Seven Basic General Industry Safety Rules Stats and Facts

FACTS

The following were the top 10 most frequently cited standards by Federal OSHA in fiscal year 2019:

1. Fall protection, construction
2. Hazard communication standard, general industry
3. Scaffolding, general requirements, construction
4. Control of hazardous energy (lockout/tagout), general industry
5. Respiratory protection, general industry
6. Ladders, construction
7. Powered industrial trucks, general industry
8. Fall Protection—Training Requirements
9. Machinery and Machine Guarding, general requirements
10. Eye and Face Protection

STATS

General Workplace Injury Statistics

- Worker injuries and illnesses are down-from 10.9 incidents per 100 workers in 1972 to 2.8 per 100 in 2017 (OSHA).
- Nearly one-third of nonfatal occupational injuries and illnesses resulted in days away from work (BLS).
- An American is accidentally injured every second by a preventable event (NSC).
- 33% of people suffer from excessive pressure in their job (GWI).
- 15% of all workers’ compensation costs are spent on workers who were injured while at a construction site (WCB).
- OSHA believes that about half of serious injuries that occur at workplaces are still going unreported (LDG Law).

- 50% in a 2016 national safety poll say safety meetings are held less often than they should be.
- 39% in a 2016 national safety poll think management does the minimum required by law to keep employees safe (NSC).
- 36% in a 2016 national safety poll say safety takes a backseat to completing job tasks efficiently.
- 30% in a 2016 national safety poll say they are too afraid to report safety issues (NSC).

Seven Basic General Industry Safety Rules Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Las siguientes fueron las 10 normas más citadas por la OSHA federal en el año fiscal 2019:

1. Protección contra caídas, construcción
2. Norma de comunicación de riesgos, industria general
3. Andamios, requisitos generales, construcción
4. Control de la energía peligrosa (bloqueo/etiquetado), industria general
5. Protección respiratoria, industria en general
6. Escaleras, construcción
7. Carretillas industriales motorizadas, industria general
8. Requisitos de formación en materia de protección contra caídas
9. Protección de maquinaria y máquinas, requisitos generales
10. Protección de los ojos y la cara

ESTADÍSTICAS

Estadísticas generales sobre lesiones en el lugar de trabajo

- Las lesiones y enfermedades laborales han descendido: de 10,9 incidentes por cada 100 trabajadores en 1972 a 2,8 por cada 100 en 2017 (OSHA).
- Casi un tercio de las lesiones y enfermedades laborales no mortales provocaron días de baja laboral (BLS).
- Un estadounidense se lesiona accidentalmente cada segundo por un evento prevenible (NSC).
- El 33% de las personas sufren una presión excesiva en su trabajo (GWI).
- El 15% de todos los costes de indemnización de los trabajadores se destinan a trabajadores que se lesionaron mientras estaban en una obra (WCB).
- La OSHA cree que cerca de la mitad de las lesiones graves que se producen en los lugares de trabajo siguen sin denunciarse (LDG Law).
- El 50% de una encuesta nacional de seguridad de 2016 afirma que las reuniones de seguridad se celebran con menos frecuencia de la que deberían.
- El 39% de una encuesta nacional de seguridad de 2016 cree que la dirección hace lo mínimo que exige la ley para mantener a los empleados seguros (NSC).
- El 36% de una encuesta nacional de seguridad de 2016 afirma que la seguridad queda relegada a un segundo plano respecto a la realización de las tareas laborales de forma eficiente.
- El 30% de los participantes en una encuesta nacional sobre seguridad de 2016 afirma que tiene demasiado miedo de informar sobre problemas de seguridad (NSC).

Slips, Trips, and Falls Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

CHARLA DE SEGURIDAD SOBRE RESBALONES, TROPIEZOS Y CAÍDAS

Se puede resbalar, tropezar y caer en todo tipo de lugares de trabajo, desde oficinas hasta obras de construcción. Las caídas son la principal causa de lesiones en los lugares de trabajo norteamericanos.

Los resbalones, tropiezos y caídas constituyen la mayor parte de los accidentes de la industria general. Según la OSHA, causan el 15% de todas las muertes accidentales.

CUÁL ES EL PELIGRO

LOS PELIGROS

La mayoría de las caídas en el lugar de trabajo que causan lesiones o muertes son caídas desde el mismo nivel, no desde las alturas. Y recuerde el panorama general. No reducir y eliminar los resbalones y tropiezos erosiona el resultado final de la empresa y afecta a la calidad de vida de los trabajadores.

INCIDENTES COMUNES DE RESBALONES, TROPIEZOS Y CAÍDAS

Las caídas desde altura suelen ser mortales o provocar lesiones graves y pueden incluir caídas desde escaleras, caídas de equipos móviles, caídas desde tejados u otras estructuras elevadas, etc. Los incidentes por resbalones en superficies resbaladizas, como la nieve y el hielo, son comunes en las zonas geográficas más frías de los EE.UU. Los suelos mojados por la humedad o los productos químicos son también una causa común de incidentes por resbalones en el trabajo. Los tropiezos pueden ser causados por una multitud de razones, incluyendo una mala limpieza, cambios de elevación,

calzado inadecuado, etc.

COMO PROTEGERSE

MEDIDAS DE PROTECCIÓN

Ropa adecuada; use botas o zapatos con suela antideslizante y sin aceite ni grasa. Cuando trabaje en superficies resbaladizas o con hielo, use suelas antideslizantes. Tenga en cuenta que los puños de los pantalones demasiado largos y sueltos son un peligro de tropiezo.

Despeje los caminos: Si ve algo en un pasillo, como basura o cables de extensión, muévalo o repórtelo. Vigile también que no haya alfombras, felpudos o correderas sueltas o rotas. No guarde cosas en las escaleras o cerca de ellas. Esté atento a peligros inesperados, como aberturas en el suelo sin vigilancia. Informe de ellos inmediatamente para que puedan ser cubiertos y protegidos correctamente.

Respete los resbalones: Obedezca las señales como “Precaución: Suelo mojado”. Limpie inmediatamente los derrames. Cuando se llega al interior después de la lluvia o la nieve, el calzado mojado resbala más fácilmente. Los suelos recién encerados y con mucho brillo también son un peligro. En superficies resbaladizas o rugosas, dé pequeños pasos y camine despacio.

Camine con seguridad: Mantenga la cabeza alta. No corra por un pasillo. No participe nunca en juegos bruscos. Utilice los pasamanos de las escaleras. Cuando lleve una carga, asegúrese de que puede ver por encima o alrededor de ella. En superficies resbaladizas, mantenga las manos a los lados para mantener el equilibrio y dé pasos cortos con precaución. No corra.

Inteligencia en la oficina: No se incline hacia atrás en una silla. Las sillas deben tener cinco patas para evitar el vuelco. Mantenga cerrados los cajones de los escritorios, armarios y archivadores.

Súbase con prudencia: No se suba a plataformas improvisadas, como

una silla encima de un escritorio. En su lugar, utilice correctamente un taburete, una escalera o un andamio.

Trabajo en altura: Asegúrese de utilizar el equipo de protección contra caídas requerido y todos los procedimientos seguros cuando trabaje en alturas. Muchas caídas desde las alturas se producen en realidad por tropiezos o resbalones.

Camufle la luz: Una iluminación deficiente puede ocultar los peligros, así que sustituya las instalaciones o las bombillas que no funcionen. En las zonas en las que no se han instalado luminarias, asegúrese de que se han eliminado los obstáculos. Encienda las luces antes de entrar en una zona.

PRACTIQUE EL CUIDADO DE LAS ESCALERAS

Siempre existe la posibilidad de que se produzcan tropiezos y caídas en escaleras demasiado empinadas o no lo suficientemente empinadas. Suba y baje siempre las escaleras lentamente, paso a paso. Y si tiene que llevar una carga por las escaleras, asegúrese de que la carga no le bloquea la visión, y trate de mantener una mano libre para sujetarse a la barandilla.

RÉGIMEN PERSONAL

Descanse y duerma lo suficiente. Haga ejercicio regularmente. Lleve una dieta nutritiva y equilibrada que incluya vitamina C. Los trabajadores más despiertos y en mejor forma física y mental están mejor equipados para afrontar con éxito retos de seguridad como resbalones, tropiezos y caídas.

BUENOS CONSEJOS DE LIMPIEZA:

- Limpie la grasa, el agua y otras sustancias resbaladizas tan pronto como las descubra. Cubra las manchas de hielo y grasa con arena, tierra u otro material absorbente.
- Si se realizan trabajos de reparación o mantenimiento, mantenga el equipo y la zona circundante libres de restos y escombros.
- Asegure el material perdido o ligero para evitar que se vuele con el viento y, como en cualquier otro aspecto de la

operación de la plataforma, no deje que el material se caiga desde cualquier nivel.
- Inspeccione su área de trabajo y la maquinaria o herramientas antes de empezar a trabajar.

CONSEJOS PARA MANTENERSE SEGURO

- Si ve algo con lo que pueda resbalar o tropezar, dígaselo a su supervisor inmediatamente.
- Limpie los derrames y cualquier cosa resbaladiza. Consulte a su supervisor sobre el uso de productos de limpieza. No utilice productos de limpieza que puedan hacer el suelo resbaladizo.
- Despeje los pasillos, las escaleras y los vestíbulos de todo aquello que pueda suponer un peligro de tropiezo, como cables, cajas vacías y desorden.
- Asegúrese de que las alfombras del suelo estén planas en lugar de arrugadas o amontonadas.
- Utilice barandillas cuando suba y baje escalones.
- Antes de utilizar cualquier escalera o escalera de mano, asegúrese de que se abre completamente.
- Compruebe que las extensiones de la escalera están totalmente bloqueadas y que las patas de la escalera están estables sobre una superficie plana y no resbaladiza.
- Limpie cualquier material resbaladizo en los peldaños, peldaños o pies de una escalera antes de utilizarla.
- No sobrepase el límite de carga indicado en la escalera.

CONCLUSIÓN

Los resbalones, tropezones y caídas son una de las principales causas de lesiones y muertes en el lugar de trabajo. También causan mucho dolor y sufrimiento. Tómese en serio los riesgos de resbalones, tropiezos y caídas, y no deje que le hagan tropezar.

Slips, Trips, and Falls Meeting Kit

SLIPS, TRIPS, AND FALLS SAFETY TALK

You can slip, trip and fall in all kinds of workplaces, from offices to construction sites. Falls are the leading cause of injuries in North American workplaces.

Slips, trips, and falls constitute the majority of general industry accidents. According to OSHA, they cause 15 percent of all accidental deaths.

THE HAZARDS

Most workplace falls which cause injury or death are falls from the same level, not from heights. And remember the big picture. Failure to reduce and eliminate slips, trips erodes the bottom line of business and impacts quality of life of workers.

COMMON SLIP, TRIP, AND FALL INCIDENTS

Falls from elevation are often deadly or result in serious injury and may include falls from ladders, falls off of mobile equipment, falls from roofs or other elevated structures, etc. Slip incidents on slippery surfaces such as snow and ice are common in colder geographical areas in the U.S. Wet floors due to moisture or chemicals is also a common cause of slip incidents at work. Trips can be caused by a multitude of reasons including poor housekeeping, changes in elevation, improper footwear, etc.

PROTECTIVE MEASURES

Appropriate Clothing; Wear boots or shoes that have skid – resistant soles and are free from oil and grease. When working on slippery surfaces or in icy weather, wear non-slip soles. Be aware that overly long, loose pant cuffs are a tripping hazard.

Clear Paths: If you see something in an aisle such as litter or extension cords, move or report them. Also watch for loose or torn carpeting, mats or runners. Don’t store things on or near stairways. Watch out for unexpected hazards such as unguarded floor openings. Report them immediately so they can be correctly covered and guarded.

Respect Slickness: Obey signs such as “Caution: Wet Floor.” Clean up spills immediately. When you come indoors from rain or snow, your wet footwear slides more easily. Newly waxed and high gloss floors are also hazards. On slippery or rough surfaces, take small steps and walk slowly.

Walk Safely: Keep your head up. Don’t run down a hallway. Never engage in horseplay. Use stairways’ handrails. When carrying a load, make sure you can see over or around it. On slick surfaces keep your hands at your side for balance and take caution, short steps. Don’t run.

Office Smarts: Don’t tip back in a chair. Chairs should have five legs to prevent tipping. Keep drawers of desks, cupboards and filing cabinets closed.

Elevate Wisely: Don’t stand on makeshift platforms such as a chair on top of a desk. Instead, correctly use a stepstool, ladder or scaffold.

Working at Heights: Be sure to use the required fall protection equipment and all safe procedures when working at heights. Many falls from heights are actually caused by tripping or slipping.

Shed Light: Poor lighting can camouflage hazards, so replace fixtures or bulbs that don’t work. In areas where no fixtures are installed, make sure obstacles have been removed. Turn on lights before entering an area.

PRACTICE STAIR CARE

There’s always a potential for trips and falls on stairways that are too steep or not steep enough. Always walk up and down stairs

slowly, one step at the time. And if you must carry a load on stairs, make sure the load doesn’t block your vision, and try to keep one hand free to hold the railing.

PERSONAL REGIMEN

Get enough rest and sleep. Exercise regularly. Eat nutritious well-balanced diet and include vitamin C. More alert, physically and mentally fit workers are better equipped to handle safety challenges like slips, trips and falls in a successful way.

GOOD HOUSEKEEPING AND CLEAN UP TIPS:

- Wipe up grease, water and other slick substances as soon as they are discovered. Cover icy and greasy spots with sand, dirt or other absorbent material.
- If repair or maintenance work is being done, keep equipment and the surrounding area free of scraps and debris.
- Secure lose or light material to prevent it from blowing away in the wind and, as with any other aspect of rig operation, don’t let material fall from any level.
- Inspect your work area and machinery or tools before you start work.

TIPS TO STAY SAFE

- If you see something you might slip or trip on, tell your supervisor right away.
- Clean up spills and anything slippery. Check with your supervisor about how to use cleaning products. Don’t use cleaners that could make the floor slippery.
- Clear walkways, stairs, and lobbies of anything that might be a tripping hazard, such as cords, wires, empty boxes, and clutter.
- Make sure that floor mats lay flat rather than wrinkled or bunched.
- Use handrails when you walk up and down steps.
- Before using any ladder or stepladder, make sure it opens

fully.
- Check that ladder extensions are fully locked and that the ladder legs are stable on a flat, non-slippery surface.
- Clean off any slippery material on the rungs, steps, or feet of a ladder before you use it.
- Don’t go over the load limit noted on the ladder.

FINAL WORD

Slips, Trips, and Falls are a leading causes of workplace injury and death. They also cause a great deal of pain and suffering. Take slip, trip and fall hazards seriously, and don’t let them trip you up.

Seven Basic General Industry Safety Rules Fatality File

Coroner: Man dies in industrial accident

GARDEN GROVE – A 49-year-old man died after an industrial accident, the Orange County coroner reported Saturday.

Tuan Phan of Garden Grove died at 3:12 p.m. Friday at the West Anaheim Medical Center in Anaheim, about 30 minutes after the machine operator was crushed by a circular knitting machine, according to the injury description on the coroner’s website.

The incident happened at American Apparel, 12691 Pala Drive # B, in an industrial area in Garden Grove, according to Metro Net fire dispatch. Fire personnel responded to a 2:39 p.m. call of a person stuck in a machine.

Garden Grove police could not offer any other details Saturday.

Representatives of American Apparel could not be reached for comment.

According to a previous Orange County Register report, the Los Angeles-based global clothing maker signed a 10-year lease on 70,000 square feet of space at the industrial property in Garden Grove for an undisclosed price.

The deal was the largest lease transaction in the city in 2008, according to the broker’s public relations firm.

Seven Basic General Industry Safety Rules Fatality File – Spanish

Forense: Hombre muere en accidente industrial

GARDEN GROVE – Un hombre de 49 años murió tras un accidente industrial, informó el sábado el forense del condado de Orange.

Tuan Phan, de Garden Grove, murió a las 3:12 p.m. del viernes en el West Anaheim Medical Center de Anaheim, unos 30 minutos después de que el operario fuera aplastado por una máquina circular, según la descripción de la lesión en el sitio web del forense.

El incidente ocurrió en American Apparel, 12691 Pala Drive # B, en una zona industrial en Garden Grove, según el despacho de bomberos de Metro Net. El personal de bomberos respondió a una llamada de 2:39 p.m. de una persona atascada en una máquina.

La policía de Garden Grove no pudo ofrecer otros detalles el sábado.

Los representantes de American Apparel no pudieron ser contactados para hacer comentarios.

Según un informe anterior del Orange County Register, el fabricante mundial de ropa con sede en Los Ángeles firmó un contrato de arrendamiento de 10 años sobre 70.000 pies cuadrados de espacio en la propiedad industrial en Garden Grove por un precio no revelado.

El acuerdo fue la mayor transacción de arrendamiento en la ciudad en 2008, según la empresa de relaciones públicas del corredor.

Skin Cancer Due to Sun Exposure Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

AFECCIONES DE LA PIEL CAUSADAS POR LA EXPOSICIÓN AL SOL

El sol tiene muchos efectos en nuestra piel. Un poco de exposición puede ayudarnos a obtener vitamina D, lo cual es bueno; sin embargo, la mayoría de los efectos de la exposición al sol no son buenos. Algunas condiciones de la piel causadas por la exposición al sol incluyen arrugas, pecas, piel descolorida, tumores benignos y cáncer de piel.

¿QUÉ ES EL CÁNCER DE PIEL?

El cáncer de piel es la forma más común de cáncer en los Estados Unidos, y el número de casos sigue aumentando. Es el crecimiento incontrolado de células cutáneas anormales. Mientras que las

células sanas crecen y se dividen de forma ordenada, las células cancerosas crecen y se dividen de forma rápida y desordenada. Este rápido crecimiento da lugar a tumores benignos (no cancerosos) o malignos (cancerosos).

CUÁL ES EL PELIGRO

DAÑOS/PELIGROS DE LA LUZ SOLAR

Cantidad de exposición a la luz solar

Los efectos nocivos de la radiación ultravioleta se acumulan a lo largo de los años. En general, el riesgo de desarrollar cáncer de piel aumenta con la cantidad de tiempo que se pasa bajo el sol y la intensidad de la radiación. La intensidad de la radiación varía según la estación del año, la hora del día, la ubicación geográfica (latitud), la elevación sobre el nivel del mar, la reflexión de las superficies (por ejemplo, arena blanca u hormigón, agua, nieve), el ozono estratosférico, las nubes y la contaminación del aire.

Estudios recientes se han centrado en los efectos de la exposición solar intermitente (a corto plazo, ocasional) en comparación con la exposición crónica (a largo plazo). Parece que el tipo de exposición puede influir en el tipo de cáncer que se desarrolla. Por ejemplo, la exposición solar intermitente puede ser un factor importante para la aparición del carcinoma de células basales de la piel. La exposición solar en la infancia también puede desempeñar un papel importante en el desarrollo de estos cánceres más adelante en la vida adulta. El patrón del melanoma cutáneo es similar al del carcinoma basocelular.

Entender el índice UV

Es posible que vea las clasificaciones del índice UV en los informes meteorológicos. Los números representan el riesgo de exposición al sol sin protección para una persona media. Puede pensar que los números de índice más bajos significan que no tiene que tomar medidas, pero el riesgo de exposición al sol de la piel sin protección siempre existe. También puede pensar que los días

nublados significan que puede pasar tiempo ilimitado al sol, pero esto no es cierto.

0-2: Bajo

En la fase baja, los expertos aconsejan llevar gafas de sol si el sol es intenso. Utilice crema solar y ropa protectora si se quema con facilidad.

3-5: Moderado

En la fase moderada, debe cubrirse y utilizar protección solar. Evite la luz solar directa al mediodía, cuando el sol es más potente. Permanezca en la sombra.

6-7: Alta

En la fase alta, debe utilizar todas las protecciones contra los daños del sol (ropa protectora, llevar sombrero y gafas de sol, utilizar protección solar). Limite el tiempo de exposición al sol de 10 a 16 horas.

8-10: Muy alta

En la fase muy alta, debe extremar las precauciones, utilizando ropa, sombreros, protección solar y gafas de sol. Evite el sol entre las 10 y las 16 horas. Su piel puede quemarse rápidamente en esta etapa y se lesionará.

11 o superior (11+): Extremo

En la fase extrema, debe utilizar todos los métodos de prevención. Bastan unos minutos de exposición para que se produzca una quemadura. No salga al sol de 10 a 16 horas. Utilice ropa protectora, sombrero, gafas de sol y protector solar. En esta etapa y en todas las demás, recuerde que la nieve, la arena y el agua aumentan la exposición a los rayos UV al reflejar los rayos del sol.

COMO PROTEGERSE

MEJORES PRÁCTICAS PARA EVITAR EL CÁNCER DE PIEL

- Lo mejor es evitar por completo la exposición excesiva al sol y a las camas de bronceado.
- Utiliza una pantalla solar para proteger tu piel de los rayos UV. El FPS 30 le protegerá de los rayos UVB y el óxido de zinc le protegerá de los rayos UVA. Asegúrate de volver a aplicarlo con frecuencia cuando nades o sudes.
- La mayor parte de la exposición al sol en nuestra vida se produce durante la infancia. Aunque puede ser demasiado tarde para preocuparse de si tenía la protección adecuada cuando era niño, no es demasiado tarde para proteger a sus hijos o a otros miembros jóvenes de la familia de una exposición excesiva al sol.

Cómo mantener una piel sana

- Deje de fumar: Las personas que fuman tienden a tener más arrugas que los no fumadores de la misma edad, complexión e historial de exposición al sol. La razón de esta diferencia no está clara. Puede deberse a que fumar interfiere en el flujo sanguíneo normal de la piel.
- Aplique un protector solar con un factor de protección solar (FPS) de 30 o más 30 minutos antes de la exposición al sol y, a continuación, cada 2 ó 3 horas. Vuelva a aplicarlo antes si se moja o transpira mucho.
- Seleccione productos cosméticos y lentes de contacto que ofrezcan protección UV.
- Utilice gafas de sol con protección total contra los rayos UV.
- Evite en lo posible la exposición directa al sol durante las horas de mayor radiación UV, entre las 10 y las 16 horas.
- Realice autoexámenes de la piel con regularidad para familiarizarse con los crecimientos existentes y notar cualquier cambio o nuevo crecimiento.
- Alivie la sequedad de la piel utilizando un humidificador en casa, bañándose con jabón con menos frecuencia (en su lugar,

utilice un jabón corporal hidratante) y utilizando una loción hidratante.
- Conviértase en un buen modelo y fomente en su hijo los hábitos de prevención del cáncer de piel. El ochenta por ciento de la exposición al sol durante la vida de una persona se adquiere antes de los 18 años.

CONCLUSIÓN

La luz del sol tiene una doble maldición. Por un lado, nos permite sobrevivir y florecer como planeta. También tiene el poder de destruir a los humanos. La forma en que gestionemos esto es la mayor prueba para nuestra supervivencia.

Skin Cancer Due to Sun Exposure Meeting Kit

SKIN CONDITIONS CAUSED BY SUN EXPOSURE

There are many effects the sun has on our skin. A little bit of exposure can help us get vitamin D which is a good thing; most effects from sun exposure are not good however. Some skin conditions caused by sun exposure include wrinkles, freckles, discolored skin, benign tumors, and skin cancer.

WHAT IS SKIN CANCER?

Skin cancer is the most common form of cancer in the US, and the number of cases continues to rise. It is the uncontrolled growth of abnormal skin cells. While healthy cells grow and divide in an

orderly way, cancer cells grow and divide in a rapid, haphazard manner. This rapid growth results in tumors that are either benign (noncancerous) or malignant (cancerous).

HARMS/DANGERS OF SUNLIGHT

Amount of Exposure to Sunlight

The damaging effects of ultraviolet radiation accumulate over the years. In general, the risk of developing skin cancer increases with the amount of time spent under the sun and the intensity of radiation. The intensity of radiation varies according to the season of the year, time of day, geographic location (latitude), elevation above sea level, reflection from surfaces (e.g., white sand or concrete, water, snow), stratospheric ozone, clouds, and air pollution.

Recent studies have focused on the effects of intermittent (short-term, occasional) sun exposure in comparison to chronic (long-term) exposure. It appears that the type of exposure may influence the type of cancer that develops. For example, intermittent solar exposure may be an important factor leading to the onset of basal cell carcinoma of the skin. Childhood sun exposure may also play an important part in the development of these cancers later in adult life. The pattern for cutaneous melanoma is similar to that for basal cell carcinoma.

Understanding UV index

You might see ratings from the UV index on weather reports. The numbers represent the risk of unprotected sun exposure to the average person. You may think that the lower index numbers mean you do not have to take action, but the risk of sun exposure to unprotected skin always exists. You might also think that cloudy days mean you can spend unlimited time in the sun, but this is not true.

0-2: Low

At the low stage, experts advise you to wear sunglasses if the sun is bright. Use sunscreen and protective clothing if you burn

easily.

3-5: Moderate

At the moderate stage, you should cover up and use sunscreen. Avoid direct sunlight at midday, when the sun is most powerful. Stay in the shade.

6-7: High

At the high stage, you should use all protections against sun damage (protective clothing, wearing a hat and sunglasses, using sunscreen). Limit time in the the sun from 10 am to 4 pm.

8-10: Very high

At the very high stage, you should be extra careful, using clothing, hats, sunscreen and sunglasses. Avoid the sun between 10 am and 4 pm. Your skin can burn quickly at this stage and will be injured.

11 or higher (11+): Extreme

At the extreme stage, you should use all methods of prevention. It will only take minutes of exposure to result in a burn. Do not go out in the sun from 10 am to 4 pm. Wear protective clothing, a hat, sunglasses and sunscreen. At this stage and all others, remember that snow, sand, and water all increase UV exposure by reflecting the sun’s rays.

BEST PRACTICES TO AVOID SKIN CANCER

- The best thing to do is to avoid excessive exposure to the sun and tanning beds altogether.
- Wear sun screen to protect your skin from UV rays. SPF 30 will protect you from UVB rays and zinc oxide will protect you from UVA rays. Make sure to reapply it frequently when swimming or sweating.
- The majority of our exposure to the sun in our lifetime occurs during childhood. While it may be too late to worry about whether you had adequate protection when you were a

kid, it is not too late to protect your kids or other young family members from being over exposed to the sun.

Maintaining Healthy Skin

- Stop smoking: People who smoke tend to have more wrinkles than nonsmokers of the same age, complexion, and history of sun exposure. The reason for this difference is unclear. It may be because smoking interferes with normal blood flow in the skin.
- Apply sunscreen with a sun protection factor (SPF) of 30 or greater 30 minutes before sun exposure and then every 2 to 3 hours thereafter. Reapply sooner if you get wet or perspire significantly.
- Select cosmetic products and contact lenses that offer UV protection.
- Wear sunglasses with total UV protection.
- Avoid direct sun exposure as much as possible during peak UV radiation hours between 10 am and 4 pm.
- Perform skin self-exams regularly to become familiar with existing growths and to notice any changes or new growths.
- Relieve dry skin using a humidifier at home, bathing with soap less often (instead, use a moisturizing body wash), and using a moisturizing lotion.
- Become a good role model and foster skin cancer prevention habits in your child. Eighty percent of a person’s lifetime sun exposure is acquired before age 18.

FINAL WORD

The sun light has a double curse. One hand, enables us as a planet to survive and flourish. It also has the power to destroy humans. How we manage this is a greatest test to our survival.

Skin Cancer Due to Sun Exposure Stats and Facts

FACTS

1. Exposure to natural and artificial ultraviolet light is a risk factor for all types of skin cancer, including melanoma, the deadliest form.
2. The majority of melanoma cases are attributable to UV exposure.
3. Increasing intermittent sun exposure in childhood and during one’s lifetime is associated with an increased risk of squamous cell carcinoma, basal cell carcinoma and melanoma.
4. Research suggests that regular sunscreen use with an SPF of 15 or higher reduces melanoma risk.
5. Sunburns during childhood or adolescence can increase the odds of developing melanoma later in life.
6. Exposure to tanning beds increases the risk of all skin cancers, including melanoma, especially in women 45 and younger.
7. Risk factors for all types of skin cancer include skin that burns easily; blond or red hair; a history of excessive sun exposure, including sunburns; tanning bed use; a weakened immune system; and a history of skin cancer.
8. People with more than 50 moles, atypical moles or large moles are at an increased risk of developing melanoma, as are those as are sun-sensitive individuals (e.g., those who sunburn easily, or have natural blond or red hair) and those with a personal or family history of melanoma.
9. Men and women with a history of nonmelanoma skin cancer are at a higher risk of developing melanoma than people without a nonmelanoma skin cancer history.
10. Women with a history of nonmelanoma skin cancer are at a higher risk of developing breast and lung cancers.

STATS

- 1 in 5 Americans will develop skin cancer by the age of 70.
- More than 2 people die of skin cancer in the U.S. every hour.
- Having 5 or more sunburns doubles your risk for melanoma.
- When detected early, the 5-year survival rate for melanoma is 99 percent.
- It is estimated that approximately 9,500 people in the U.S. are diagnosed with skin cancer every day.
- More people are diagnosed with skin cancer each year in the U.S. than all other cancers combined.
- An estimated 1.8 million cases of SCC are diagnosed in the U.S. each year.
- The latest figures suggest that more than 15,000 people die of squamous cell carcinoma of the skin in the U.S. each year – more than twice as many as from melanoma.
- More than 5,400 people worldwide die of nonmelanoma skin cancer every month.

Skin Cancer Due to Sun Exposure Fatality File

Mike Boice says a skin lesion showed up on the back of his neck in 2015, and it started to itch and bleed. He had it removed by a dermatologist but tells News 5 it returned twice, and he knew something more was going on inside his body.

Every day, he wakes up knowing there’s a good chance it could be his last.

He said, “There are really bad days some days, and there’s days I’ve been angry and mad about it. I’m 64. I have 4 kids. I have 10 grandkids. And I don’t want to lose them. I want to see them.”

Two years ago, he was told he didn’t have much time left.

“When I first met him I didn’t think he’d live 6 months. The amount of disease that he had and the debilitated state that he was in, I told him that I thought he had less than 6 months to live,” said Dr. Reece Jones, Oncologist at Southern Cancer Center.

Boice says when the basal cell lesion returned on his neck for the third time, he was also having trouble with his left arm and thought it was arthritis. So he had an X-ray, and it showed bone cancer.

One day in 2018, things got really bad. Boice said, “I suddenly couldn’t walk. I had no feeling in my legs. I couldn’t hold myself. I could move my legs, I could move my toes, but I couldn’t hold my weight up.”

He tells Cherish Lombard that every scan and test showed basal cell carcinoma.

“What had happened is it had metastasized and turned into a bone cancer. It had gotten into my spine,” Boice explained.

Boice was sent to Dr. Jones, who says he’s never seen a case quite like this.

“It was obvious that he had a skin cancer that had not been addressed for quite some time. It’s not terribly uncommon for me to see a squamous cell carcinoma patient that has metastatic lung lesions, and I’ll see that a few times a year. This is the first case of metastatic basal cell with the extent of bone lesions that I’ve seen before,” he said.

Dr. Jones tried to treat Boice but says the cancer didn’t respond well. And because of the severity, there’s nothing else that can be done. He says he wishes it had been caught sooner.

“Basal cells obviously are usually caught and cut out and cured with surgery alone,” Dr. Jones told News 5.

Boice now walks with a cane and has to sit frequently because of the pain. He knows his time may be short, so for now, he’s not

letting his diagnosis, or anything else, slow him down.

He said, “If you’ve got a mole or a piece of skin or something that doesn’t look right, go have it checked. And then keep making sure the doctor checks it, don’t let him brush it off that it’s just this or that because it could turn into something more.”

Skin Cancer Due to Sun Exposure Fatality File – Spanish

Mike Boice dice que en 2015 le apareció una lesión en la piel en la parte posterior del cuello, y que empezó a picar y a sangrar. Un dermatólogo se la extirpó, pero cuenta a News 5 que volvió a aparecer dos veces, y supo que algo más estaba pasando dentro de su cuerpo.

Cada día, se despierta sabiendo que hay una gran posibilidad de que sea el último.

Dijo: “Hay días realmente malos, y hay días en los que he estado enfadado y enojado por ello. Tengo 64 años. Tengo 4 hijos. Tengo 10 nietos. Y no quiero perderlos. Quiero verlos”.

Hace dos años le dijeron que no le quedaba mucho tiempo.

“Cuando le conocí no creí que viviera 6 meses. Por la cantidad de enfermedad que tenía y el estado de debilitamiento en el que se encontraba, le dije que creía que le quedaban menos de 6 meses de vida”, explica el Dr. Reece Jones, oncólogo del Southern Cancer Center.

Boice dice que cuando la lesión de células basales volvió a aparecer en su cuello por tercera vez, también tenía problemas con su brazo izquierdo y pensó que era artritis. Así que se hizo una radiografía y mostró cáncer de hueso.

Un día de 2018, las cosas se pusieron realmente mal. Boice dijo: “De repente no podía caminar. No tenía sensibilidad en las piernas. No podía sostenerme. Podía mover las piernas, podía mover los dedos de los pies, pero no podía sostener mi peso”.

Le cuenta a Cherish Lombard que todas las exploraciones y pruebas mostraban un carcinoma de células basales.

“Lo que había ocurrido es que había hecho metástasis y se había convertido en un cáncer de huesos. Se había metido en la columna vertebral”, explica Boice.

Boice fue enviado al Dr. Jones, quien dice que nunca había visto un caso como éste.

“Era obvio que tenía un cáncer de piel que no se había tratado durante bastante tiempo. No es muy raro que vea a un paciente con carcinoma de células escamosas que tenga lesiones pulmonares metastásicas, y lo veo unas cuantas veces al año. Este es el primer caso de carcinoma basocelular metastásico con la extensión de las lesiones óseas que he visto antes”, dijo.

El Dr. Jones intentó tratar a Boice pero dice que el cáncer no respondió bien. Y debido a la gravedad, no se puede hacer nada más. Dice que desearía que se hubiera detectado antes.

“Las células basales, obviamente, suelen detectarse, extirparse y curarse sólo con cirugía”, dijo el Dr. Jones a News 5.

Boice ahora camina con un bastón y tiene que sentarse con frecuencia debido al dolor. Sabe que su tiempo puede ser corto, así que, por ahora, no deja que su diagnóstico, ni ninguna otra cosa, le frene.

Dice: “Si tienes un lunar o un trozo de piel o algo que no parece estar bien, ve a que te lo revisen. Y sigue asegurándote de que el médico lo revise, no dejes que te diga que es sólo esto o aquello porque podría convertirse en algo más”.

Securing a Construction Site Stats and Facts

FACTS

Some Facts You May Not Be Aware Of:

1. Theft is the largest overall crime experienced on construction sites; an amazingly high 92% of construction industry professionals experienced thefts at least yearly if not more frequently according to a survey conducted a few years ago.
2. Another remarkable (and worrying) statistic is that over half of thefts are committed by site employees or contractors.
3. **Some Common Mistakes Affecting Good Security:**

    - Not enforcing ID policy – sometimes even though ID badges are mandatory, some personnel are allowed access without the necessary accreditation.
    - Not securing entrances and exits – a basic security measure especially when various entry points are used and temporarily created such as, for example, fencing being moved aside to allow a large machine access to the site.

1. Unfortunately, procedures are sometimes very lax and recognised entry points don’t observe high enough standards of construction site security in having CCTV covering them.
2. Filming of people by CCTV is a form of personal data so those likely to be filmed should be warned. This is accomplished by clearly worded signage and, because warnings usually appear in areas where CCTV is in use, is likely happening at most sites.

3. Monitoring activity and controlling site access are two ways in which good Health and Safety can be implemented and monitored so CCTV and access control systems – part of site security – play an important part.

STATS

- One in five worker deaths annually is in construction. [OSHA]
- Workplace fatalities that were crane-related fell to their lowest level recorded in 2017 with 33 deaths. [BLS]
- Construction workers accounted for 1008 (47 percent) of all fatal work injuries in 2018. [BLS]
- Construction sees the most fatal falls, accounting for 51 percent of all falls in the United States. [CDC]
- During a 45-year career, there is a 1 in 200 chance that a construction worker will die from a work-related incident. [Safety & Health Magazine]
- One in every 10 construction workers is injured annually. [OSHA]
- Around half of serious workplace injuries go unreported each year.
- Lifting, using a tool or machine, and carrying heavy objects are the leading causes of strain injuries in construction.
- Workers who are between the ages of 35 – 34 are the most likely to be injured while working in construction. [National Safety Council]

Securing a Construction Site Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Algunos datos que quizá no conozca:

1. El robo es el mayor delito que se comete en las obras de construcción; un sorprendente 92% de los profesionales de la industria de la construcción sufren robos al menos una vez al año, si no con más frecuencia, según una encuesta realizada hace unos años.
2. Otra estadística notable (y preocupante) es que más de la mitad de los robos son cometidos por empleados de la obra o contratistas.
3. Algunos errores comunes que afectan a la buena seguridad:

    - **No aplicar la política de identificación:** a veces, aunque las tarjetas de identificación sean obligatorias, se permite el acceso a parte del personal sin la acreditación necesaria.
    - **No asegurar las entradas y salidas** – una medida de seguridad básica, especialmente cuando se utilizan varios puntos de entrada y se crean temporalmente como, por ejemplo, cuando se aparta la valla para permitir el acceso de una gran máquina a la obra.

1. Desgraciadamente, los procedimientos son a veces muy laxos y los puntos de entrada reconocidos no respetan las normas de seguridad de la obra lo suficientemente elevadas como para tener un circuito cerrado de televisión que los cubra.
2. La filmación de personas por CCTV es una forma de datos personales, por lo que debe advertirse a quienes puedan ser filmados. Esto se consigue con una señalización clara y, dado que las advertencias suelen aparecer en las zonas donde se utiliza la CCTV, es probable que ocurra en la mayoría de las obras.
3. La supervisión de la actividad y el control del acceso al emplazamiento son dos formas de aplicar y supervisar la buena salud y la seguridad, por lo que los sistemas de CCTV y de control de acceso, que forman parte de la seguridad del emplazamiento, desempeñan un papel importante.

ESTADÍSTICAS

- Una de cada cinco muertes de trabajadores al año se produce en la construcción. [OSHA]
- Las muertes en el lugar de trabajo que estaban relacionadas con las grúas cayeron a su nivel más bajo registrado en 2017 con 33 muertes. [BLS]
- Los trabajadores de la construcción representaron 1008 (47%) de todas las lesiones laborales mortales en 2018. [BLS]
- En la construcción se producen la mayoría de las caídas mortales, que representan el 51 por ciento de todas las caídas en los Estados Unidos. [CDC]
- Durante una carrera de 45 años, hay una probabilidad de 1 en 200 de que un trabajador de la construcción muera por un incidente relacionado con el trabajo. [Revista de Seguridad y Salud]
- Uno de cada 10 trabajadores de la construcción sufre un accidente anual. [OSHA]
- Alrededor de la mitad de las lesiones laborales graves no se denuncian cada año.
- Levantar, utilizar una herramienta o máquina y transportar objetos pesados son las principales causas de lesiones por esfuerzo en la construcción.
- Los trabajadores de entre 35 y 34 años son los más propensos a lesionarse mientras trabajan en la construcción. [Consejo Nacional de Seguridad]

Securing a Construction Site Fatality File

A 22-year-old man was killed when the 14-foot-deep trench in which he was working collapsed and buried him beneath tons of soil and debris.

Carlos Moncayo of Queens was working on the construction of a Restoration Hardware store in Manhattan on April 6, 2015, when he was killed on the job.

In an investigation, OSHA found that the project's general contractor, Harco Construction LLC of New York City, and Moncayo's employer, subcontractor Sky Materials Corp. of Maspeth and Calverton, did not provide cave-in protection for the trench or support or brace a section of undermined and unsupported sidewalk to prevent it from collapsing into the trench.

"Carlos Moncayo was a person, not a statistic. His death was completely avoidable. Had the trench been guarded properly against collapse, he would not have died in the cave-in," said Kay Gee, OSHA's area director in Manhattan.

"Managers from Harco and Sky Materials were aware of these deadly hazards and did not remove employees from the trench, even after warnings from project safety officials. This unconscionable behavior needlessly and shamefully cost a man his life."

OSHA issued each employer two citations for willful violations of workplace safety standards and assessed fines of $140,000 – the maximum fines permitted – for each company.

In addition to the OSHA citations, officials from both companies were indicted for manslaughter, among other charges on Aug. 5 in New York State Supreme Court.

"Eighteen New York City construction workers have died on the job this year. That is an unacceptable toll," said Robert Kulick, OSHA's regional administrator in New York.

"Construction work hazards are well-known, and so are safeguards

to prevent deaths and injuries. Employers must provide a workplace that allows employees to return home safely at the end of each workday.”

Securing a Construction Site Fatality File – Spanish

Un hombre de 22 años murió cuando la zanja de 4 metros de profundidad en la que trabajaba se derrumbó y lo sepultó bajo toneladas de tierra y escombros.

Carlos Moncayo, de Queens, estaba trabajando en la construcción de una tienda Restoration Hardware en Manhattan el 6 de abril de 2015, cuando murió en el trabajo.

En una investigación, la OSHA descubrió que el contratista general del proyecto, Harco Construction LLC de la ciudad de Nueva York, y el empleador de Moncayo, el subcontratista Sky Materials Corp. de Maspeth y Calverton, no proporcionaron protección contra derrumbes para la zanja ni apoyaron o apuntalaron una sección de la acera socavada y sin apoyo para evitar que colapsara en la zanja.

“Carlos Moncayo era una persona, no una estadística. Su muerte era completamente evitable. Si la zanja se hubiera protegido adecuadamente contra el derrumbe, no habría muerto en el derrumbe”, dijo Kay Gee, director de zona de la OSHA en Manhattan.

“Los directivos de Harco y Sky Materials eran conscientes de estos peligros mortales y no retiraron a los empleados de la zanja, ni

siquiera tras las advertencias de los responsables de seguridad del proyecto. Este comportamiento desmesurado costó innecesariamente y de forma vergonzosa la vida de un hombre".

La OSHA emitió dos citaciones a cada empleador por violaciones intencionadas de las normas de seguridad en el lugar de trabajo y les impuso multas de 140.000 dólares -el máximo permitido- a cada empresa.

Además de las citaciones de la OSHA, funcionarios de ambas empresas fueron acusados de homicidio involuntario, entre otros cargos, el 5 de agosto en el Tribunal Supremo del Estado de Nueva York.

"Dieciocho trabajadores de la construcción de la ciudad de Nueva York han muerto en el trabajo este año. Es un número inaceptable", dijo Robert Kulick, administrador regional de la OSHA en Nueva York.

"Los peligros del trabajo en la construcción son bien conocidos, al igual que las salvaguardias para evitar muertes y lesiones. Los empleadores deben proporcionar un lugar de trabajo que permita a los empleados volver a casa con seguridad al final de cada jornada laboral."

Securing a Construction Site Picture This



What’s wrong in this picture?

The theft of machinery, equipment, tools, appliances and material supplies from construction sites pose a serious problem. Job sites are frequently the target of thieves due to easy access to unsecured materials and machinery. Large equipment like backhoes and utility trailers are a costly loss because of the investment needed to replace them. Power tools, copper, drywall and tiles are easier to transport, so they are the go-to items for thieves.

Not surprisingly, 90% of theft at construction sites occurs after 6 p.m. on Fridays and into the weekend, when no one is present to monitor the area. Tools, scrap metal, copper and compact loaders/skidders are most often stolen. Theft and vandalism account for up to $1 Billion in losses each year.

In order to avoid theft, it is important to secure your construction site with a security guard and temporary chain link fencing to keep thieves and vandals out. Portable storage containers are also a valuable investment.

Securing a Construction Site Picture This – Spanish



¿Qué hay de malo en esta imagen?

El robo de maquinaria, equipos, herramientas, aparatos y suministros de materiales en las obras de construcción supone un grave problema. Las obras son con frecuencia el objetivo de los ladrones debido al fácil acceso a materiales y maquinaria no asegurados. Los equipos grandes, como las retroexcavadoras y los remolques de servicios públicos, son una pérdida costosa debido a la inversión necesaria para reemplazarlos. Las herramientas eléctricas, el cobre, los paneles de yeso y los azulejos son más fáciles de transportar, por lo que son los artículos preferidos por los ladrones.

No es de extrañar que el 90% de los robos en las obras de construcción se produzcan después de las 6 de la tarde de los

viernes y durante el fin de semana, cuando no hay nadie presente para vigilar la zona. Los robos más frecuentes son los de herramientas, chatarra, cobre y cargadoras compactas. Los robos y el vandalismo suponen hasta 1.000 millones de dólares en pérdidas cada año.

Para evitar los robos, es importante asegurar su obra con un guardia de seguridad y una valla temporal de eslabones de cadena para mantener alejados a los ladrones y vándalos. Los contenedores de almacenamiento portátiles son también una valiosa inversión.

Seatbelt Use and Safety Stats and Facts

FACTS

SEAT BELT USE

1. Buckling up helps keep you safe and secure inside your vehicle, whereas not buckling up can result in being totally ejected from the vehicle in a crash, which is almost always deadly.
2. Air bags are not enough to protect you; in fact, the force of an air bag can seriously injure or even kill you if you’re not buckled up.
3. Improperly wearing a seat belt, such as putting the strap below your arm, puts you and your children at risk in a crash.
4. Teens, as both passengers and drivers, have the lowest rate of seat belt use of any age group, according to the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
5. Seat belt use is one of the most effective ways to save lives and reduce injuries in crashes. Seat belts prevent

drivers and passengers from being ejected during a crash. Parents should insist on seat belts on every trip and encourage their teens to buckle up before turning on the ignition.

STATS

- Research from the National Highway Traffic and Safety Administration (NHTSA) reports that seat belts save about 13,000 lives in the United States annually. The NHTSA also reports that over 2,500 lives of crash victims could have been saved if they had been wearing seat belts.
- Many Americans understand the lifesaving value of the seat belt – the national use rate was at 90.7% in 2019. Seat belt use in passenger vehicles saved an estimated 14,955 lives in 2017.
- Of the 22,215 passenger vehicle occupants killed in 2019, 47% were not wearing seat belts.
- Seat belts saved an estimated 14,955 lives and could have saved an additional 2,549 people if they had been wearing seat belts, in 2017 alone.
- In 2019, 36,096 people died in motor vehicle traffic crashes on US roadways, with nearly half (47%) not wearing a seat belt.
- When used properly, seat belts reduce the risk of fatal injury to front seat passengers by 45% and the risk of moderate to critical injury by 50%.
- Seat belt use in passenger vehicles saved an estimated 14,955 lives in 2017.
- People not wearing a seat belt are 30 times more likely to be ejected from a vehicle during a crash. More than 3 out of 4 people who are ejected during a fatal crash die from their injuries.
- Teens who say their parents set rules and monitor their driving are twice as likely to wear a seat belt as a driver or passenger as teens with less involved parents.

Seatbelt Use and Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

USO DEL CINTURÓN DE SEGURIDAD

1. El uso del cinturón de seguridad le ayuda a mantenerse seguro y protegido dentro de su vehículo, mientras que no abrocharse el cinturón puede resultar en la expulsión total del vehículo en un choque, lo que casi siempre es mortal.
2. Los airbags no son suficientes para protegerte; de hecho, la fuerza de un airbag puede herirte gravemente o incluso matarlo si no se abrocha el cinturón.
3. Llevar el cinturón de seguridad de forma incorrecta, como poner la correa por debajo del brazo, le pone a usted y a sus hijos en peligro en caso de accidente.
4. Los adolescentes, tanto como pasajeros como conductores, tienen la tasa más baja de uso del cinturón de seguridad de cualquier grupo de edad, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).
5. El uso del cinturón de seguridad es una de las formas más eficaces de salvar vidas y reducir las lesiones en los accidentes. Los cinturones de seguridad evitan que los conductores y los pasajeros salgan despedidos durante un accidente. Los padres deben insistir en el uso del cinturón de seguridad en todos los viajes y animar a sus hijos adolescentes a abrocharse el cinturón antes de poner el contacto.

ESTADÍSTICAS

- Las investigaciones de la Administración Nacional de Seguridad y Tráfico en las Carreteras (NHTSA) informan de que los cinturones de seguridad salvan unas 13.000 vidas al año en Estados Unidos. La NHTSA también informa de que más de 2.500 vidas de víctimas de accidentes podrían haberse salvado si hubieran llevado puesto el cinturón de seguridad.
- Muchos estadounidenses comprenden el valor del cinturón de seguridad para salvar vidas: la tasa de uso nacional se situó en el 90,7% en 2019. El uso del cinturón de seguridad en vehículos de pasajeros salvó unas 14.955 vidas en 2017.
- De los 22.215 ocupantes de vehículos de pasajeros muertos en 2019, el 47% no llevaba puesto el cinturón de seguridad.
- Se estima que los cinturones de seguridad salvaron 14.955 vidas y podrían haber salvado a otras 2.549 personas si hubieran llevado puesto el cinturón de seguridad, solo en 2017.
- En 2019, 36.096 personas murieron en accidentes de tráfico de vehículos de motor en las carreteras de Estados Unidos, y casi la mitad (47%) no llevaba el cinturón de seguridad.
- Cuando se utilizan correctamente, los cinturones de seguridad reducen el riesgo de lesiones mortales para los pasajeros de los asientos delanteros en un 45% y el riesgo de lesiones moderadas a críticas en un 50%.
- El uso del cinturón de seguridad en los vehículos de pasajeros salvó unas 14.955 vidas en 2017.
- Las personas que no llevan el cinturón de seguridad tienen 30 veces más probabilidades de salir despedidas de un vehículo durante un accidente. Más de 3 de cada 4 personas que son expulsadas durante un accidente mortal mueren a causa de sus lesiones.
- Los adolescentes que dicen que sus padres establecen normas y supervisan su conducción tienen el doble de probabilidades de llevar el cinturón de seguridad como conductor o pasajero que los adolescentes con padres menos implicados.

Seatbelt Use and Safety Fatality File

Sisters killed in crash not wearing seat belts

COLUMBUS COUNTY, NC (WWAY) — The lives of two Columbus County families drastically changed Saturday night, but what could have been done differently to prevent the death of two children?

In the aftermath of Saturday's horrible accident, investigators are left wondering if things would have been different if seat belts had been used.

Around 6:30 p.m. Saturday investigators say a SUV driven by Jesus Mondragon, 34, ran a stop sign at the intersection of NC 131 and Silver Spoon Road hitting the vehicle of 20-year-old Hannah Worley. Neither worley nor any of Mondragon's four passengers were wearing a seat belt.

"Speed was not a factor. The vehicle didn't stop, ran the stop sign at approximately 55 miles per hour and collided with the other vehicle that had the right of way on 131," Highway Patrol Sgt. John M. Lewis said. "Out of the wreck there were two unrestrained children in the back of the vehicle that ran the stop sign, and they were ejected and died as the result of the collision."

The two children killed were 11-year-old Samantha Mondragon and 2-year-old Ashley Mondragon. Investigators say their were lives were cut short by a series of bad decisions that highlight the importance of wearing a seat belt.

"Any time we have serious injuries or fatalities it's very

unfortunate, but to involve children is an absolute tragedy," Sgt. Lewis said. "It's the parent's responsibility or their guardian or that person operating the vehicle to make sure that everyone is restrained. For children to be as innocent as they are, most just don't know better. If they don't practice it themselves, then these are the outcomes."

Outcomes that affect all involved for the rest of their lives.

"It's tough," Sgt. Lewis said. "I know it's tough on the families and all involved, but it's also tough on our troopers. We see more than our share of tragedy, and it goes full circle the impact of these collisions."

The investigation into the accident continues. Jesus Mondragon has not been charged for his role in the accident.

Seatbelt Use and Safety Fatality File – Spanish

Hermanas muertas en un accidente no llevaban cinturones de seguridad

CONDADO DE COLUMBUS, NC (WWAY) – Las vidas de dos familias del Condado de Columbus cambiaron drásticamente el sábado por la noche, pero ¿qué se podría haber hecho de manera diferente para evitar la muerte de dos niños?

Tras el horrible accidente del sábado, los investigadores se preguntan si las cosas habrían sido diferentes si se hubieran utilizado los cinturones de seguridad.

Alrededor de las 6:30 p.m. del sábado los investigadores dicen que

un SUV conducido por Jesús Mondragón, de 34 años, se saltó una señal de alto en la intersección de NC 131 y Silver Spoon Road golpeando el vehículo de Hannah Worley, de 20 años. Ni Worley ni ninguno de los cuatro pasajeros de Mondragón llevaban el cinturón de seguridad.

“La velocidad no fue un factor. El vehículo no se detuvo, se saltó la señal de stop a aproximadamente 55 millas por hora y colisionó con el otro vehículo que tenía el derecho de paso en la 131”, dijo el sargento de la Patrulla de Carreteras John M. Lewis. “Fuera del naufragio había dos niños sin cinturón de seguridad en la parte trasera del vehículo que se saltó la señal de stop, y fueron expulsados y murieron como resultado de la colisión”.

Los dos niños muertos eran Samantha Mondragón, de 11 años, y Ashley Mondragón, de 2 años. Los investigadores dicen que sus vidas se vieron truncadas por una serie de malas decisiones que ponen de manifiesto la importancia de llevar el cinturón de seguridad.

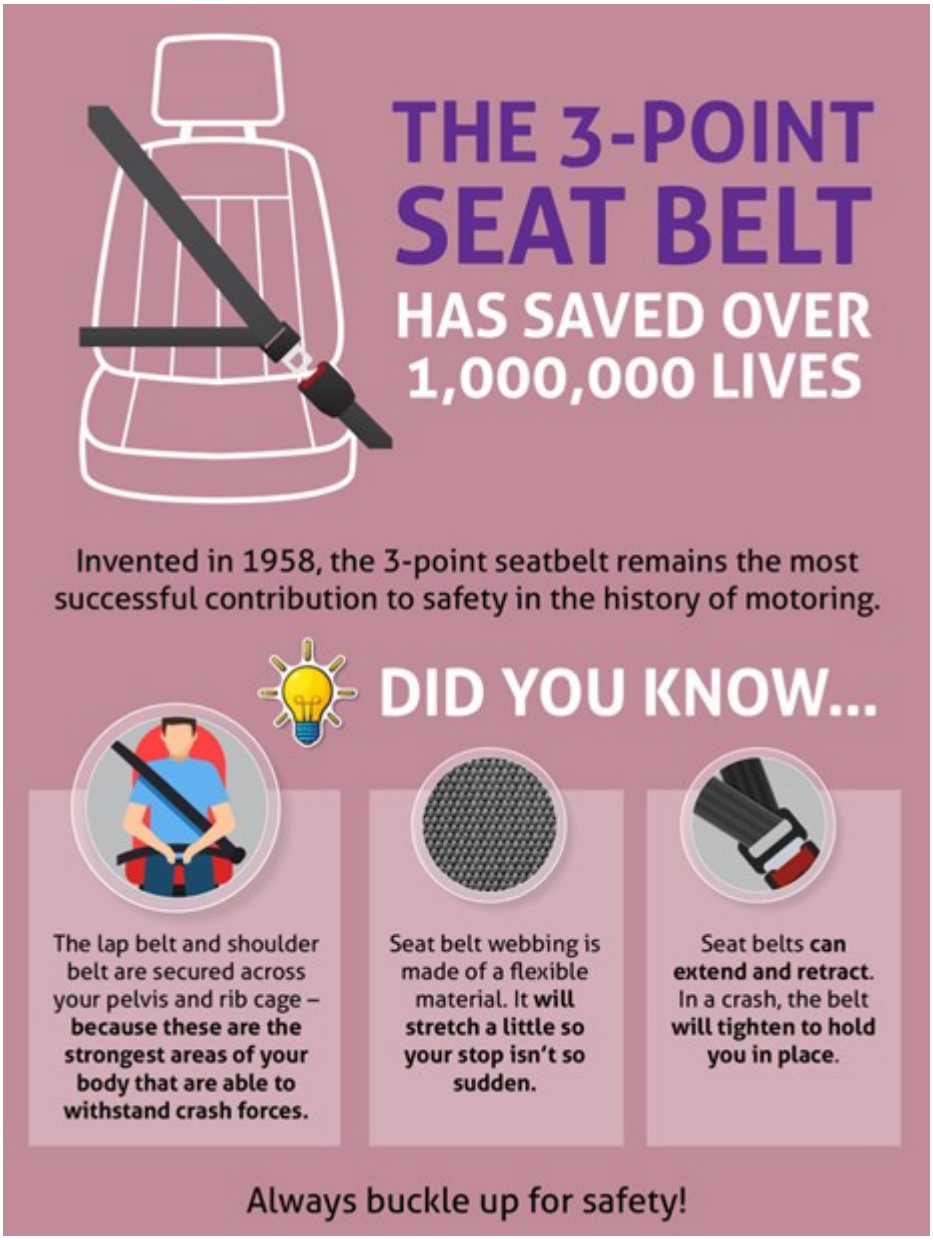
“Cada vez que tenemos lesiones graves o muertes es muy desafortunado, pero que se trate de niños es una tragedia absoluta”, dijo el sargento Lewis. “Es responsabilidad de los padres o de su tutor o de la persona que conduce el vehículo asegurarse de que todo el mundo va sujeto. Para que los niños sean tan inocentes como son, la mayoría no lo saben. Si no lo practican ellos mismos, estos son los resultados”.

Resultados que afectan a todos los implicados para el resto de sus vidas.

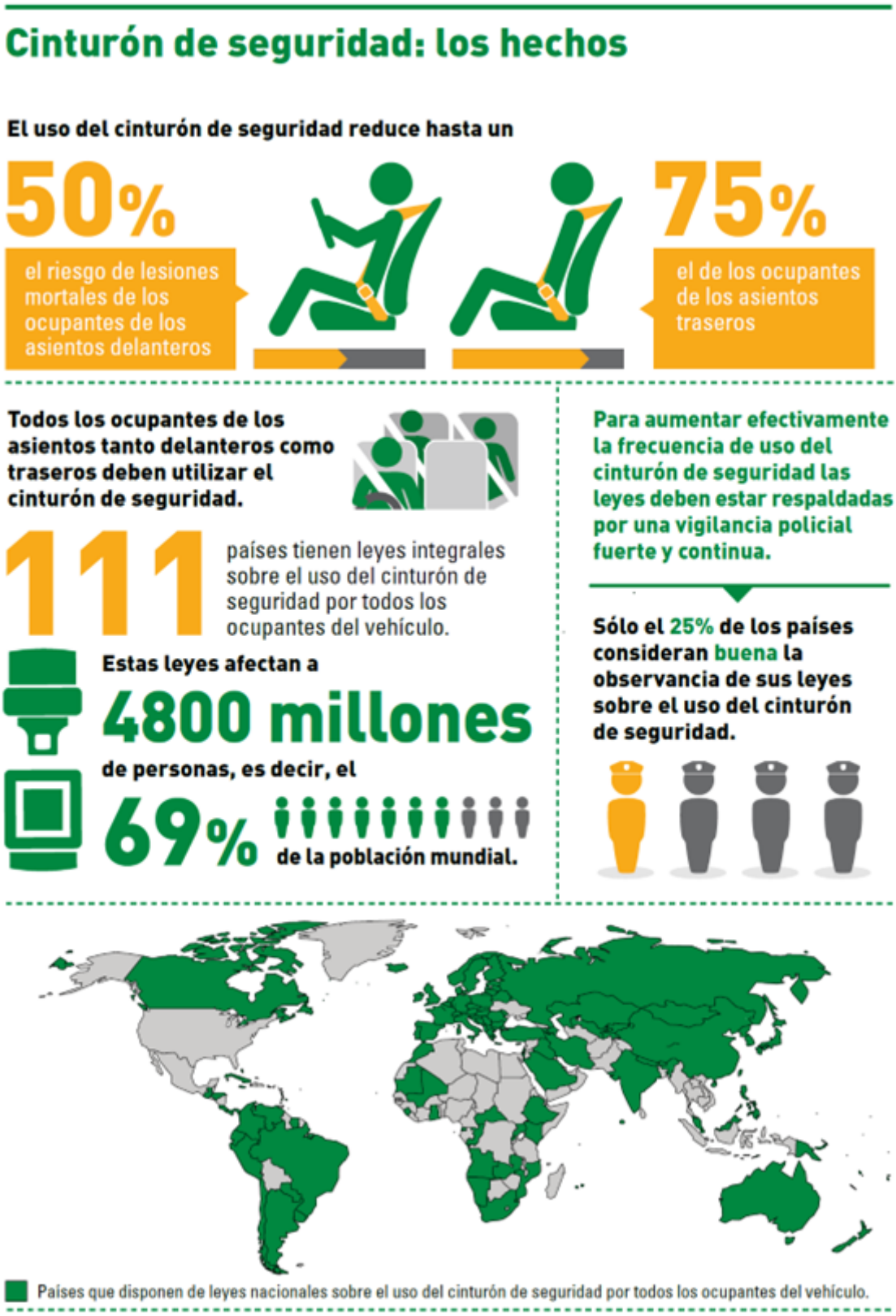
“Es duro”, dijo el sargento Lewis. “Sé que es duro para las familias y para todos los implicados, pero también es duro para nuestros soldados. Vemos más que nuestra parte de la tragedia, y se cierra el círculo el impacto de estas colisiones “.

La investigación del accidente continúa. Jesús Mondragón no ha sido acusado por su papel en el accidente.

Seatbelt Use and Safety Picture This



Seatbelt Use and Safety Picture This – Spanish



Fuente: *https://pediatriapanama.files.wordpress.com*

Securing a Construction Site Meeting Kit

Construction is a vast and valuable industry which involves both the storage and on-going use of high value vehicles, materials, tools and machinery.

THE THREATS AND HAZARDS

- **To property and materials** – including buildings and outbuildings, structures under construction or demolition, as well as construction materials, tools, equipment, plant, fuel and petty theft of workers' possessions and assets.
- **Operational cost** – few plant vehicles or generators can function without fuel. The delays caused by both the lack and the need to refuel affects schedules, which can affect overall progress towards deadlines.
- **Property cost** – expensive plant may be damaged in the process of the theft.
- **Life – fuel spilled** during theft is common and presents a fire hazard which could be both life-changing and life-ending.

BEST PRACTICES TO SECURE CONSTRUCTION SITE

General Work Area– Ensure adequate fencing is up around the entire work site. Depending on the area, crime rate, and potential property loss evaluate the possibility of investing in a site wide security system or outside agency to provide site security. Keep valuable items out of plain sight from the viewpoint of the public. Pay attention to where scrap metal piles may be onsite. Scrap metal often brings thieves into a work site.

Buildings– Always lock buildings. Keep valuables out of sight within the buildings. If someone looks through a window and does not see anything worth taking it may deter them from entering. Use alarms, flood lights, and cameras when possible. While the upfront cost can be expensive, a good security system can prevent expensive break-ins.

Heavy Equipment– There has been many instances where people break into a construction site and run equipment for the thrill of it or to cause problems for the company. This can do a lot of damage to the site as well as be a dangerous situation for the people who broke in. It is important to take steps to protect against situations where heavy equipment is stolen. **Some steps to take:**

- Do not leave equipment out in the open when possible. Lock equipment in a shop or at least in a fenced in area.
- Remove key from the equipment and lock the doors. Do not rely on the fence around the site to keep people out.
- Most pieces of equipment have a master switch. At the end of your shift shut the master switch off. If someone is not familiar with that piece of equipment they will not be able to get it to turn on.

Excavations– All excavations should be 100% barricaded or fenced in at the end of the day. This protects the public or any employees who enter the area from driving or falling into the excavation. Do not rely on a perimeter fence to protect individuals from harm due to an exposed hole within the site's boundaries.

SECURE THE CONSTRUCTION SITE

One of the most basic yet crucial aspects of construction site security is the contracting of security guards. These physical security needs, as well as the technological solutions available nowadays, ideally get the lion's share of your budget for security.

Enough budget for security

Set aside an estimate of money for everything you will need to secure your site, including proper lighting, alarm systems, fences, surveillance cameras, insurance coverage, and security staff.

Assigning roles to your employees

Delegating security responsibilities is crucial in ensuring safety in a construction site. Don’t hesitate to assign roles to your project manager, project engineer, superintendent, and other employees and make sure everyone has a role in securing the workplace.

Close ties with your local police

There’s nothing wrong with establishing a good line of contact with local law enforcement when ensuring the safety of your construction site. Having contact with police authorities will work to your advantage, especially when you need them to patrol your construction site at night.

Contact with neighboring residents

Before construction activity commences in your site, introduce yourself to your neighbors and alert businesses and residents in the neighborhood about the work being done in your area. You can also give them your contact information so they can contact you in case they notice some suspicious activity on your site when you’re not around.

Proper lighting

Since a construction site is vast, make sure that proper lighting is installed in every corner of the vicinity to provide optimal visibility.

A guard booth

Having just one entry point in your construction site will help control access to its premises. With a security guard booth installed at the entrance point, it will be easier to identify the people who make their way into your construction site.

Security personnel

One of the basics of securing any workplace is having personnel on-site to keep a close watch on the site. You may consider buying or renting guard booths to make the most of your investment in hired security, which you will need most during long weekends and holidays.

Securing your construction site is more than just assigning guards in and around your premises. It is something that you shouldn’t take lightly, because the more criminals perceive that your site is unguarded, the more they will target it to make off with easy money.

FINAL WORD

There are many instances people make their way into a work site to run equipment. Some of the reasons such as theft, vandalism, curiosity, or even accidental are the cause for people, to enter a worksite after hours. No matter what the intention of the people entering, it is important, to have a workplace, especially after hours a safe place for all people.

Securing a Construction Site Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La construcción es una industria amplia y valiosa que implica tanto el almacenamiento como el uso continuo de vehículos, materiales, herramientas y maquinaria de gran valor.

CUÁL ES EL PELIGRO

LAS AMENAZAS Y LOS PELIGROS

Para la propiedad y los materiales – incluyendo edificios y dependencias, estructuras en construcción o demolición, así como materiales de construcción, herramientas, equipos, plantas, combustible y pequeños robos de posesiones y activos de los trabajadores.

Coste operativo – pocos vehículos de planta o generadores pueden funcionar sin combustible. Los retrasos causados tanto por la falta como por la necesidad de repostar afectan a los calendarios, lo que puede repercutir en el progreso general hacia los plazos.

Coste de la propiedad – una planta costosa puede resultar dañada en el proceso del robo.

Vida – el combustible derramado durante el robo es habitual y presenta un riesgo de incendio que podría cambiar la vida y acabar con ella.

COMO PROTEGERSE

MEJORES PRÁCTICAS PARA ASEGURAR LA OBRA

Área de trabajo general – Asegúrese de que hay un vallado adecuado alrededor de toda la obra. Dependiendo de la zona, del índice de criminalidad y de la posible pérdida de bienes, evalúe la posibilidad de invertir en un sistema de seguridad para toda la obra o en una agencia externa que se encargue de la seguridad de la obra. Mantenga los objetos de valor fuera de la vista del público. Preste atención a los lugares en los que pueda haber montones de chatarra. La chatarra suele atraer a los ladrones al lugar de trabajo.

Edificios – Cierre siempre los edificios con llave. Mantenga los objetos de valor fuera de la vista dentro de los edificios. Si alguien mira a través de una ventana y no ve nada que merezca la pena, puede disuadirle de entrar. Utilice alarmas, focos y cámaras

cuando sea posible. Aunque el coste inicial puede ser elevado, un buen sistema de seguridad puede evitar costosos robos.

Equipos pesados– Ha habido muchos casos en los que la gente irrumpe en una obra de construcción y hace funcionar los equipos por la emoción de hacerlo o para causar problemas a la empresa. Esto puede causar mucho daño a la obra, así como ser una situación peligrosa para las personas que entraron. Es importante tomar medidas para protegerse de las situaciones de robo de equipos pesados. Algunas medidas a tomar:

- No deje el equipo al aire libre cuando sea posible. Encierre el equipo en un taller o, al menos, en una zona vallada.
- Retire la llave del equipo y cierre las puertas. No confíe en la valla que rodea el lugar para mantener a la gente fuera.
- La mayoría de los equipos tienen un interruptor principal. Al final de su turno apague el interruptor principal. Si alguien no está familiarizado con ese equipo, no podrá encenderlo.

Excavaciones – Todas las excavaciones deben ser 100% barricadas o cercadas al final del día. Esto protege al público o a cualquier empleado que entre en la zona de conducir o caer en la excavación. No confíe en una valla perimetral para proteger a las personas de daños debidos a un agujero expuesto dentro de los límites de la obra.

ASEGURE LA OBRA

Uno de los aspectos más básicos pero cruciales de la seguridad de la obra es la contratación de guardias de seguridad. Estas necesidades de seguridad física, así como las soluciones tecnológicas disponibles hoy en día, se llevan idealmente la mayor parte de su presupuesto para seguridad.

Presupuesto suficiente para la seguridad

Reserve una cantidad de dinero para todo lo que necesitará para asegurar su obra, incluida la iluminación adecuada, los sistemas de alarma, las vallas, las cámaras de vigilancia, la cobertura del

seguro y el personal de seguridad.

Asignar funciones a sus empleados

Delegar las responsabilidades de seguridad es crucial para garantizar la seguridad en una obra. No dude en asignar funciones al director del proyecto, al ingeniero del proyecto, al superintendente y a otros empleados, y asegúrese de que todos tienen un papel en la seguridad del lugar de trabajo.

Estrechar lazos con la policía local

No hay nada malo en establecer una buena línea de contacto con la policía local a la hora de garantizar la seguridad de su obra. Estar en contacto con las autoridades policiales le beneficiará, especialmente cuando necesite que patrullen su obra por la noche.

Contacto con los vecinos

Antes de que comience la actividad de construcción en su obra, preséntese a sus vecinos y avise a los comercios y residentes del barrio sobre las obras que se están realizando en su zona. También puede darles su información de contacto para que puedan ponerse en contacto con usted en caso de que noten alguna actividad sospechosa en su obra cuando no esté cerca.

Iluminación adecuada

Dado que una obra es extensa, asegúrate de que se instala una iluminación adecuada en todos los rincones de los alrededores para proporcionar una visibilidad óptima.

Una caseta de vigilancia

Tener un solo punto de entrada en su obra le ayudará a controlar el acceso a sus instalaciones. Con una caseta de vigilancia instalada en el punto de entrada, será más fácil identificar a las personas que entren en su obra.

Personal de seguridad

Uno de los aspectos básicos de la seguridad de cualquier lugar de

trabajo es contar con personal que vigile de cerca la obra. Puede considerar la posibilidad de comprar o alquilar cabinas de vigilancia para aprovechar al máximo su inversión en seguridad contratada, que necesitará más durante los fines de semana largos y las vacaciones.

Asegurar su obra es algo más que asignar guardias dentro y alrededor de sus instalaciones. Es algo que no debe tomarse a la ligera, porque cuanto más perciban los delincuentes que su obra no está vigilada, más la atacarán para hacerse con dinero fácil.

CONCLUSIÓN

Hay muchos casos en los que la gente entra en una obra para hacer funcionar el equipo. Algunas de las razones como el robo, el vandalismo, la curiosidad, o incluso accidental son la causa de que la gente, para entrar en un lugar de trabajo después de las horas. No importa cuál sea la intención de las personas que entran, es importante tener un lugar de trabajo, especialmente después de las horas un lugar seguro para todas las personas.