Safety Footwear Stats and Facts

FACTS

1. The human foot and ankle contain 26 bones, 33 joints and more than a hundred muscles, tendons and ligaments, so injuries to the foot can be especially painful – and slow to heal.
2. For many workers, such as those in healthcare, shoes that prevent slips on damp floors, provide cushioning when walking and standing hour after hour, and prevent biological contamination are required.
3. Footwear with ankle protection prevents sparks and burning particles from getting inside a worker's shoes.
4. Footwear with good traction prevent slips and falls.
5. Shoes made of rubber, PVC or neoprene protect against spills of oil, animal fat and chemicals.
6. Footwear with guards protects feet against falling objects.
7. Shoes with reinforced soles made of a special flexible metal protect against cuts and punctures.
8. Workers exposed to electrical hazards need footwear with special soles to protect against shocks.
9. Hygiene slippers and sandals are great for employees who shower before they leave work.

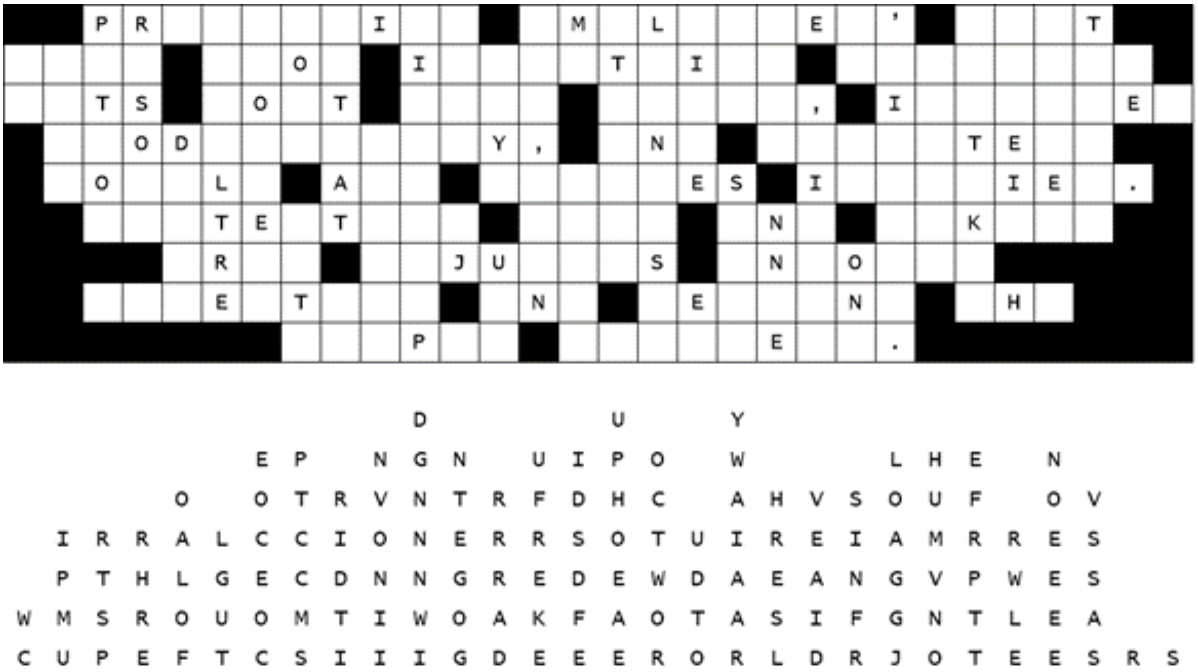
STATS

- Under RIDDOR, reporting regulations accidents involving footwear, whether or not there were any safety footwear accident claims involved, must be reported. The data set contains 24,182 accidents with an accuracy of around 95%.
- One of the most common PPE injuries involving footwear is crushing due to heavy objects being dropped onto the foot. A steel toecap will help prevent crushing from up to 200 pounds of pressure. Without safety boots, broken bones, torn ligaments and even amputation could occur – and in extreme

cases, even safety boots may be insufficient to prevent damage.

- According to the U.S. BLS, approximately 100,000 workers sustained foot injuries in 2017 just by wearing improper shoes. The majority of these injuries were caused by falling objects and heavy equipment that resulted in bruises and lacerations, puncture wounds, fractures, broken bones, and crushing of workers' feet and ankles.

Safety Footwear Fallen Phrases



Answer:

Protecting employees' feet with good industrial footwear cuts lost work hours, improves productivity, and heightens morale and reduces injuries. Protecting feet and ankles from injuries involve selecting and wearing the proper footwear.

Cross Contamination Meeting Kit

Bacterial cross contamination is the transfer of bacteria from one substance to another.

DANGERS OF CROSS CONTAMINATION

Cross contamination in food is a major way for bacteria to spread and multiply. It occurs when the juices or germs from other foods touch cooked foods. Cross contamination can result in food poisoning.

HOW CROSS CONTAMINATION OCCURS

Many people assume that foodborne illness is mostly caused by eating at restaurants, but there are many ways in which cross contamination can occur:

- primary food production – from plants and animals on farms
- during harvest or slaughter
- secondary food production – including food processing and manufacturing
- transportation of food
- storage of food
- distribution of food – grocery stores, farmer's markets, and more
- food preparation and serving – at home, restaurants, and other foodservice operations

TYPES OF CROSS CONTAMINATION – THREE PRINCIPAL WAYS

- **Food-To-Food**
- Adding contaminated foods to non-contaminated foods results

in food-to-food cross contamination. This allows harmful bacteria to spread and populate.

- Raw, undercooked, or improperly washed food can harbor large amounts of bacteria, such as Salmonella, Clostridium perfringens, Campylobacter, Staphylococcus aureus, E. coli, and Listeria monocytogenes – all of which can harm your health if consumed.
- Foods that pose the highest risk of bacterial contamination include leafy greens, bean sprouts, leftover rice, unpasteurized milk, soft cheeses, and deli meats, as well as raw eggs, poultry, meat, and seafood.

Ie. adding unwashed, contaminated lettuce to a fresh salad can contaminate the other ingredients.

- Leftovers kept in the fridge too long can result in bacterial overgrowth. Eat leftovers within 3–4 days and cook them to proper temperatures. If you plan to mix leftovers with other foods, the new meal should not be stored again as leftovers.

- **Equipment-to-food**

- Bacteria can survive for long periods on surfaces like countertops, utensils, cutting boards, storage containers, and food manufacturing equipment.
- When equipment is not washed properly or unknowingly contaminated with bacteria, it can transfer large volumes of harmful bacteria to food.

Ie. A common example of this occurring at home is using the same cutting board and knife to cut raw meat and vegetables, which can be harmful if the vegetables are then consumed raw.

- **People-to-food**

Humans can easily transfer bacteria from their bodies or clothes to food during many steps of food preparation.

I.e.. A person may cough into their hand and continue to prepare a meal without washing their hands in between.

I.e.. Using a cellphone that’s loaded with bacteria while cooking or wiping your hands with a dirty apron or towel.

CONSEQUENCES OF CROSS CONTAMINATION

Cross contamination of food can result in food poisoning.

HEALTH EFFECTS OF CROSS CONTAMINATION – MILD TO SEVERE EFFECTS

- Minor side effects include upset stomach, loss of appetite, headache, nausea, and diarrhea. Usually, these side effects present within 24 hours, making it difficult to determine the specific cause.
- In cases involving vomiting or diarrhea, it’s important to rehydrate properly – for example with a sports beverage – to restore hydration, blood sugar, and electrolyte levels.
- Severe side effects include diarrhea for more than 3 days, bloody stools, fever, dehydration, organ failure.
- Seek immediate medical attention if your side effects worsen or last longer than 1–2 days.

PREVENT CROSS CONTAMINATION

Food purchasing and storage

- Avoid purchasing food close to its expiration date, unless you intend to eat it right away.
- Store raw meat in a sealed container or plastic bag on the bottom shelf of the refrigerator to prevent juices from leaking onto other foods.
- Use separate grocery bags for raw meat and eggs.
- Use refrigerated leftover food within 2–3 days and cook it to proper temperatures.

Food preparation

- Wash your hands with soap and water for at least 20 seconds after touching raw meat, petting an animal, using the

washroom, coughing or sneezing, using your phone, or related instances.
- Wash your utensils, countertops, cutting boards, and other surfaces with soap and warm water.
- Use separate cutting boards for meat and vegetables.
- Use clean sponges and dishcloths.
- Cook foods to their proper temperatures by using a food thermometer.

FINAL WORD

Anyone is at risk of becoming sick from cross contamination. However, certain groups, including pregnant women, children, older adults, and those with weakened immune systems, are at the highest risk.

Cross Contamination Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. La contaminación cruzada en los alimentos es una de las principales vías de propagación y multiplicación de las bacterias. Se produce cuando los jugos o gérmenes de otros alimentos tocan los alimentos cocinados.
2. La contaminación cruzada de los alimentos puede provocar una intoxicación alimentaria, lo que hace que la persona se sienta considerablemente mal.

Los síntomas incluyen:

- Vómitos y náuseas

- Diarrea
- Calambres estomacales
- Temperatura elevada
- Dolores corporales
- Escalofríos corporales

1. Por lo general, los síntomas de la intoxicación alimentaria desaparecen al cabo de una semana, pero es importante permanecer en casa descansando y recuperándose hasta que los síntomas hayan desaparecido por completo. Siga bebiendo mucha agua, descansando y comiendo pequeñas cantidades de alimentos suaves, para asegurarse de que su estómago no se desestabiliza más.
2. La Salmonella, el Campylobacter y la Escherichia coli enterohemorrágica son algunos de los patógenos de transmisión alimentaria más comunes que afectan a millones de personas cada año, a veces con resultados graves y mortales.
3. La infección por Listeria provoca abortos en mujeres embarazadas o la muerte de recién nacidos. Aunque la incidencia de la enfermedad es relativamente baja, las consecuencias sanitarias graves y a veces mortales de la listeria, sobre todo entre los lactantes, los niños y los ancianos, la sitúan entre las infecciones de origen alimentario más graves.

ESTADÍSTICAS

- Los alimentos inseguros que contienen bacterias, virus, parásitos o sustancias químicas nocivas causan más de 200 enfermedades, desde la diarrea hasta el cáncer.
- Se calcula que 600 millones de personas -casi 1 de cada 10 en el mundo- enferman tras consumir alimentos contaminados y 420.000 mueren cada año, lo que supone la pérdida de 33 millones de años de vida saludable (AVAD).
- Cada año se pierden 110.000 millones de dólares en productividad y gastos médicos derivados de alimentos inseguros en los países de ingresos bajos y medios.
- Los niños menores de 5 años soportan el 40% de la carga de

enfermedades transmitidas por los alimentos, con 125 000 muertes al año.

- Las enfermedades diarreicas son las más comunes derivadas del consumo de alimentos contaminados, causando 550 millones de enfermos y 230 000 muertes cada año.
- Los alimentos inseguros suponen una amenaza para la salud mundial, poniendo en peligro a todo el mundo. Los bebés, los niños pequeños, las mujeres embarazadas, los ancianos y las personas con enfermedades subyacentes son especialmente vulnerables. Cada año 220 millones de niños contraen enfermedades diarreicas y 96 000 mueren. Los alimentos inseguros crean un círculo vicioso de diarrea y malnutrición, amenazando el estado nutricional de los más vulnerables.

Leave Yourself an Out Infographic – Spanish



Fuente: https://charlasdeseguridad.com

Safety Footwear Meeting Kit

FOOTWEAR IN GENERAL

Protecting employees' feet with good industrial footwear cuts lost work hours, improves productivity, and heightens morale and reduces injuries.

HAZARDS ASSESSMENT

A good safety footwear program begins not with selecting a new pair of shoes or boots, but by addressing all of the walking and working surfaces that employees are going to be exposed to and

assuring that they are in the best condition possible. In the **hazard assessment process**, safety and health managers should consider the kinds of operations within a facility, the processes being used, the tasks being performed, environmental conditions and the nature of any chemicals in use. They also have to examine **“key human performance factors,”** such as the fit of footwear or whether the foot will sweat profusely.

COMMON HAZARDS AND DANGERS

- Materials handled or used by the worker.
- Any material or equipment that might roll over the feet.
- Sharp or pointed objects that might cut the top of the feet.
- Objects that may penetrate the bottom or side of the foot.
- Risk of damage to sensitive electronic components or equipment due to the discharge of static electricity.
- Risk of coming into contact with energized conductors of low to moderate voltage (e.g., 220 volts or less).
- Type of walking surface and environmental conditions workers may be exposed to (e.g., loose ground cover, smooth surfaces, temperature, wet/oily, chemicals, etc.).

QUALITIES OF SAFETY FOOTWEAR

- The inner side of the shoe must be straight from the heel to the end of the big toe.
- The shoe must grip the heel firmly.
- The forepart must allow freedom of movement for the toes.
- The shoe must have a fastening across the instep to prevent the foot from slipping when walking.
- The shoe must have a low, wide-based heel; flat shoes are recommended.
- The shoe should have a low, wide-based heel. Small heels (1/4” to 1/3” for a men size 9, scaled to other sizes) are recommended.

ADVICE IN BUYING WORK FOOTWEAR

- Do not expect that footwear which is too tight will stretch with wear.
- Have both feet measured when buying shoes. Feet normally differ in size.
- Buy shoes to fit the bigger foot.
- Buy shoes late in the afternoon when feet are likely to be swollen to their maximum size.
- Ask a doctor’s advice if properly fitting shoes are not available.
- Consider using shock-absorbing insoles where the job requires walking or standing on hard floors.

KEY FACTORS TO CONSIDER WHEN CHOOSING FOOT PROTECTION:

- Footwear with ankle protection prevents sparks and burning particles from getting inside a worker’s shoes. Elastic makes it easy for workers to remove their shoes in an emergency.
- Waterproof footwear in wet conditions. Shoes and boots that protect against heat and cold.
- Footwear with good traction to prevent slips and falls. Some workers may need to wear cleats, or shoes with an abrasive, gritted, grooved, spiked or studded sole.
- Shoes made of rubber, PVC or neoprene protect against spills of oil, animal fat and chemicals. Select the proper material to protect against exposure from chemicals and other caustic materials.
- Footwear with guards protects feet against falling objects. The guards are made of steel, plastic or fiber and protect the top of the foot from falling objects.
- Protect the bottom of your feet from cuts, stabs and needle punctures. Shoes with reinforced soles made of a special flexible metal protect against cuts and punctures from sharp objects such as needles, nails and broken glass.
- Workers exposed to electrical hazards need footwear with

special soles to protect against shocks.
- Hygiene slippers and sandals are great for employees who shower before they leave work. Disposable footwear prevents the spread of infection.

FIT AND CARE BASICS OF SAFETY FOOTWEAR

Fit:

- Try on new boots around midday. Feet normally swell during the day.
- Walk in new footwear to ensure it is comfortable.
- Boots should have ample toe room. Do not expect footwear to stretch with wear.
- Make allowances for extra socks or special arch supports when buying boots. Try on your new boots with the supports or socks you usually wear at work.
- Boots should fit snugly around the heel and ankle when laced.
- Lace up boots fully. High-cut boots provide support against ankle injury.

Care:

- Use a protective coating to make footwear water-resistant.
- Inspect footwear regularly for damage (e.g., cracks in soles, breaks in leather, or exposed toe caps).
- Repair or replace worn or defective footwear.
- Electric shock resistance of footwear is greatly reduced by wet conditions and with wear.
- Footwear exposed to sole penetration or impact may not have visible signs of damage.

FINAL WORD

Protecting feet and ankles from injuries involve selecting and wearing the proper footwear according to task and hazards. In general, it is a good idea to always use CSA-approved safety

footwear. It’s also important to select the right footwear for conditions and the task.

Safety Footwear Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

CALZADO EN GENERAL

Proteger los pies de los empleados con un buen calzado industrial reduce las horas de trabajo perdidas, mejora la productividad y eleva la moral y reduce las lesiones.

EVALUACIÓN DE RIESGOS

Un buen programa de calzado de seguridad no comienza con la selección de un nuevo par de zapatos o botas, sino con la evaluación de todas las superficies de tránsito y de trabajo a las que van a estar expuestos los empleados y la garantía de que están en las mejores condiciones posibles. En el proceso de evaluación de riesgos, los responsables de seguridad y salud deben tener en cuenta los tipos de operaciones dentro de una instalación, los procesos que se utilizan, las tareas que se realizan, las condiciones ambientales y la naturaleza de los productos químicos que se utilizan. También deben examinar los “factores clave del rendimiento humano”, como el ajuste del calzado o si el pie sudará profusamente.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS Y PELIGROS HABITUALES

- Materiales manipulados o utilizados por el trabajador.
- Cualquier material o equipo que pueda rodar sobre los pies.
- Objetos afilados o puntiagudos que puedan cortar la parte superior de los pies.
- Objetos que puedan penetrar en la parte inferior o lateral del pie.
- Riesgo de dañar componentes o equipos electrónicos sensibles debido a la descarga de electricidad estática.
- Riesgo de entrar en contacto con conductores energizados de tensión baja o moderada (por ejemplo, 220 voltios o menos).
- Tipo de superficie sobre la que se camina y condiciones ambientales a las que pueden estar expuestos los trabajadores (por ejemplo, suelo suelto, superficies lisas, temperatura, húmedo/aceitoso, productos químicos, etc.).

COMO PROTEGERSE

CUALIDADES DEL CALZADO DE SEGURIDAD

- La parte interior del zapato debe ser recta desde el talón hasta el final del dedo gordo.
- El zapato debe agarrar firmemente el talón.
- La parte delantera debe permitir la libertad de movimiento de los dedos del pie.
- El zapato debe tener un cierre en el empeine para evitar que el pie resbale al caminar.
- El zapato debe tener un tacón bajo y ancho; se recomiendan los zapatos planos.
- El zapato debe tener un tacón bajo y de base ancha. Se recomiendan los tacones pequeños (de 1/4″ a 1/3″ para un hombre de la talla 9, escalado a otras tallas).

CONSEJOS PARA COMPRAR CALZADO DE TRABAJO

- No espere que un calzado demasiado ajustado se estire con el uso.
- Mídase los dos pies al comprar el calzado. El tamaño de los pies suele ser diferente.
- Compre zapatos que se ajusten al pie más grande.

- Compre los zapatos a última hora de la tarde, cuando es probable que los pies estén hinchados al máximo.
- Pida consejo a un médico si no dispone de zapatos que se ajusten correctamente.
- Considere la posibilidad de utilizar plantillas amortiguadoras cuando el trabajo requiera caminar o estar de pie sobre suelos duros.

FACTORES CLAVE A TENER EN CUENTA AL ELEGIR LA PROTECCIÓN DE LOS PIES

- El calzado con protección para los tobillos evita que las chispas y las partículas ardientes entren en los zapatos del trabajador. Los elásticos facilitan que los trabajadores se quiten los zapatos en caso de emergencia.
- Calzado impermeable en condiciones de humedad. Calzado y botas que protejan contra el calor y el frío.
- Calzado con buena tracción para evitar resbalones y caídas. Algunos trabajadores pueden necesitar llevar tacos, o zapatos con suela abrasiva, con grano, acanalada, con púas o con tacos.
- Los zapatos de goma, PVC o neopreno protegen contra los derrames de aceite, grasa animal y productos químicos. Seleccione el material adecuado para protegerse de la exposición a productos químicos y otros materiales cáusticos.
- El calzado con protecciones protege los pies contra la caída de objetos. Los protectores son de acero, plástico o fibra y protegen la parte superior del pie de la caída de objetos.
- Protege la parte inferior de los pies de cortes, puñaladas y pinchazos de agujas. Los zapatos con suelas reforzadas hechas de un metal flexible especial protegen contra los cortes y pinchazos de objetos afilados como agujas, clavos y cristales rotos.
- Los trabajadores expuestos a riesgos eléctricos necesitan un calzado con suela especial para protegerse de las descargas.
- Las zapatillas y sandalias higiénicas son ideales para los empleados que se duchan antes de salir del trabajo. El calzado desechable evita la propagación de infecciones.

ASPECTOS BÁSICOS DE AJUSTE Y CUIDADO DEL CALZADO DE SEGURIDAD

Ajuste:

- Pruébese las botas nuevas hacia el mediodía. Los pies suelen hincharse durante el día.
- Camine con el calzado nuevo para asegurarse de que es cómodo.
- Las botas deben tener un amplio espacio para los dedos. No espere que el calzado se estire con el uso.
- Al comprar las botas, prevea calcetines adicionales o soportes especiales para el arco del pie. Pruébate las botas nuevas con los soportes o calcetines que sueles usar en el trabajo.
- Las botas deben quedar bien ajustadas al talón y al tobillo cuando se atan.
- Ajústate los cordones de las botas por completo. Las botas de corte alto proporcionan apoyo contra las lesiones de tobillo.

Cuidados:

- Utilice un revestimiento protector para que el calzado sea resistente al agua.
- Inspeccione periódicamente el calzado para detectar daños (por ejemplo, grietas en las suelas, roturas en el cuero o punteras expuestas).
- Repare o sustituya el calzado desgastado o defectuoso.
- La resistencia a las descargas eléctricas del calzado se reduce en gran medida en condiciones de humedad y con el desgaste.
- El calzado expuesto a la penetración de la suela o a los impactos puede no presentar signos visibles de daños.

CONCLUSIÓN

Proteger los pies y los tobillos de las lesiones implica seleccionar y usar el calzado adecuado según la tarea y los riesgos. En general, es una buena idea utilizar siempre calzado de seguridad aprobado por la CSA. También es importante seleccionar

el calzado adecuado para las condiciones y la tarea.

Safety Footwear Stats and Facts – Spanish

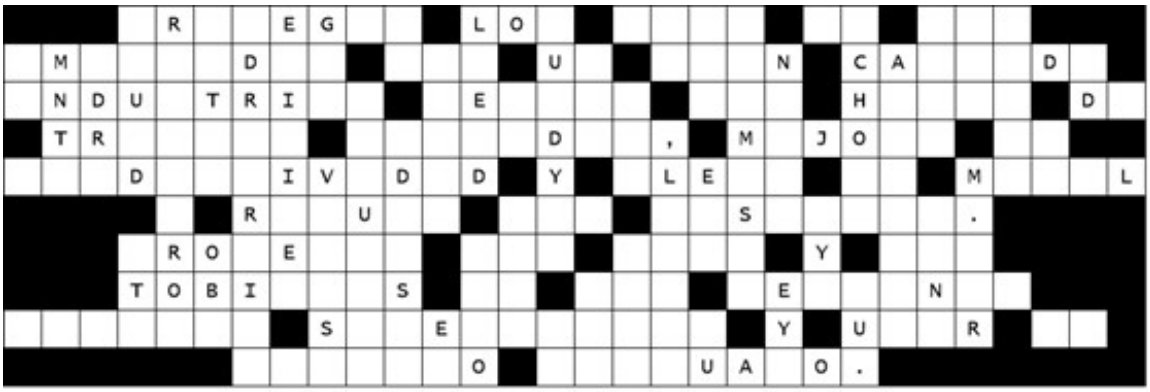
HECHOS

1. El pie y el tobillo humanos contienen 26 huesos, 33 articulaciones y más de un centenar de músculos, tendones y ligamentos, por lo que las lesiones en el pie pueden ser especialmente dolorosas, y de lenta curación.
2. Para muchos trabajadores, como los de la sanidad, se requiere un calzado que evite los resbalones en suelos húmedos, que proporcione amortiguación al caminar y estar de pie hora tras hora, y que evite la contaminación biológica.
3. El calzado con protección para los tobillos evita que las chispas y las partículas ardientes entren en los zapatos del trabajador.
4. El calzado con buena tracción evita resbalones y caídas.
5. El calzado de goma, PVC o neopreno protege contra los derrames de aceite, grasa animal y productos químicos.
6. El calzado con protecciones protege los pies contra la caída de objetos.
7. El calzado con suela reforzada de un metal flexible especial protege contra cortes y pinchazos.
8. Los trabajadores expuestos a riesgos eléctricos necesitan un calzado con suela especial que les proteja de las descargas.
9. Las zapatillas y sandalias higiénicas son ideales para los empleados que se duchan antes de salir del trabajo.

ESTADÍSTICAS

- De acuerdo con la normativa RIDDOR, se deben notificar los accidentes relacionados con el calzado, independientemente de que haya habido o no reclamaciones por accidentes con calzado de seguridad. El conjunto de datos contiene 24.182 accidentes con una precisión de alrededor del 95%.
- Una de las lesiones más comunes en el EPP relacionadas con el calzado es el aplastamiento debido a la caída de objetos pesados sobre el pie. Una puntera de acero ayuda a evitar el aplastamiento por una presión de hasta 200 libras. Sin las botas de seguridad, pueden producirse fracturas de huesos, roturas de ligamentos e incluso amputaciones, y en casos extremos, incluso las botas de seguridad pueden ser insuficientes para evitar los daños.
- Según el U.S. BLS, aproximadamente 100.000 trabajadores sufrieron lesiones en los pies en 2017 solo por llevar un calzado inadecuado. La mayoría de estas lesiones fueron causadas por la caída de objetos y equipos pesados que provocaron contusiones y laceraciones, heridas punzantes, fracturas, huesos rotos y aplastamiento de los pies y tobillos de los trabajadores.

Safety Footwear Fallen Phrases – Spanish





Respuesta:

Proteger los pies de los empleados con un buen calzado industrial reduce las horas de trabajo perdidas, mejora la productividad y eleva la moral y reduce las lesiones. Proteger los pies y los tobillos de las lesiones implica seleccionar y usar el calzado adecuado.

Safety Footwear Picture This



Whatever part of this safety footwear which was considered to be “safe” by the wearer is something that only he would know. Everyone else would be left scratching their heads. The bricklayer sporting these sad safety shoes was sent home and told to not come back until he was wearing appropriate PPE. These boots have no laces, leaving them gaping at the ankles, and also have damaged safety toes. No wonder he was sent walking. Footwear must be suitable for the hazards and be maintained in good condition.

Safety Footwear Picture This – Spanish



La parte de este calzado de seguridad que fue considerada “segura” por el usuario es algo que sólo él sabría. Todos los demás se rascarían la cabeza. El albañil que llevaba este triste calzado de seguridad fue enviado a casa y se le dijo que no volviera hasta que llevara el EPP adecuado. Estas botas no tienen cordones, lo que las deja abiertas en los tobillos, y también tienen los dedos del pie de seguridad dañados. No es de extrañar que le enviaran a pie. El calzado debe ser adecuado a los riesgos y mantenerse en buen estado.

Cross Contamination Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La contaminación cruzada bacteriana es la transferencia de bacterias de una sustancia a otra.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS DE LA CONTAMINACIÓN CRUZADA

La contaminación cruzada en los alimentos es una de las principales vías de propagación y multiplicación de las bacterias. Se produce cuando los jugos o gérmenes de otros alimentos entran en contacto con los alimentos cocinados. La contaminación cruzada puede provocar una intoxicación alimentaria.

CÓMO SE PRODUCE LA CONTAMINACIÓN CRUZADA

Mucha gente da por sentado que las enfermedades transmitidas por los alimentos se producen sobre todo al comer en restaurantes, pero hay muchas formas en las que puede producirse la contaminación cruzada:

- en la producción primaria de alimentos – desde las plantas y los animales en las granjas
- durante la cosecha o el sacrificio
- la producción secundaria de alimentos, que incluye el procesamiento y la fabricación de alimentos
- el transporte de los alimentos
- el almacenamiento de los alimentos
- distribución de alimentos: tiendas de comestibles, mercados de agricultores, etc.
- la preparación y el servicio de los alimentos: en el hogar, en los restaurantes y en otros servicios alimentarios

COMO PROTEGERSE

TIPOS DE CONTAMINACIÓN CRUZADA – TRES FORMAS PRINCIPALES

- **De alimento a alimento**

- Si se añaden alimentos contaminados a otros no contaminados, se produce una contaminación cruzada entre alimentos. Esto permite que las bacterias nocivas se extiendan y se acumulen.
- Los alimentos crudos, poco cocinados o mal lavados pueden

albergar grandes cantidades de bacterias, como la Salmonella, el Clostridium perfringens, el Campylobacter, el Staphylococcus aureus, la E. coli y la Listeria monocytogenes, que pueden ser perjudiciales para la salud si se consumen.

- Los alimentos que suponen un mayor riesgo de contaminación bacteriana son las verduras de hoja verde, los brotes de soja, los restos de arroz, la leche no pasteurizada, los quesos blandos y los embutidos, así como los huevos, las aves, la carne y el marisco crudos.
- Por ejemplo, añadir lechuga contaminada y sin lavar a una ensalada fresca puede contaminar los demás ingredientes.
- Las sobras guardadas en el frigorífico durante demasiado tiempo pueden provocar un sobrecrecimiento bacteriano. Consuma las sobras en un plazo de 3-4 días y cocínelas a la temperatura adecuada. Si piensa mezclar las sobras con otros alimentos, la nueva comida no debe guardarse de nuevo como sobras.

- **Equipo a comida**

- Las bacterias pueden sobrevivir durante mucho tiempo en superficies como encimeras, utensilios, tablas de cortar, contenedores de almacenamiento y equipos de fabricación de alimentos.
- Cuando el equipo no se lava adecuadamente o se contamina con bacterias sin saberlo, puede transferir grandes volúmenes de bacterias dañinas a los alimentos.

Por ejemplo. Un ejemplo común de esto que ocurre en casa es utilizar la misma tabla de cortar y el mismo cuchillo para cortar carne y verduras crudas, lo que puede ser perjudicial si las verduras se consumen luego crudas.

- **De persona a alimento**

Los seres humanos pueden transferir fácilmente las bacterias de su cuerpo o de su ropa a los alimentos durante muchos pasos de la preparación de estos.

Por ejemplo. Una persona puede toser en su mano y seguir

preparando una comida sin lavarse las manos entre medias.

Por ejemplo. Utilizar un teléfono móvil cargado de bacterias mientras se cocina o limpiarse las manos con un delantal o una toalla sucios.

CONSECUENCIAS DE LA CONTAMINACIÓN CRUZADA

La contaminación cruzada de los alimentos puede provocar una intoxicación alimentaria.

EFECTOS DE LA CONTAMINACIÓN CRUZADA SOBRE LA SALUD – EFECTOS DE LEVES A GRAVES

- Los efectos secundarios menores incluyen malestar estomacal, pérdida de apetito, dolor de cabeza, náuseas y diarrea. Por lo general, estos efectos secundarios se presentan en un plazo de 24 horas, lo que dificulta la determinación de la causa específica.
- En los casos de vómitos o diarrea, es importante rehidratar adecuadamente -por ejemplo, con una bebida deportiva- para restablecer la hidratación, el azúcar en sangre y los niveles de electrolitos.
- Los efectos secundarios graves incluyen diarrea durante más de 3 días, heces sanguinolentas, fiebre, deshidratación y fallo orgánico.
- Busque atención médica inmediata si sus efectos secundarios empeoran o duran más de 1 ó 2 días.

PREVENIR LA CONTAMINACIÓN CRUZADA

Compra y almacenamiento de alimentos

- Evite comprar alimentos cerca de su fecha de caducidad, a no ser que tenga intención de consumirlos inmediatamente.
- Guarde la carne cruda en un recipiente cerrado o en una bolsa de plástico en el estante inferior del frigorífico para evitar que los jugos se filtren a otros alimentos.
- Utilice bolsas de supermercado distintas para la carne cruda y los huevos.
- Utilice los alimentos sobrantes refrigerados en un plazo de

2 a 3 días y cocínelos a la temperatura adecuada.

Preparación de los alimentos

- Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos después de tocar la carne cruda, acariciar un animal, ir al baño, toser o estornudar, usar el teléfono o casos similares.
- Lave los utensilios, las encimeras, las tablas de cortar y otras superficies con agua caliente y jabón.
- Utilice tablas de cortar distintas para la carne y las verduras.
- Utilice esponjas y paños de cocina limpios.
- Cocine los alimentos a la temperatura adecuada utilizando un termómetro para alimentos.

CONCLUSIÓN

Cualquier persona corre el riesgo de enfermar por contaminación cruzada. Sin embargo, algunos grupos, como las mujeres embarazadas, los niños, los adultos mayores y las personas con sistemas inmunitarios debilitados corren el mayor riesgo.

Cross Contamination Stats and Facts

FACTS

1. Cross contamination in food is a major way for bacteria to spread and multiply. It occurs when the juices or germs from other foods touch cooked foods.
2. Cross contamination of food can result in food poisoning,

making an individual feel considerably poorly.

Symptoms include:

- Vomiting and Nausea
- Diarrhoea
- Stomach Cramps
- High Temperature
- Body Aches
- Body Chills

1. Usually, food poisoning symptoms will clear up after a week, but it is important to stay at home resting and recovering until your symptoms have completely gone. Keep drinking lots of water, resting and eating small amounts of bland food, to ensure your stomach is not unsettled any further.
2. Salmonella, Campylobacter, and Enterohaemorrhagic Escherichia coli are among the most common foodborne pathogens that affect millions of people annually – sometimes with severe and fatal outcomes.
3. Listeria infection leads to miscarriage in pregnant women or death of newborn babies. Although disease occurrence is relatively low, listeria's severe and sometimes fatal health consequences, particularly among infants, children and the elderly, count them among the most serious foodborne infections.

STATS

- Unsafe food containing harmful bacteria, viruses, parasites or chemical substances, causes more than 200 diseases – ranging from diarrhoea to cancers.
- An estimated 600 million – almost 1 in 10 people in the world – fall ill after eating contaminated food and 420 000 die every year, resulting in the loss of 33 million healthy life years (DALYs).
- US$110 billion is lost each year in productivity and medical expenses resulting from unsafe food in low- and middle-income countries.

- Children under 5 years of age carry 40% of the foodborne disease burden, with 125 000 deaths every year.
- Diarrhoeal diseases are the most common illnesses resulting from the consumption of contaminated food, causing 550 million people to fall ill and 230 000 deaths every year.
- Unsafe food poses global health threats, endangering everyone. Infants, young children, pregnant women, the elderly and those with an underlying illness are particularly vulnerable. Every year 220 million children contract diarrhoeal diseases and 96 000 die. Unsafe food creates a vicious cycle of diarrhoea and malnutrition, threatening the nutritional status of the most vulnerable.

Cross Contamination Fatality File

Man’s death tied to salmonella in Rhode Island

An elderly man who tested positive for salmonella has died, according to Rhode Island officials investigating an outbreak of salmonella that has sickened 39 people.

Six fresh cases were reported on Tuesday and, while the source of contamination has not been determined, pastries from a local bakery were being recalled.

The man who died was in his 80s and lived in a Warwick nursing home that recently bought pastries from DeFusco’s Bakery in Johnston, she said.

Inspectors went to DeFusco’s and found cross-contamination and major violations of food handling, she said.

The most likely cause of salmonella was consumption of pastries that came in contact with infected raw eggs, the Health Department said. Pastry shells at DeFusco’s had been stored in used egg crates, it said.

Fifteen people were sickened at the nursing home, while the rest of the 39 cases were elsewhere in the community. Twelve people were in hospitals, Beardsworth said.

“What we have now is a group of people who are ill with salmonella,” she said. “What we don’t have is laboratory-confirmed evidence of a source of contamination.

“We have some circumstantial evidence that is pointing us in a certain direction, but we don’t have anything confirmed yet,” she said.

First reports of the outbreak emerged last Friday, and the earliest onset of symptoms was March 14, she said. The man died on Wednesday, March 23.

DeFusco’s, which has voluntarily closed, makes goods such as zeppoles, calzones and eclairs for other bakeries, markets and caterers, she said.

Beardsworth said reports of more illnesses were likely through the end of this week.

Symptoms of salmonella include a sudden onset of nausea, vomiting and diarrhea, typically 24 to 72 hours after eating contaminated food, she said.

Cross Contamination Fatality

File – Spanish

La muerte de un hombre está relacionada con la salmonela en Rhode Island

Un anciano que dio positivo en las pruebas de salmonela ha muerto, según las autoridades de Rhode Island que investigan un brote de salmonela que ha enfermado a 39 personas.

El martes se registraron seis nuevos casos y, aunque no se ha determinado la fuente de contaminación, se han retirado los pasteles de una panadería local.

El hombre que falleció tenía más de 80 años y vivía en una residencia de ancianos de Warwick que había comprado recientemente pasteles de la panadería DeFusco’s Bakery de Johnston, dijo.

Los inspectores acudieron a DeFusco’s y encontraron contaminación cruzada y graves violaciones de la manipulación de los alimentos, dijo.

La causa más probable de la salmonela fue el consumo de pasteles que entraron en contacto con huevos crudos infectados, dijo el Departamento de Salud. Las cáscaras de los pasteles en DeFusco’s se habían almacenado en cajas de huevos usadas, dijo.

Quince personas enfermaron en la residencia de ancianos, mientras que el resto de los 39 casos se produjeron en otros lugares de la comunidad. Doce personas estaban en hospitales, dijo Beardsworth.

“Lo que tenemos ahora es un grupo de personas enfermas de salmonela”, dijo. “Lo que no tenemos son pruebas confirmadas por el laboratorio de una fuente de contaminación.

“Tenemos algunas pruebas circunstanciales que apuntan en cierta dirección, pero todavía no tenemos nada confirmado”, dijo.

Los primeros informes sobre el brote surgieron el viernes pasado, y la primera aparición de los síntomas fue el 14 de marzo, dijo. El hombre murió el miércoles 23 de marzo.

DeFusco’s, que ha cerrado voluntariamente, fabrica productos como zeppoles, calzones y eclairs para otras panaderías, mercados y empresas de catering, dijo.

Beardsworth dijo que era probable que se informara de más enfermedades hasta el final de esta semana.

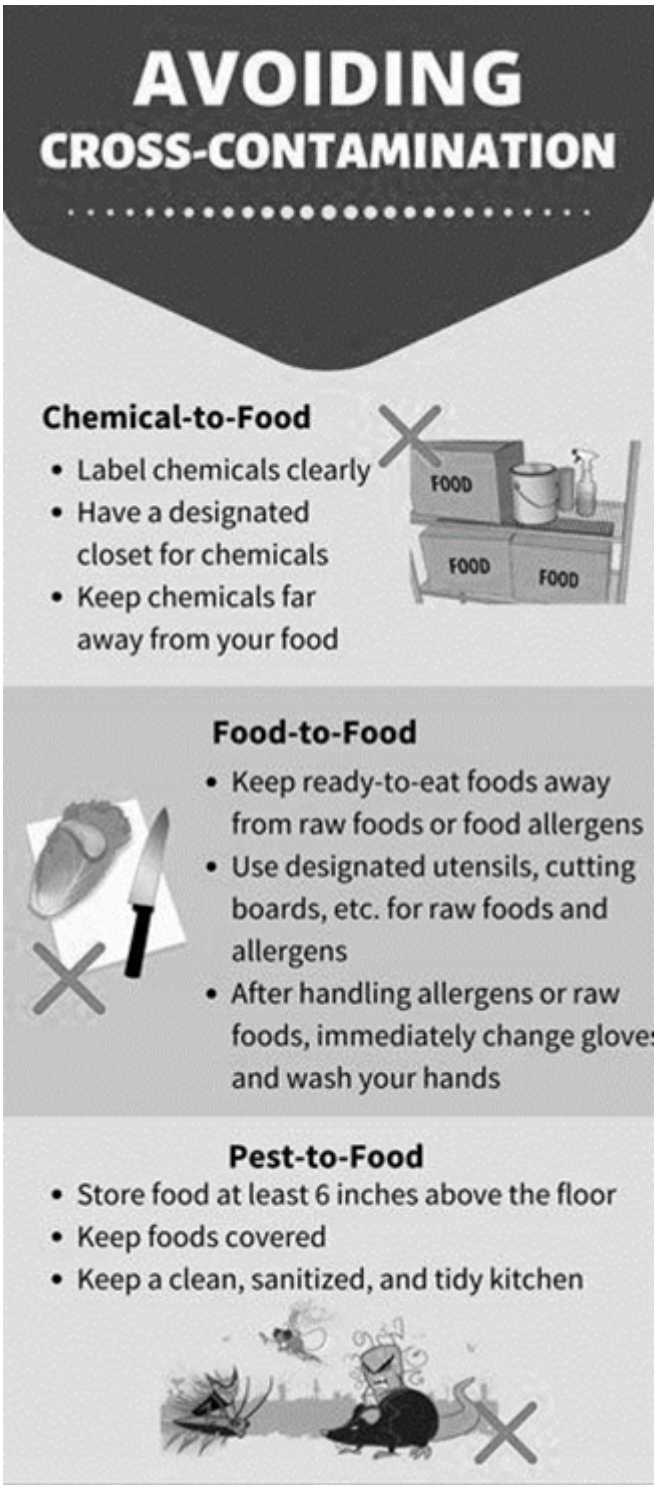
Los síntomas de la salmonelosis incluyen la aparición repentina de náuseas, vómitos y diarrea, normalmente entre 24 y 72 horas después de consumir alimentos contaminados, dijo.

Cross Contamination Infographic – Spanish



Fuente: https://cerotacc.com/

Cross Contamination Infographic



Source: *https://www.statefoodsafety.com*

Defensive Driving

This section addresses motor vehicle accident prevention through specific defensive driving techniques.

According to the National Vital Statistics Report, motor vehicle crashes are the number one cause of accidental death in the United States. In addition, vehicle accidents are also the number one cause of work-related fatalities. By utilizing defensive driving techniques one can reduce the probability as well as the severity of accidents.

Drive Defensively by Avoiding

- Reckless Driving
- Distracted Driving
- Fatigue
- Aggressive Driving
- Insufficient vehicle condition
- Driving under the influence of drugs or alcohol

Defensive Driving Techniques

- Obey speed limits, signs, signals and traffic rules
- Follow the 2 second rule (stay at least 2 seconds behind a vehicle)
- Drive cautiously, and signal intentions (i.e. blinkers for lane change, turns etc)
- Keep an eye on traffic trends ahead of you and check mirrors often
- Slow down in inclement weather – or avoid driving in severe weather
- Always be alert and be aware or your vehicle

Be informed- take a certified defensive driving class

Work Wisely Around Water – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Cascos, gafas, tapones para los oídos: estos son los elementos estándar del equipo de protección personal (EPP) que se requieren para muchos trabajos.

Sin embargo, si trabaja cerca de aguas abiertas, debe tener en cuenta otros tipos de EPP, tanto para mantenerle fuera del agua como para mantenerle vivo si se cae.

Siguiendo todos los procedimientos de trabajo seguros y disponiendo del equipo de protección correcto, puede protegerse del ahogamiento.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Los que trabajan en torno a muelles, barcos, lagunas y presas deben estar protegidos por barandillas. Si observa algún problema con el estado o el diseño de estas protecciones, hable con su supervisor de inmediato.

Cuando se presente a trabajar por primera vez en un trabajo cerca del agua, localice estos dos dispositivos de salvamento para poder alcanzarlos rápidamente en caso de emergencia:

1. El anillo salvavidas. Atado a una cuerda, este anillo puede lanzarse al agua en caso de emergencia para que alguien lo agarre.
2. Escaleras de borde de agua. Estas escaleras para salir del agua deben estar situadas a intervalos a lo largo del borde del agua.

COMO PROTEGERSE

Los equipos de prevención y detención de caídas también le ayudarán a mantenerse fuera del agua. Utilice este equipo correctamente cuando trabaje sobre el agua en trabajos como la construcción y la pintura.

Otro tipo de EPP para prevenir las caídas al agua es el calzado correcto. Deben llevarse suelas antideslizantes siempre que haya peligro de caída desde un muelle o una cubierta. En la industria forestal, se usan botas calafateadas cuando se camina sobre las vigas de los troncos.

Cuando esté a bordo de una embarcación, el tipo de equipo de flotación que lleve puede marcar la diferencia en su supervivencia. Un dispositivo personal de flotación está diseñado para mantenerlo sobre el agua. Un chaleco salvavidas está diseñado para mantener su cara fuera del agua en caso de que esté inconsciente. Hable con su supervisor sobre el equipo correcto que debe utilizar para su trabajo particular a bordo.

También es una buena idea aprender a nadar. La natación no sólo es una buena forma de ejercicio y recreo, sino que puede ayudar a salvar su vida algún día.

CONCLUSIÓN

Si trabaja cerca del agua, aprenda todo lo que pueda sobre el equipo diseñado para mantenerle seguro y seco.

Leave Yourself an Out Stats and

Facts

FACTS

1. The most serious struck-by injuries occur when a worker is stuck by a moving vehicle or piece of equipment.
2. Many struck-by injuries occur when a worker is struck by a flying or falling object, such as a nail or piece of falling equipment. It is also common for workers who slip or fall to be struck by the tools or materials in their hands.
3. Struck-by injuries are a cause for concern in all industries. Most of them happen in General Trucking, Homebuilding, Mechanical and Sheet Metal Work, and Lumber and Builders Supply. When a worker is hit by something, the part of the body that's injured most often is the eyes.
4. Ironworkers experienced the highest rate of caught-in or between fatalities.
5. Older construction workers experienced an elevated fatality risk.
6. Caught-in or between incidents are among OSHA's "Construction Focus Four" hazards, which also include electrocution, falls and struck-by incidents.

STATS

- According to the 2016 WSIB Statistical Report by Struck by/Caught in Objects accounted for 13% of all workplace fatalities in Ontario over the last ten years (2007–2016).
- Caught-in or caught-between incidents resulted in 275 construction worker deaths from 2011 to 2015 – the most of any major industry – according to CPWR.
- About 69 percent of the deaths were attributed to "being caught or crushed in collapsing materials," a 50 percent increase over the five-year period, the report states.
- In 2015, 68 construction workers died from a caught-in or between incidents. That is a 33 percent increase from 2011,

when 51 workers were killed.
- Among other major industries, manufacturing (244 deaths) and agriculture (197) experienced the next highest totals of caught-in or between fatalities from 2011 to 2015.
- The most recent five-year history of accidents and injuries shows workers caused 20 percent of reported injuries by putting themselves (or some part of their body) in the direct pathway of oncoming harm. While most of these accidents result in crushed fingers and hands or broken toes, the B.L.S. reports that 17 percent of U.S. workplace fatalities are the result of being in the wrong place at the wrong time.

Leave Yourself an Out Fatality File – Spanish

Trabajador atropellado por una carretilla elevadora, Nicholson Terminal & Dock Co. citada por la OSHA

Nicholson Terminal & Dock Co. ha sido citada por la OSHA después de que un trabajador fuera golpeado mortalmente por una carretilla elevadora en una terminal marítima de Detroit.

El 19 de noviembre de 2013, un trabajador fue golpeado por una carretilla elevadora de 62.000 libras de capacidad que transportaba una bobina de acero de 40.000 libras en la terminal marítima de Detroit. Tras la muerte del trabajador, la OSHA investigó y ha citado a Nicholson Terminal & Dock Co. con nueve violaciones de seguridad, incluyendo dos intencionadas y siete

graves.

“Nicholson Terminal & Dock Co. tiene la responsabilidad de capacitar a sus trabajadores en la operación segura de equipos peligrosos, y un trabajador perdió trágicamente su vida porque esta empresa no cumplió con esa responsabilidad”, dijo Larry Johnson, director de área de OSHA en Lansing. “La vida de un trabajador nunca debería ser el coste de hacer negocios”.

El atropello de vehículos y otros objetos es una de las principales causas de muerte en el lugar de trabajo. Aproximadamente el 75% de los accidentes mortales por atropello afectan a equipos pesados. Las causas de los accidentes por atropello suelen ser el movimiento inverso del vehículo hacia un peatón fuera del campo de visión del conductor, o la caída de los vehículos en rampas, pendientes o terrenos inestables. Las estrategias de prevención de accidentes consisten en asegurarse de que las alarmas de retroceso funcionan, comprobar la periferia del vehículo antes de conducirlo, mantenerse alerta, obedecer todas las normas y señales de tráfico, minimizar las distracciones, inspeccionar y mantener los vehículos, utilizar los cinturones de seguridad y encender los faros.

La OSHA emitió una citación intencionada por modificar una carretilla elevadora sin obtener la aprobación del fabricante. Se emitió una segunda citación intencionada por no establecer rutas para los vehículos, normas de tráfico y colocar señales que indicaran el tráfico peatonal en los lugares donde trabajan los empleados. Una infracción intencionada es aquella que se comete con un desprecio intencionado, consciente o voluntario de los requisitos de la ley, o con una clara indiferencia hacia la seguridad y la salud de los empleados.

Se citaron siete infracciones de seguridad graves. Cinco de ellas tienen que ver con la seguridad de las carretillas elevadoras, ya que no se capacitó a los empleados para que conocieran las instrucciones de uso, las advertencias y las precauciones que figuran en el manual del operador; no se mantuvieron los vehículos en condiciones de funcionamiento seguras; y no se indicó a los empleados que hicieran sonar la bocina cuando la visibilidad

estuviera obstruida. Otras citaciones se referían a no realizar inspecciones mensuales de las grúas ni comprobar la capacidad de carga de los equipos de carga. Una infracción de la OSHA es grave si la muerte o los daños físicos graves pueden ser consecuencia de un peligro que el empleador conocía o debería haber conocido.

Leave Yourself an Out Meeting Kit

LEAVE YOURSELF AN OUT

What does it mean to leave yourself an out? The ability to escape danger if a negative situation occurs. The term **“leaving yourself an out”** is often used in defensive driving courses. These courses always stress that no matter what the situation is, drivers need to be always on defense. Being a defensive driver allows you to avoid preventable collisions. Situations such as a car in front of you braking unexpectedly or a driver swerving into your lane are unsafe acts that can put you at risk for serious injury if you are not prepared to react. A defensive driver always has an “out” so that they can react to changing conditions around them and have a safe option to take to avoid a collision.

EXAMPLES WHERE WORKERS DO NOT HAVE AN OUT

Dropped loads. Workers inadvertently or carelessly put themselves at risk to be struck-by a lifted load. Workers dropped objects safety should never put themselves in a position where a load can strike them if it falls. They should also consider giving extra space for whatever the work task is in case conditions change or something fails.

Working around vehicles or equipment. All too often employees find themselves in a position where an operator of a piece of heavy equipment or a driver of a vehicle does not see them. The problem with this scenario is that when the individual does not have an "out" they will be struck. If you have an out, even if you find yourself in danger, you may be able to escape and avoid serious injury or worse.

WHERE WORKERS NEED AN OUT

- **Stuck-in/Caught-Between**– This could be pinned by a piece of heavy equipment, a load, or a vehicle.
- **Struck-By-** This could also be by a load that is being carried, dropped, or even a piece of heavy equipment that could not see you.
- **Released Energy**– This could be a burn or anything else.

DEADLY HAZARDS IN CONSTRUCTION/MANUFACTURING

Hazards in these sectors require an "out" for workers in the following **target areas**:

- Heavy Equipment
- Machinery
- Hand and Power Tools
- Material handling
- Mobile Equipment
- Excavations
- Unsafe Behaviors

OTHER OPERATIONS WORKER NEED AN OUT

- Never walk under suspended loads.
- Cut away from your body.
- Never pull equipment or tools towards yourself. Position yourself so if the tool or equipment slips it will not hit you.

- Never work directly under other employees. If you must work at an elevated height, barricade the area below and use means to secure your tools.
- If you are hoisting materials, barricade the area.
- If you use force when pushing or pulling, look where you would go if you slipped, or equipment gave way.
- When working around equipment that could potentially start up, always lock, and tag it out.
- When working around mobile equipment make sure the operator knows you are there.

GIVE YOURSELF AN OUT TO PREVENT FALLING OBJECT INJURIES

- Use tool lanyards to prevent tools from falling.
- Keep all material at least 3 feet from a leading edge, other than material specifically required for work in process.
- Remove items from all loose or unsealed pockets, especially top shirt pockets, such as phones, pens, and tools.
- Do not hang objects over guardrails.
- Secure all objects when working on an elevated surface.
- Ensure toe boards are in place and inspected frequently.
- Require hard hats and other required personal protective equipment (PPE) for every person in areas at risk for falling objects—no exceptions.
- Rope off the area, if possible, where fall or drop hazards may exist.
- Inspect all PPE prior to use to confirm it still meets manufacturers' recommendations.
- Communicate often. Work as a team to avoid complacency and always remain vigilant of these procedures.

THE BEST WAY TO AVOID WORKPLACE ACCIDENT TYPES IS TO ELIMINATE THE

HAZARDS WHENEVER POSSIBLE.

When elimination is not possible, engineering controls are the next best choice in protecting yourself from injury. Some engineering controls that could protect you from line of fire incidents include physical barriers, guarding around moving parts, and toe boards on elevated work platforms to prevent objects from falling to the area below.

FINAL WORD

You should always strive to never put yourself directly under a lifted load or behind a backing vehicle. Workers should always be mindful what your options are if conditions change, and a negative situation occurs. Always leave yourself an “out”.

Leave Yourself an Out Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

DEJAR DE LADO A LOS DEMÁS

¿Qué significa dejarse una salida? La capacidad de escapar del peligro si se produce una situación negativa. El término **“dejarse una salida”** se utiliza a menudo en los cursos de conducción defensiva. Estos cursos siempre hacen hincapié en que, sea cual sea la situación, los conductores deben estar siempre a la defensiva. Ser un conductor a la defensiva le permite evitar colisiones evitables. Situaciones como que un coche delante de ti frene inesperadamente o que un conductor se desvíe hacia su carril son actos inseguros que pueden ponerte en riesgo de sufrir

lesiones graves si usted no está preparado para reaccionar. Un conductor a la defensiva siempre tiene una "salida" para poder reaccionar a las condiciones cambiantes que le rodean y tener una opción segura que tomar para evitar una colisión.

CUÁL ES EL PELIGRO

EJEMPLOS EN LOS QUE LOS TRABAJADORES NO TIENEN UNA SALIDA

Cargas caídas. Los trabajadores se exponen inadvertidamente o por descuido a ser golpeados por una carga levantada. Los trabajadores que dejan caer objetos nunca deben ponerse en una posición en la que una carga pueda golpearles si se cae. También deben considerar la posibilidad de dejar espacio extra para cualquier tarea de trabajo en caso de que las condiciones cambien o algo falle.

Trabajar alrededor de vehículos o equipos. Con demasiada frecuencia los empleados se encuentran en una posición en la que el operador de una pieza de equipo pesado o el conductor de un vehículo no los ve. El problema con este escenario es que cuando el individuo no tiene una "salida" será golpeado. Si tiene una salida, aunque se encuentre en peligro, podrá escapar y evitar lesiones graves o algo peor.

CUANDO LOS TRABAJADORES NECESITAN UNA SALIDA

Atascado/atrapado— Esto podría ser inmovilizado por una pieza de equipo pesado, una carga o un vehículo.

Aplastado- Esto también podría ser por una carga que está siendo transportada, dejada caer, o incluso una pieza de equipo pesado que no pudo verle.

Energía liberada- Esto podría ser una quemadura o cualquier otra cosa.

PELIGROS MORTALES EN LA CONSTRUCCIÓN/FABRICACIÓN

Los peligros en estos sectores requieren una "salida" para los trabajadores en las siguientes **áreas objetivo:**

- Equipo pesado
- Maquinaria
- Herramientas manuales y eléctricas
- Manipulación de materiales
- Equipos móviles
- Excavaciones
- Comportamientos inseguros

COMO PROTEGERSE

OTROS TRABAJADORES DE OPERACIONES NECESITAN UNA SALIDA

- Nunca camine bajo cargas suspendidas.
- Corte lejos de su cuerpo.
- Nunca tire del equipo o de las herramientas hacia usted. Colóquese de manera que si la herramienta o el equipo se desliza no le golpee.
- Nunca trabaje directamente debajo de otros empleados. Si tiene que trabajar a una altura elevada, ponga barricadas en la zona inferior y utilice medios para asegurar sus herramientas.
- Si está elevando materiales, ponga barricadas en la zona.
- Si utiliza la fuerza al empujar o tirar, mire por dónde iría si resbalara o el equipo cediera.
- Cuando trabaje cerca de equipos que puedan ponerse en marcha, asegúrelos siempre y etiquételos.
- Cuando trabaje cerca de equipos móviles, asegúrese de que el operario sabe que está allí.

DÉSE UNA SALIDA PARA EVITAR LESIONES POR CAÍDA DE OBJETOS

- Utilice cordones para evitar la caída de herramientas.
- Mantenga todo el material a un mínimo de 3 pies de distancia de un borde de ataque, que no sea el material requerido específicamente para el trabajo en curso.
- Retire los objetos de todos los bolsillos sueltos o sin cerrar, especialmente los de la parte superior de la camisa, como teléfonos, bolígrafos y herramientas.
- No cuelgue objetos sobre las barandillas.

- Asegure todos los objetos cuando trabaje en una superficie elevada.
- Asegúrese de que los rodapiés están colocados y se inspeccionan con frecuencia.
- Exija el uso de cascos y otros equipos de protección personal (EPP) a todas las personas que se encuentren en zonas con riesgo de caída de objetos, sin excepciones.
- Aísle con cuerdas la zona, si es posible, en la que puedan existir riesgos de caídas o desprendimientos.
- Inspeccione todos los EPP antes de utilizarlos para confirmar que siguen cumpliendo las recomendaciones del fabricante.
- Comuníquese con frecuencia. Trabaje en equipo para evitar la complacencia y permanezca siempre atento a estos procedimientos.

LA MEJOR MANERA DE EVITAR LOS TIPOS DE ACCIDENTES LABORALES ES ELIMINAR LOS PELIGROS SIEMPRE QUE SEA POSIBLE.

Cuando la eliminación no es posible, los controles de ingeniería son la siguiente mejor opción para protegerse de las lesiones. Algunos controles técnicos que pueden protegerle de los incidentes en la línea de fuego son las barreras físicas, las protecciones alrededor de las piezas móviles y los rodapiés en las plataformas de trabajo elevadas para evitar que los objetos caigan a la zona inferior.

CONCLUSIÓN

Siempre hay que procurar no ponerse directamente debajo de una carga levantada o detrás de un vehículo que retrocede. Los trabajadores deben tener siempre presente cuáles son sus opciones si las condiciones cambian y se produce una situación negativa. Siempre hay que dejar una “salida”.

Leave Yourself an Out Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Las lesiones más graves por atropello se producen cuando un trabajador es atascado por un vehículo o una pieza de equipo en movimiento.
2. Muchas lesiones por atropello se producen cuando un trabajador es golpeado por un objeto que sale despedido o que cae, como un clavo o una pieza de equipo que se cae. También es frecuente que los trabajadores que resbalan o se caen sean golpeados por las herramientas o materiales que tienen en sus manos.
3. Las lesiones por golpes son motivo de preocupación en todas las industrias. La mayoría de ellas ocurren en el transporte general, la construcción de viviendas, los trabajos mecánicos y de chapa, y los suministros de madera y de construcción. Cuando un trabajador es golpeado por algo, la parte del cuerpo que más se lesiona son los ojos.
4. Los trabajadores de la siderurgia experimentaron la tasa más alta de muertes por atropello o entre ellos.
5. Los trabajadores de la construcción de mayor edad experimentaron un elevado riesgo de mortalidad.
6. Los incidentes de atrapamiento o intercalación se encuentran entre los cuatro riesgos de la OSHA en el sector de la construcción, que también incluyen la electrocución, las caídas y los atropellos.

ESTADÍSTICAS

- Según el informe estadístico de la WSIB de 2016, los atropellos o atrapamientos representaron el 13% de todas las muertes en el lugar de trabajo en Ontario en los últimos diez años (2007-2016).
- Los incidentes por atropello o atrapamiento de objetos

provocaron 275 muertes de trabajadores de la construcción entre 2011 y 2015, el mayor número de cualquier industria importante, según el CPWR.

- Alrededor del 69% de las muertes se atribuyeron a “quedar atrapados o aplastados en materiales que se derrumban”, un aumento del 50% en el período de cinco años, señala el informe.
- En 2015, 68 trabajadores de la construcción murieron por atrapamiento o entre incidentes. Esto supone un aumento del 33% respecto a 2011, cuando murieron 51 trabajadores.
- Entre otras industrias importantes, la industria manufacturera (244 muertes) y la agricultura (197) experimentaron los siguientes totales más altos de víctimas mortales por atrapamiento o entre accidentes de 2011 a 2015.
- El historial más reciente de cinco años de accidentes y lesiones muestra que los trabajadores causaron el 20 por ciento de las lesiones reportadas al ponerse ellos mismos (o alguna parte de su cuerpo) en el camino directo del daño que se aproxima. Aunque la mayoría de estos accidentes se traducen en dedos y manos aplastados o dedos de los pies rotos, el B.L.S. informa de que el 17 por ciento de las muertes en el lugar de trabajo de Estados Unidos son el resultado de estar en el lugar equivocado en el momento equivocado.

Leave Yourself an Out Fatality File

Worker Struck By Forklift, Nicholson

Terminal & Dock Co. Cited By OSHA

Nicholson Terminal & Dock Co. has been cited By OSHA after a worker was fatally struck by a forklift at a Detroit marine terminal.

On Nov. 19, 2013, a worker was struck by a 62,000-pound-capacity forklift carrying a 40,000-pound steel coil at the Detroit marine terminal. Following the death of the worker, OSHA investigated and has cited Nicholson Terminal & Dock Co. with nine safety violations, including two willful and seven serious.

"Nicholson Terminal & Dock Co. has a responsibility to train its workers in the safe operation of dangerous equipment, and a worker tragically lost his life because this company failed to live up to that responsibility," said Larry Johnson, OSHA's area director in Lansing. "A worker's life should never be the cost of doing business."

Being struck-by vehicles and other objects is a leading cause of workplace deaths. Approximately 75 percent of struck-by fatalities involve heavy equipment. Causes of struck-by accidents typically involve reverse vehicle movement into a pedestrian outside the driver's field of vision, or vehicles falling off ramps, inclines, or unstable ground. Accident prevention strategies include ensuring back-up alarms are functional, check the periphery of vehicle before operating, stay alert, obey all traffic rules and signs, minimize distractions, inspect, and maintain vehicles, use safety belts, and turn on headlights.

A willful citation was issued by OSHA for modifying a forklift without obtaining manufacturer approval. A second willful citation was issued for failing to establish vehicle routes, traffic rules and to post signs indicating pedestrian traffic where employees work. A willful violation is one committed with intentional, knowing, or voluntary disregard for the law's requirement, or with plain indifference to employee safety and health.

Seven serious safety violations were cited. Five of those involve forklift safety, including failing to train employees on operating

instructions, warnings and precautions listed in the operator’s manual; maintain vehicles in safe working order; and direct employees to sound the horn when visibility was obstructed. Other citations involved failing to conduct monthly crane inspections and test cargo gear for load capacity. An OSHA violation is serious if death or serious physical harm could result from a hazard an employer knew or should have known exists.