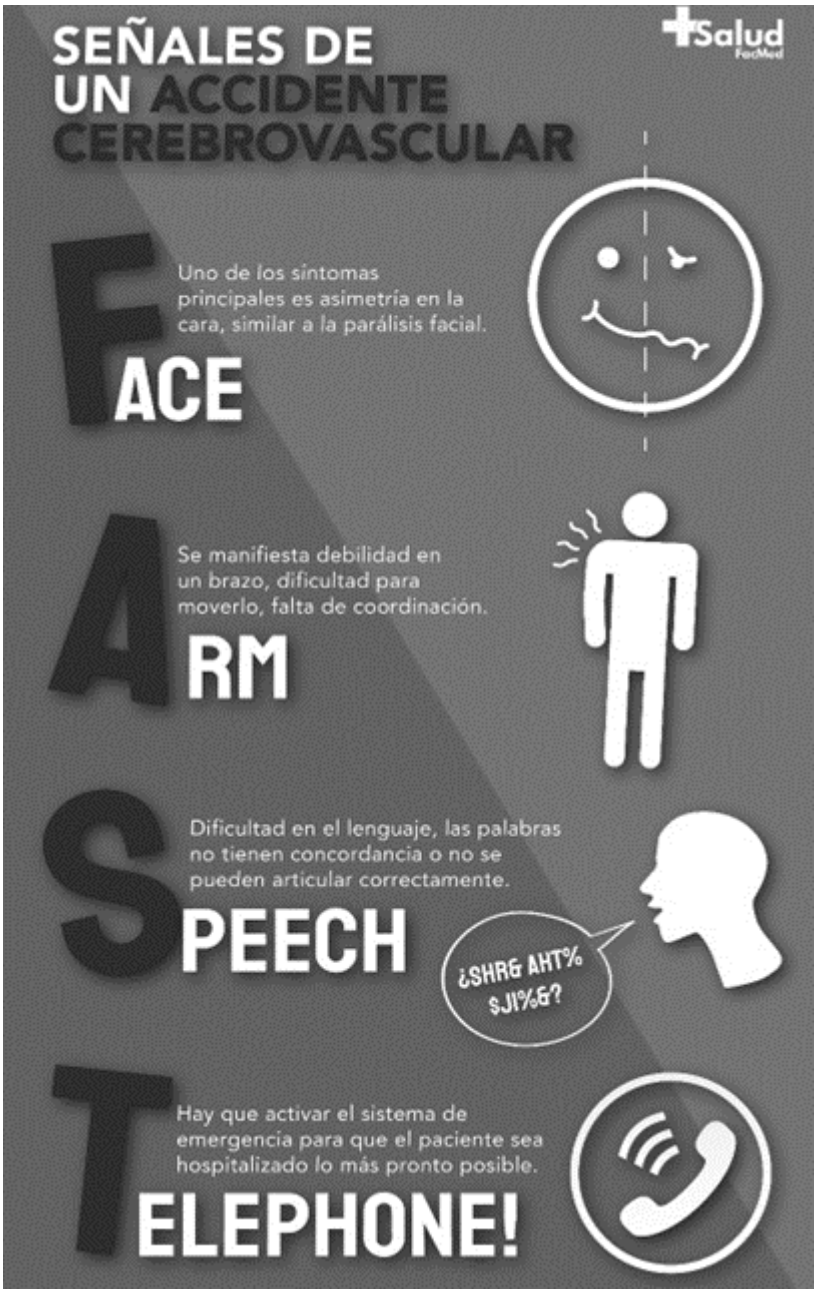
La madre de Norton, Linda Norton, de Kingfield, ha pedido a la USM que desarrolle una política para que la policía compruebe cada oficina de la universidad todos los días.

Strokes- Signs and Emergency Response Picture This



Source: https://www.stroke.org

Strokes- Signs and Emergency Response Picture This – Spanish



Fuente: http://www.massaludfacmed.unam

Struck-by Incidents (Construction) Meeting Kit

With all of the moving equipment, flying debris, and falling objects on a construction site it can be a very dangerous place for an individual on the ground. It is important to understand the specific hazards of the work for that day as well as the job site

overall as ground personnel who will be on the job site.

DISTINCTION/ DIFFERENCE

Struck-by injuries are produced by forcible contact or impact between the injured person and an object or piece of equipment. Having said that, it is important to point out that in construction, struck-by hazards can resemble **caught–in or –between hazards.**

There is a **distinction** which is best explained by looking at the key factor in making a determination between a **Caught** event and a **Struck** event, ask: Was it the impact of the object alone that caused the injury? When the impact alone creates the injury, the event is considered as **Struck.** On the other hand, when the injury is created more as a result of crushing injuries between objects, the event is considered as **Caught.**

THE HAZARDS

Construction workers are most often struck by heavy equipment and vehicles, falling or flying objects, and masonry or concrete walls under construction. To prevent these injuries, here are a number of tips, including:

- Always wear a seat belt when operating equipment.
- Drive slowly and follow all safe operating procedures.
- Don’t operate vehicles or equipment if you can’t see behind you while backing up. In these situations, make sure the vehicle or equipment has a reverse alarm that other workers can hear, as well as another worker to signal that all is clear before moving.
- Inspect all vehicles and equipment before work begins. Be sure brakes are in good condition, and chock all vehicle wheels when not in use or parked on an incline.
- Wear proper personal protective equipment, including high-visibility vests.

Falling or flying objects are another struck-by hazard found on construction sites. Workers are at risk from falling objects from

beneath cranes, scaffolds or overhead work. To avoid injuries, wear personal protective equipment, employ protective measures such as toe boards and debris nets, secure all items when working at height, and never work underneath suspended loads.

To avoid being injured or killed by flying objects or when flying particle hazards are present, wear hard hats and appropriate eye and face protection; never use hand tools with loose or cracked handles.

PREVENTION

Prevention is the key to not having injuries on the job site. Things to do to prevent struck-by injuries include:

- Wear personal protective equipment such as steel-toe shoes and hard hats.
- Workers should only use equipment that they are properly trained to use.
- Workers should make sure all safety devices on equipment are in good working order before they use them.
- Never obstruct views by overloading equipment.
- Use extra caution with machinery around corners and doorways.
- Secure and neatly store loose materials in our head locations.
- Store heavy objects close to the floor.
- Secure all loads and lift them evenly.
- Never throw materials or tools.
- Use debris nets, catch platforms, or canopies to catch or deflect falling objects.
- Do not work under loads that have been lifted and always keep a safe distance.
- Do not exceed the lifting capacity of cranes and hoists.
- Inspect all tools to ensure the protective guards are in good condition.

STRUCK – BY INCIDENTS TAKE AWAYS

- Eliminate as many struck-by hazards due to equipment as

possible. For example, does a piece of equipment or vehicle need to be operating in an area where there are pedestrians? Can unnecessary backing be eliminated? Can the worker on the ground wait to complete the task they were assigned to do or complete it somewhere else away from moving equipment?

- Eliminate the potential for falling objects. Remove materials or tools that are located on an elevated level when possible. If elimination is not possible then make sure there is proper toe boards located on any elevated surfaces to prevent objects from sliding off. Another option is to tie off tools and materials to ensure they do not fall to a lower level.
- Barricade work zones to prevent entry where equipment is operating or there is work overhead being completed. Substantial barricades such as fences will help prevent ground personnel from entering an area where they could be injured.
- Barricade or separate any work tasks that create flying debris. For example, workers should not be exposed to grinding operations or operations that create excessive dust, like cutting concrete, if they are not the ones completing the task.

FINAL WORD

It is difficult to fully eliminate the hazards that result in struck-by incidents, but proper planning and work zone delineation can help to eliminate exposure to these risks. Evaluate your work tasks to see if there are any unnecessary risks to ground personnel due to the mentioned hazards above.

Struck-by Incidents (Construction) Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Con todo el equipo en movimiento, los escombros que vuelan y los objetos que caen en una obra de construcción, puede ser un lugar muy peligroso para un individuo en el suelo. Es importante entender los peligros específicos del trabajo para ese día, así como el sitio de trabajo en general como personal de tierra que estará en el sitio de trabajo.

DISTINCIÓN/DIFERENCIA

Las lesiones por atropello se producen por el contacto o impacto forzado entre la persona lesionada y un objeto o pieza de equipo. Dicho esto, es importante señalar que, en la construcción, los riesgos de atropello pueden asemejarse a los riesgos de atrapamiento o de interferencia.

Hay una distinción que se explica mejor si se observa el factor clave para determinar si un suceso es atrapado o golpeado: ¿fue el impacto del objeto el único que causó la lesión? Cuando el impacto por sí solo crea la lesión, el suceso se considera como Golpeado. En cambio, cuando la lesión se produce más bien como resultado de un aplastamiento entre objetos, el suceso se considera como Atrapado.

CUÁL ES EL PELIGRO

LOS **PELIGROS**

Los trabajadores de la construcción suelen ser golpeados por equipos y vehículos pesados, por objetos que caen o vuelan y por muros de mampostería u hormigón en construcción. Para prevenir

estas lesiones, hay una serie de consejos, entre ellos:

- Utilice siempre el cinturón de seguridad cuando maneje el equipo.
- Conduzca despacio y siga todos los procedimientos de funcionamiento seguro.
- No maneje vehículos o equipos si no puede ver detrás de usted mientras retrocede. En estas situaciones, asegúrese de que el vehículo o equipo tenga una alarma de marcha atrás que puedan oír los demás trabajadores, así como otro trabajador para indicar que todo está despejado antes de moverse.
- Inspeccione todos los vehículos y equipos antes de comenzar el trabajo. Asegúrese de que los frenos están en buen estado, y calce todas las ruedas del vehículo cuando no esté en uso o esté estacionado en una pendiente.
- Lleve el equipo de protección personal adecuado, incluidos los chalecos de alta visibilidad.

Los objetos que caen o vuelan son otro peligro de atropello en las obras. Los trabajadores corren el riesgo de sufrir caídas de objetos desde debajo de grúas, andamios o trabajos en altura. Para evitar lesiones, hay que llevar equipo de protección personal, emplear medidas de protección como rodapiés y redes para escombros, asegurar todos los elementos cuando se trabaja en altura y no trabajar nunca debajo de cargas suspendidas.

Para evitar lesiones o la muerte por objetos voladores o cuando existan riesgos de partículas voladoras, utilice cascos y protección adecuada para los ojos y la cara; no utilice nunca herramientas de mano con mangos sueltos o agrietados.

COMO PROTEGERSE

PREVENCIÓN

La prevención es la clave para no tener lesiones en el lugar de trabajo. Entre las cosas que hay que hacer para prevenir las lesiones por golpes se incluyen:

- Usar equipos de protección personal, como zapatos con punta de acero y cascos.
- Los trabajadores sólo deben utilizar el equipo para el que están debidamente formados.
- Los trabajadores deben asegurarse de que todos los dispositivos de seguridad del equipo están en buen estado de funcionamiento antes de utilizarlos.
- No obstruya nunca la visión sobrecargando el equipo.
- Extreme las precauciones con la maquinaria al pasar por esquinas y puertas.
- Asegure y almacene ordenadamente los materiales sueltos en nuestros lugares de cabecera.
- Almacene los objetos pesados cerca del suelo.
- Asegure todas las cargas y levántelas uniformemente.
- No arroje nunca materiales o herramientas.
- Utilice redes de escombros, plataformas de captura o toldos para atrapar o desviar los objetos que caen.
- No trabaje debajo de las cargas levantadas y mantenga siempre una distancia de seguridad.
- No supere la capacidad de elevación de las grúas y polipastos.
- Inspeccione todas las herramientas para asegurarse de que las protecciones están en buen estado.

INCIDENTES DE ATROPELLO

- Elimine el mayor número posible de riesgos de atropello debidos a los equipos. Por ejemplo, ¿es necesario que un equipo o vehículo funcione en una zona donde hay peatones? ¿Puede eliminarse el retroceso innecesario? ¿Puede el trabajador que está en el suelo esperar a terminar la tarea que se le ha asignado o completarla en otro lugar lejos del equipo en movimiento?
- Elimine la posibilidad de caída de objetos. Elimine los materiales o las herramientas que se encuentran en un nivel elevado cuando sea posible. Si la eliminación no es posible, asegúrese de que hay rodapiés adecuados en cualquier superficie elevada para evitar que los objetos se deslicen. Otra opción es atar las herramientas y los materiales para

asegurarse de que no caigan a un nivel inferior.

- Coloque barricadas en las zonas de trabajo para evitar la entrada en los lugares en los que haya equipos en funcionamiento o en los que se estén realizando trabajos por encima de la cabeza. Unas barricadas considerables, como las vallas, ayudarán a evitar que el personal de tierra entre en una zona en la que podría resultar herido.
- Coloque barricadas o separe cualquier tarea que genere escombros voladores. Por ejemplo, los trabajadores no deben estar expuestos a operaciones de amolado o a operaciones que generen un polvo excesivo, como el corte de hormigón, si no son ellos los que realizan la tarea.

CONCLUSIÓN

Es difícil eliminar por completo los peligros que provocan los incidentes de atropello, pero una planificación adecuada y la delimitación de la zona de trabajo pueden ayudar a eliminar la exposición a estos riesgos. Evalúe sus tareas de trabajo para ver si hay riesgos innecesarios para el personal de tierra debido a los peligros mencionados anteriormente.

Struck-by Incidents (Construction) Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. El tipo de lugar de trabajo más peligroso para las muertes por atropello de los trabajadores de la construcción son las obras de construcción de carreteras. En una zona de trabajo

de construcción de carreteras, los trabajadores que se enfrentan a un mayor riesgo de muerte en el trabajo son los guardias de paso de la construcción y los operadores de equipos de pavimentación y asfaltado.

2. Hay muchos peligros de atropello en todas las obras de construcción que pueden herir gravemente o matar a los trabajadores en un día cualquiera. Entre los peligros de atropello más comunes se encuentran los equipos en movimiento, la caída de objetos y los escombros que vuelan.
3. El riesgo de lesiones no mortales por atropello en la construcción es casi el doble del riesgo de todas las industrias combinadas.
4. Los trabajadores de mantenimiento de carreteras tienen el mayor índice de muertes por atropello, mientras que los ayudantes tienen el mayor índice de lesiones no mortales por atropello.
5. En una obra de construcción, los trabajadores sufren la mayor parte de las lesiones no mortales por atropello en accidentes relacionados con materiales de construcción sólidos, herramientas manuales motorizadas y no motorizadas, y chatarra/residuos/escombros. Dentro de los oficios y especialidades, los trabajadores de la construcción con más probabilidades de sufrir lesiones no mortales por atropello son (1) ayudantes; (2) trabajadores de la chapa; (3) mecánicos de calefacción y aire acondicionado; y (4) trabajadores del hierro.

ESTADÍSTICAS

- OSHA ha determinado que hay cuatro peligros principales para la seguridad, excluyendo los incidentes de transporte, que representan la mayoría de las muertes de trabajadores de la construcción cada año en la obra. Denominados por la OSHA como los “cuatro fatales”, incluyen las caídas, las electrocuciones, los golpes con objetos y los atrapamientos en o entre los peligros. En 2016, el 63,7% de todas las víctimas mortales en las obras de construcción se debieron a uno de los cuatro accidentes mortales de la OSHA.

- Las lesiones por golpes se producen cuando un trabajador entra en contacto forzoso con un objeto que vuela, cae, se balancea o rueda. De los cuatro riesgos mortales, los golpes son la segunda causa más importante de muertes entre los trabajadores de la construcción.
- Según la OSHA, las lesiones por atropello representaron 93 muertes de trabajadores de la construcción en 2016, lo que representa el 9,4% de las 991 muertes causadas por los peligros de la obra. Esto se debe a los numerosos peligros que pueden crear lesiones por atropello.
- Según los CDC, la mayoría de las lesiones mortales por atropello están relacionadas con accidentes de vehículos de motor.
- Según los CDC, cerca de la mitad (50%) implican un incidente entre un peatón y un vehículo; el 13% son incidentes en la carretera que implican un vehículo motorizado; y el 10% implican un objeto o equipo.
- Entre 2010 y 2015, el número de muertes resultantes de trabajadores golpeados por un objeto, pieza de equipo o vehículo aumentó un 34%, hasta 162.
- Entre 2011 y 2015, 804 trabajadores de la construcción murieron por lesiones por atropello, más que cualquier otra industria importante; el 52% fueron golpeados por un objeto o equipo, y el resto por un vehículo.

Struck-by Incidents (Construction) Stats and Facts

FACTS

1. The most dangerous type of work place for struck-by fatalities involving construction workers are those road

construction job sites. On a road construction work zone, those workers facing the highest risk of death on the job are construction crossing guards and paving/surfacing equipment operators.
2. There are many struck-by hazards on every construction site that can severely injure or kill workers on any given day. Common struck-by hazards include moving equipment, falling objects, and flying debris.
3. The risk of non-fatal struck-by injuries in construction is nearly double the risk of all industries combined.
4. Highway maintenance workers had the highest rate of struck-by fatalities, while helpers had the highest rate of non-fatal struck-by injuries.
5. On a construction site, workers suffer the most nonfatal struck-by injuries in accidents involving solid building materials, powered and non-powered hand tools, and scrap/waste/ debris. Within the trades and specialties, the construction workers most likely to suffer nonfatal struck-by injuries are: (1) helpers; (2) sheet metal workers; (3) heating and air conditioning mechanics; and (4) iron workers.

STATS

- OSHA has determined that there are four main safety hazards, excluding transportation incidents, that account for a majority of all construction worker deaths each year on the jobsite. Dubbed the “Fatal Four” by OSHA, they include falls, electrocutions, being struck by objects, and getting caught in or between hazards. In 2016, 63.7% of all fatalities at construction sites were from one of OSHA’s Fatal Four.
- Struck-by injuries occur when a worker comes into forcible contact with a flying, falling, swinging or rolling object. Of the Fatal Four hazards, struck-by hazards are the second highest cause of fatalities among construction workers.
- According to OSHA, struck-by injuries accounted for 93 construction worker deaths in 2016, which is 9.4% of the 991

fatalities caused by construction site hazards. This is due to the numerous hazards that can create struck-by injuries.

- According to the CDC, most fatal struck-by injuries involve motor vehicle accidents.
- According to the CDC, about half (50%) involve a pedestrian-vehicle incident; 13% are roadway incidents involving a motorized vehicle; and 10% involve an object or equipment.
- Between 2010 and 2015, the number of deaths resulting from workers being struck by an object, piece of equipment or vehicle rose 34 percent to 162.
- From 2011 to 2015, 804 construction workers died from struck-by injuries, more than any other major industry; 52 percent were struck by an object or equipment, and the rest were struck by a vehicle.

Struck-by Incidents (Construction) Fatality File

Construction worker killed in struck-by accident on Virginia jobsite

A Maryland construction worker, 55-year-old Nelson Aguilar-Salamanca, was killed Monday after being hit by a piece of rebar at a construction site in McLean, Virginia, according to the Fairfax County (Virginia) Police Department (FCPD).

The FCPD said that in Aguilar-Salamanca was working the 1600 block of Capital One Drive, where financial services firm Capital One has a large campus, when the rebar being lifted by a crane fell and struck him. Aguilar-Salamanca died of his injuries at a nearby hospital. There were no other reported injuries related to the accident.

The department’s Major Crimes Bureau is investigating the incident and is awaiting the results of the Office of the Chief Medical Examiner’s autopsy to confirm Aguilar-Salamanca’s cause of death. The FCPD is also encouraging those who witnessed the accident to contact the department.

Struck-by Incidents (Construction) Fatality File – Spanish

Muere un trabajador de la construcción en un accidente por atropello en una obra de Virginia

Un trabajador de la construcción de Maryland, Nelson Aguilar-Salamanca, de 55 años, murió el lunes tras ser golpeado por una barra de refuerzo en una obra en McLean, Virginia, según el Departamento de Policía del Condado de Fairfax (Virginia).

El FCPD dijo que en Aguilar-Salamanca estaba trabajando en el bloque 1600 de Capital One Drive, donde la firma de servicios financieros Capital One tiene un gran campus, cuando la barra de refuerzo que estaba siendo levantada por una grúa cayó y lo golpeó. Aguilar-Salamanca murió de sus heridas en un hospital cercano. No se ha informado de otras lesiones relacionadas con el accidente.

La Oficina de Delitos Graves del departamento está investigando el incidente y está esperando los resultados de la autopsia de la Oficina del Médico Forense para confirmar la causa de la muerte de Aguilar-Salamanca. El FCPD también anima a quienes hayan sido

testigos del accidente a ponerse en contacto con el departamento.

Shortcuts are a Choice Meeting Kit

The decision to take a shortcut can be influenced by many different factors. That being said, at the end of the day shortcuts are a choice made by an individual.

DANGERS OF SHORT – CUTS

Shortcuts are generally derived from indolence in an attempt to perform a job with the most minimal effort required. This creates the opportunity for negative results and possibly severe consequences.

COMMON SAFETY SHORTCUTS

When it comes to safety taking shortcuts can manifest in many different ways. Examples:

- Almost every work task has several safeguards that are to be implemented prior to work beginning. Each safeguard that is implemented is one more way to protect yourself and others from injury.
- PPE is the last line of defense for workers. You never know when you may need it.
- Rushing during tasks or not taking the necessary time to do certain tasks. Many things can be missed when rushing during a work task. This can lead to incidents occurring.

ELIMINATE THESE 10 WORKPLACE SAFETY SHORTCUTS

1. Lifting Quickly: When lifting something really heavy, you should use a back brace, lift with your legs and even get other people to help share the load.

2. Skipping Breaks: By letting your mind and body recover for even just a few minutes at a time, you will be able to work more safely. Taking a lunch is even more important, as it will help you to regulate blood sugar so you can work more safely for the rest of the day.

3. Using Tools Improperly: Each tool has a specific purpose and job, which it will perform properly.

For example, trying to pound a nail into wood with the back end of a screw driver, rather than going to get a hammer. This can not only break the screwdriver, but it exposes the user to a lot of unnecessary danger.

4. Applying the Wrong Safety Label Stock: Using safety labels is one of the best ways to convey information throughout the facility. When making labels, however, you need to make sure you are using the proper type of label stock at all times, based on where the label will be placed. Look at the following examples colon.

- High Temperature Locations
- Cold Temperature Locations
- Oily or Greasy Locations
- Wet or High Humidity Locations

5. Ignoring ‘Near Misses’: When there is a major accident or injury in the facilitiy, everyone knows that they need to report it, fill out the proper paperwork and usually have an investigation into the cause. This is, of course, a good thing. For every actual accident or injury, however, there are often several ‘near misses’ where something went wrong, but nobody was hurt.

Remember, today’s ‘near miss’ is tomorrow’s accident if it is not prevented.

6. Insufficient Emergency Equipment: Most facilities will need to meet a set minimum for things like the number of fire extinguishers or emergency eye wash stations in the facility.

Someone responsible for the safety of the facility should identify areas where there are specific risks, and make sure the proper emergency equipment is located nearby.

7. Neglecting Cleaning Tasks: There are often many areas of the facility that need to be properly cleaned beyond just sweeping up messes or cleaning up spills.

One area is safety signs. They need to be wiped down. Dust, dirt, grease and other things can build up on them, making them very difficult to read.

8. No Clear Emergency Exit Path: Facilities typically have to have all the exits clearly marked with an easy to read sign that lights up in the dark. Due to large machines and the extensive floor space in most facilities, it can be difficult to see where exits are located, especially during an emergency.

To help ensure everyone knows exactly where they should go no matter where they are in the facility, it can be a good idea to add some sort of floor markings that always point people toward the nearest exit.

9. Only Initial Training: It is essential to provide high quality safety training to all employees when they are hired on, and then continue to give updates to this training on a regular basis.

10. Inadequate Maintenance: Keeping the machinery in your facility up to date and well maintained is absolutely essential to the safety of the entire company.

Make sure you have the general maintenance requirements of each machine well documented so that nothing is missed.

Avoid Safety Shortcuts: It is always much better to do something

properly the first time than to have to either redo it again later or deal with the consequences of the shortcut down the road.

WAYS TO AVOID TAKING SHORTCUTS BY WORKERS

- Hold yourself to a higher standard. Do not take the easy way out. Take the time and energy to perform tasks correctly. Make it a habit to follow safety policies and procedures.
- Help set the expectation that shortcuts are unacceptable when it comes to safety.
- Realize that shortcuts affect more than just you. They can result in negative impacts on production, property damage, as well as injuries.
- If facing a perceived time pressure, evaluate whether it is a self-imposed time pressure. Individuals put pressure on themselves to perform a task faster when there is no outside pressure to get a work task completed.
- Preplan work tasks ahead of time so the necessary tools, training, personnel, safety equipment are available.

FINAL WORD

To boil it down taking shortcuts is just an individual choice. Sure there are many factors that affect whether an individual will make the choice to do so, but it is ultimately a choice that is made. It can be difficult to never take a shortcut when it comes to safety, but there are many actions that can utilized to eliminate the urge to do so.

Shortcuts are a Choice Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La decisión de tomar un atajo puede estar influida por muchos factores diferentes. Dicho esto, al fin y al cabo los atajos son una elección individual.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS DE LOS ATAJOS

Los atajos suelen derivar de la indolencia en un intento de realizar un trabajo con el mínimo esfuerzo necesario. Esto crea la oportunidad de obtener resultados negativos y posiblemente consecuencias graves.

COMO PROTEGERSE

ATAJOS DE SEGURIDAD HABITUALES

Cuando se trata de seguridad, tomar atajos puede manifestarse de muchas maneras diferentes. Ejemplos:
Casi todas las tareas de trabajo tienen varias salvaguardias que deben aplicarse antes de comenzar el trabajo. Cada medida de seguridad que se aplica es una forma más de protegerse a sí mismo y a los demás de las lesiones.
El EPP es la última línea de defensa para los trabajadores. Nunca se sabe cuándo se puede necesitar.
Apresurarse durante las tareas o no tomarse el tiempo necesario para realizar ciertas tareas. Se pueden pasar por alto muchas cosas cuando se tiene prisa durante una tarea de trabajo. Esto puede llevar a que se produzcan incidentes.

ELIMINE ESTOS 10 ATAJOS DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO

1. Levantar rápidamente: Cuando levantes algo realmente pesado, debes utilizar un corsé para la espalda, levantar con las piernas e incluso conseguir que otras personas te ayuden a compartir la carga.

2. Omitir los descansos: Si deja que su mente y su cuerpo se recuperen, aunque sea durante unos minutos, podrás trabajar con más seguridad. Tomar un almuerzo es aún más importante, ya que le ayudará a regular el azúcar en la sangre para que pueda trabajar con más seguridad durante el resto del día.

3. Utilizar las herramientas de forma inadecuada: Cada herramienta tiene un propósito y un trabajo específico, que realizará correctamente.
Por ejemplo, intentar clavar un clavo en la madera con el extremo posterior de un destornillador, en lugar de ir a por un martillo. Esto no sólo puede romper el destornillador, sino que expone al usuario a un gran peligro innecesario.

4. Aplicar la etiqueta de seguridad incorrecta: El uso de etiquetas de seguridad es una de las mejores formas de transmitir información en toda la instalación. Sin embargo, al hacer las etiquetas, debe asegurarse de que está utilizando el tipo de material de etiqueta adecuado en todo momento, en función del lugar donde se colocará la etiqueta. Observe los siguientes ejemplos:

- Lugares de alta temperatura
- Lugares con temperaturas frías
- Ubicaciones aceitosas o grasientas
- Ubicaciones húmedas o de alta humedad

5. Ignorar los “casi accidentes”: Cuando se produce un accidente o una lesión importante en las instalaciones, todo el mundo sabe que tiene que informar de ello, rellenar el papeleo adecuado y, por lo general, realizar una investigación sobre la causa. Esto es, por supuesto, algo bueno. Sin embargo, por cada accidente o lesión real, suele haber varios “cuasi accidentes” en los que algo salió mal, pero nadie resultó herido.
Recuerde que el “casi accidente” de hoy es el accidente de mañana

si no se previene.

6. Equipo de emergencia insuficiente: La mayoría de las instalaciones tienen que cumplir un mínimo establecido para cosas como el número de extintores o estaciones de lavado de ojos de emergencia en las instalaciones.
Un responsable de la seguridad de la instalación debe identificar las áreas en las que hay riesgos específicos, y asegurarse de que el equipo de emergencia adecuado se encuentra cerca.

7. Descuidar las tareas de limpieza: A menudo hay muchas áreas de la instalación que necesitan ser limpiadas adecuadamente más allá de barrer el desorden o limpiar los derrames.
Un área es la de las señales de seguridad. Hay que limpiarlas. El polvo, la suciedad, la grasa y otras cosas pueden acumularse en ellas, haciendo que sean muy difíciles de leer.

8. No hay una ruta de salida de emergencia clara: Las instalaciones normalmente tienen que tener todas las salidas claramente marcadas con una señal fácil de leer que se ilumina en la oscuridad. Debido a las grandes máquinas y al extenso espacio en el suelo de la mayoría de las instalaciones, puede ser difícil ver dónde se encuentran las salidas, especialmente durante una emergencia.
Para ayudar a garantizar que todo el mundo sepa exactamente a dónde debe ir, independientemente del lugar en el que se encuentre en las instalaciones, puede ser una buena idea añadir algún tipo de señalización en el suelo que dirija siempre a la gente hacia la salida más cercana.

9. Sólo formación inicial: Es esencial proporcionar una formación de seguridad de alta calidad a todos los empleados cuando son contratados, y luego continuar dando actualizaciones a esta formación de forma regular.

10. Mantenimiento inadecuado: Mantener la maquinaria de sus instalaciones al día y con un buen mantenimiento es absolutamente esencial para la seguridad de toda la empresa.

Asegúrese de tener bien documentados los requisitos generales de

mantenimiento de cada máquina para que no se le escape nada.
Evite los atajos de seguridad: Siempre es mucho mejor hacer algo correctamente la primera vez que tener que volver a hacerlo más tarde o lidiar con las consecuencias del atajo en el futuro.

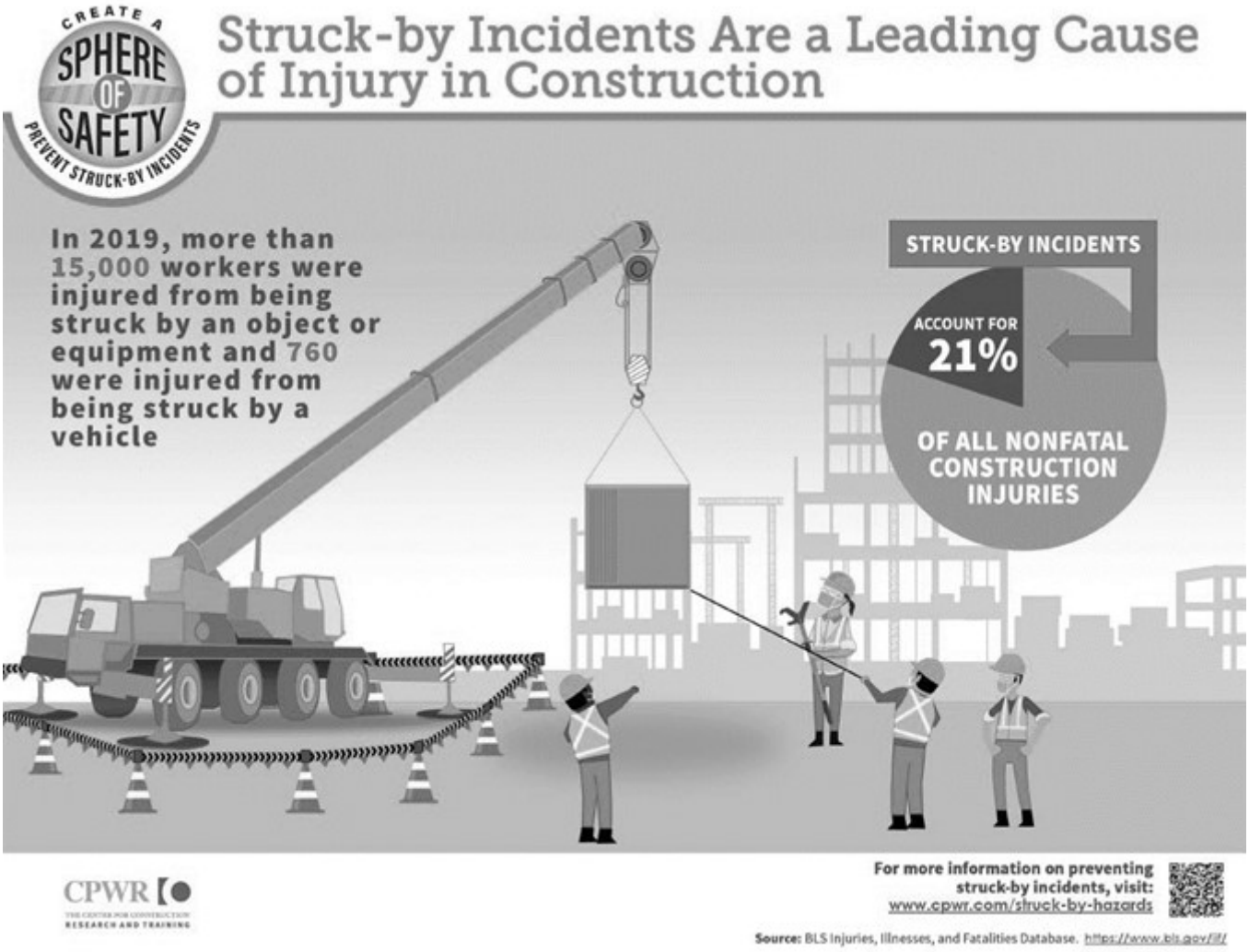
FORMAS DE EVITAR QUE LOS TRABAJADORES TOMEN ATAJOS

- Exíjase a usted mismo un mayor nivel de exigencia. No tome el camino más fácil. Tómese el tiempo y la energía necesaria para realizar las tareas correctamente. Acostúmbrese a seguir las políticas y procedimientos de seguridad.
- Ayude a establecer la expectativa de que los atajos son inaceptables cuando se trata de la seguridad.
- Comprenda que los atajos no sólo le afectan a usted. Pueden tener un impacto negativo en la producción, en los daños a la propiedad y en las lesiones.
- Si se enfrenta a una presión de tiempo percibida, evalúe si se trata de una presión de tiempo autoimpuesta. Los individuos se presionan a sí mismos para realizar una tarea más rápido cuando no hay presión externa para completar una tarea de trabajo.
- Planifique las tareas con antelación para disponer de las herramientas, la formación, el personal y el equipo de seguridad necesarios.

CONCLUSIÓN

Resumiendo, tomar atajos es una decisión individual. Sin duda, hay muchos factores que influyen en que una persona tome la decisión de hacerlo, pero en última instancia es una decisión que se toma. Puede ser difícil no tomar nunca un atajo cuando se trata de la seguridad, pero hay muchas acciones que se pueden utilizar para eliminar el impulso de hacerlo.

Struck-by Incidents (Construction) Picture This



Source: https://www.cpwr.com/

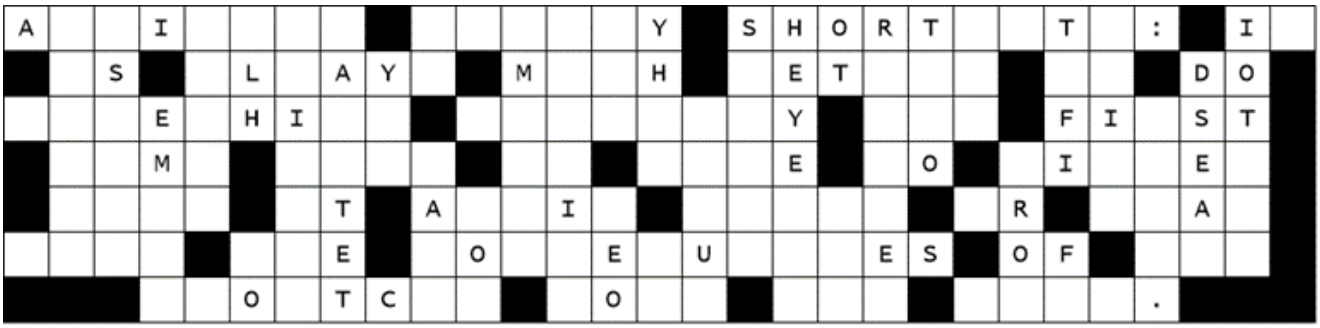
Struck-by Incidents

(Construction) Picture This – Spanish



Fuente: https://dominguezfirm.com

Shortcuts are a Choice Fallen Phrases

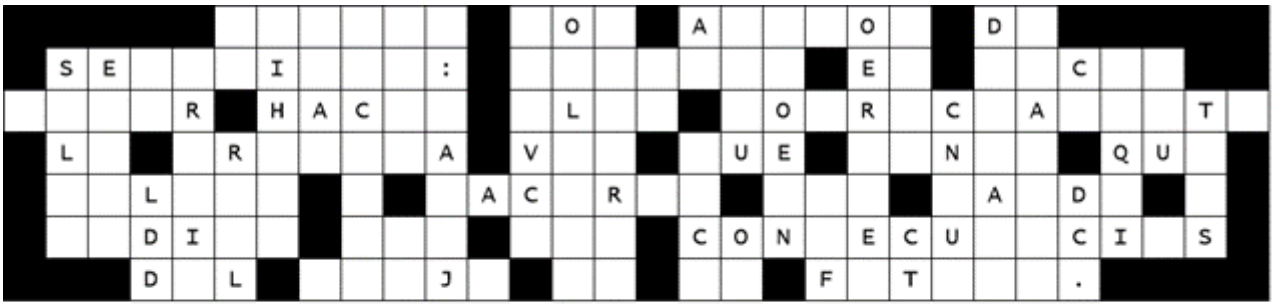




Answer

Avoiding Safety Shortcuts: It is always much better to do something properly the first time than to have to either redo it again later or deal with the consequences of the shortcut down the road.

Shortcuts are a Choice Fallen Phrases – Spanish





Respuesta

Evitar los atajos de seguridad: Siempre es mucho mejor hacer algo correctamente la primera vez que tener que volver a hacerlo más tarde o lidiar con las consecuencias del atajo en el futuro.

Shortcuts are a Choice Infographic



Source: https://www.pinterest.com

Shortcuts are a Choice Infographic – Spanish



Fuente: https://www.academia.edu

Shortcuts are a Choice Picture This



What is wrong in this picture? There are two construction workers working on scaffolding without any fall protection an even any PPE that can protect themselves from incidents, they are putting their life in high risk that can result in multiple injuries and even death.

Employees are statistically six times more likely to experience an accident or injury as a result of unsafe behaviors, such as taking shortcuts, than unsafe working conditions. While shortcuts can sometimes be a great way to get things done faster, you always need to evaluate whether or not the increased speed is going to cause any unintended problems. It is always much better to do something properly the first time than to have to either redo it again later or deal with the consequences of the shortcut down the road.

You should always take the time to fully evaluate any workplace safety shortcuts that people are taking and see if they are really providing the facility with true benefits. If not, they should be eliminated to help keep everyone safe.

Everyone takes a shortcut at one time or another. You cross the street between intersections instead of using the crosswalk or jump a fence instead of using the gate. But in many cases, a shortcut can involve danger. If you have the habit of taking dangerous shortcuts, **BREAK IT NOW!**

Shortcuts are a Choice Picture This – Spanish



¿Qué hay de malo en esta imagen? Hay dos trabajadores de la construcción trabajando en un andamio sin ningún tipo de protección contra caídas e incluso sin ningún EPP que pueda

protegerles de incidentes, están poniendo su vida en un alto riesgo que puede resultar en múltiples lesiones e incluso la muerte.

Estadísticamente, los empleados tienen seis veces más probabilidades de sufrir un accidente o una lesión como resultado de comportamientos inseguros, como tomar atajos, que de condiciones de trabajo inseguras. Aunque los atajos pueden ser a veces una buena manera de hacer las cosas más rápido, siempre hay que evaluar si el aumento de la velocidad va a causar o no algún problema involuntario. Siempre es mucho mejor hacer algo correctamente la primera vez que tener que volver a hacerlo más tarde o lidiar con las consecuencias del atajo en el futuro.

Siempre hay que tomarse el tiempo necesario para evaluar a fondo cualquier atajo de seguridad en el trabajo que se esté tomando y ver si realmente está proporcionando beneficios reales a la instalación. Si no es así, deben eliminarse para ayudar a mantener la seguridad de todos.

Todo el mundo toma un atajo en un momento u otro. Cruzas la calle entre cruces en lugar de usar el paso de peatones o saltas una valla en lugar de usar la puerta. Pero en muchos casos, un atajo puede suponer un peligro. Si tienes el hábito de tomar atajos peligrosos, ¡Rompe con él ahora!

Shift Work Dangers Fatality File

Amazon workers ‘forced to go back to

work’ after fellow employee dies on shift

An Amazon worker in apparent cardiac arrest was lying on the floor of a warehouse for 20 minutes before anyone noticed, according to a report.

Billy Foister, 48, who scanned and stocked shelves for the internet giant, collapsed at an Etna, Ohio, facility just a week after he’d visited a medical clinic complaining of chest pains and a headache. He was given two beverages to combat dehydration and sent back to work, the Guardian reported.

Foister’s brother, Edward, told the paper he was shocked his brother was on the floor dying for so long before an Amazon floor monitor spotted him.

“How can you not see a 6-foot-3-inch man laying on the ground and not help him within 20 minutes? A couple of days before, he put the wrong product in the wrong bin and within two minutes, management saw it on camera and came down to talk to him about it,” Edward Foister said.

According to the National Council for Occupational Safety and Health, which included Amazon on its 2019 “Dirty Dozen” list of the most dangerous employers in the United States, six Amazon workers died on the job between November 2018 and April 2019. At the Etna warehouse alone, 28 calls to 911 were made between January and March 2019.

An employee who worked the same shift as Foister told the Guardian that after he died, they were immediately “forced to go back to work.”

“No time to decompress. Basically watch a man pass away and then get told to go back to work, everyone, and act like it’s fine,” said the Amazon employee.

Amazon said they responded to Foister “within minutes,” but Edward blames the company for his brother’s death.

“There was no reason for my brother to have died. He went to AmCare complaining about chest pains. He should have been sent to the hospital, not just sent back to work just to put things like toothpaste in a bin so somebody can get it in an hour,” Edward told the Guardian. “It seems Amazon values money way more than life. If they did their job right, I wouldn’t have had to bury my little brother.”

Shift Work Dangers Fatality File – Spanish

Trabajadores de Amazon ‘obligados a volver al trabajo’ tras la muerte de un compañero en su turno

Un trabajador de Amazon en aparente paro cardíaco estuvo tirado en el suelo de un almacén durante 20 minutos antes de que alguien se diera cuenta, según un informe.

Billy Foister, de 48 años, que escaneaba y reponía estantes para el gigante de Internet, se desplomó en unas instalaciones de Etna (Ohio) justo una semana después de haber acudido a una clínica médica quejándose de dolores de pecho y de cabeza. Le dieron dos bebidas para combatir la deshidratación y le enviaron de vuelta al trabajo, informó The Guardian.

El hermano de Foister, Edward, dijo al periódico que estaba sorprendido de que su hermano estuviera en la planta muriéndose durante tanto tiempo antes de que un monitor de planta de Amazon lo viera.

“¿Cómo es posible que no vean a un hombre de 1,80 metros tirado en el suelo y no le ayuden en 20 minutos? Un par de días antes, puso el producto equivocado en el contenedor equivocado y en dos minutos, la dirección lo vio en la cámara y bajó a hablar con él sobre el tema”, dijo Edward Foister.

Según el Consejo Nacional para la Seguridad y la Salud Ocupacional, que incluyó a Amazon en su lista de la "Docena Sucia" de 2019 de los empleadores más peligrosos de Estados Unidos, seis trabajadores de Amazon murieron en el trabajo entre noviembre de 2018 y abril de 2019. Solo en el almacén de Etna, se realizaron 28 llamadas al 911 entre enero y marzo de 2019.

Un empleado que trabajaba en el mismo turno que Foister dijo a The Guardian que después de su muerte, fueron inmediatamente "obligados a volver al trabajo"

"No hay tiempo para descomprimir. Básicamente ver a un hombre fallecer y luego recibir la orden de volver al trabajo, todos, y actuar como si estuviera bien", dijo el empleado de Amazon.

Amazon dijo que respondieron a Foister "en cuestión de minutos", pero Edward culpa a la empresa de la muerte de su hermano.

"No había ninguna razón para que mi hermano muriera. Acudió a AmCare quejándose de dolores en el pecho. Deberían haberle enviado al hospital, no enviarle a trabajar sólo para poner cosas como la pasta de dientes en una papelera para que alguien pueda conseguirla en una hora", dijo Edward a The Guardian. "Parece que Amazon valora más el dinero que la vida. Si hubieran hecho bien su trabajo, no habría tenido que enterrar a mi hermano pequeño".