

Butcher Safety Picture This



**APPROXIMATE AVERAGE CLAIM
PAY OUT FOR CLASS CODE 8031:
MEAT, FISH OR POULTRY – RETAIL**

CUTS:

- \$4,200 for injuries related to a powered handtool
- \$3,500 for non-powered
- \$7,800 for machinery (caught in or between)

REPETITIVE MOTIONS:

- \$16,200

STRAINS:

- \$8,250 (injuries not related to repetitive motions)

SLIP OR FALL:

- \$11,360

Source:

<https://amtrustfinancial.com/blog/loss-control/the-hazards-of-working-with-meat-poultry-and-fish>

Butcher Safety Picture This – Spanish

RIESGOS LABORALES Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL PUESTO DE CARNICERO

Los riesgos son los siguientes:



CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL (RESBALONES)

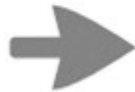
Factores de Riesgo:

Suelos y escaleras mojadas o presencia de despojos en el suelo.



Medidas Preventivas:

- Calzado de seguridad
- Limpiar derrames
- Orden y limpieza
- Iluminación adecuada



CAÍDAS DE OBJETOS POR MANIPULACIÓN

Factores de Riesgo:

Uso de herramientas y utillaje de trabajo como cuchillos, hachas, tablas de corte. Manejo de materias primas como canales, chuleteros, etc...



Medidas Preventivas:

- Utiliza adecuadamente las herramientas, limpielas.
- Guardar las herramientas objetos en lugares adecuados
- Manos limpias
- Para el manejo y corte de la carne, usa guantes que impidan su deslizamiento



Fuente: <https://oiss.org/>

Carpet Layer Safety Meeting Kit

Carpet layers install a wide range of flooring products in homes and buildings to enhance style and comfort. The hazards involved with this work include the use of sharp and cutting tools and materials, the use of chemical adhesives and treatments, and physically demanding work that can result in numerous injuries.

FOCUS ON ERGONOMICS

Before installation, you often have to clear out furniture and haul old and new carpeting materials. Use proper lifting techniques to protect your back. Maintain a level of good overall health and fitness. Take frequent mini-breaks to rest, and rotate your tasks as much as possible.

Carpet cutting tools, sharp tack strips, sewing materials, and staples can cause injuries if you do not use hand protection and tool safety.

Use of a knee-kicker to stretch carpet wall-to-wall in a room or to engage the room-edge tack strip can cause knee injuries due to force and repetition. Workers must forcefully strike the knee kicker approximately 120-to-140 times each day. A hand and arm operated power carpet stretcher accomplishes the same tasks with reduced force. Do not trade a knee injury for a hand, arm, or shoulder injury—get training and follow ergonomic principles when using the power stretcher.

OTHER POTENTIAL HAZARDS

Carpet cutting tools, sharp tack strips, sewing materials, and staples can cause injuries if you do not use hand protection and tool safety.

Gloves should be of sufficient weight to protect you while still allowing full movement of your hand. You may need several different pairs of gloves for different work tasks. Consider wearing eye protection to protect against flying debris and sharp objects. Always use the correct tool for the job. Ensure that your cutting tools are in good condition and sharp enough to do the job. Watch where you place your hands and knees so you do not come into contact with sharp tacks, staples, or cutting tool edges. Use caution with heat-tape and carpet irons to avoid burns.

When you use adhesives and glues to install carpet and padding, get training and read the Safety Data Sheet (SDS) for information on the handling, mixing, and personal protective equipment (PPE) required for safe use. Some carpets may require special handling due to their contents or treatments. Read the carpet health information labels for the flooring materials that you install and follow all of the directions for installation.

OCCUPATIONAL HEALTH DANGERS FOR CARPET LAYERS

- Compared with workers who rarely kneel, carpet layers have high frequencies of bursitis of the knee – fluid buildup

requiring knee aspirations, skin infections of the knee and a variety of other knee disorders.

- Floor layers experience prolonged awkward postures and high force physical exposures in multiple body parts, which probably contribute to their high rates of musculoskeletal disorders.

MEASURES TO PREVENT/REDUCE KNEE DISORDERS

- Building contractors, carpet dealers, instructors at carpet installation schools, and trade union representatives should initiate or intensify efforts to educate carpet layers about the hazards of kneeling and using the knee kicker, and encourage carpet layers to wear knee pads and to use the power stretcher.
- Carpet layers should always wear protective knee pads while working directly on hard floor surfaces. Such pads provide protection to the knee by distributing the weight of the body over a wider area. They reduce the chance of penetrating wounds and potential infections that can result from kneeling on sharp objects.
- Employers should provide an adequate number of power stretchers for each work crew so that no carpet layer has to depend on the knee kicker to stretch wall-to-wall carpet.
- Carpet layers should be trained to use the power stretcher proficiently in rooms of any size.
- Use of the knee kicker should be prohibited for stretching the carpet where strong kicks are required. Limit its use to engaging the carpet edges onto the tack strips or to installing carpet in very small areas such as closets, where hard kicks are not needed.

FINAL WORD

Most people align sound ergonomic principles to the white collar environment. But it is clear that the use of sound ergonomic practices/protocols and work practices are equally applicable to

the demanding carpet laying trade.

Carpet Layer Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los instaladores de moquetas instalan una amplia gama de productos de suelo en casas y edificios para mejorar el estilo y el confort. Los riesgos que entraña este trabajo incluyen el uso de herramientas y materiales afilados y cortantes, el uso de adhesivos y tratamientos químicos y un trabajo físicamente exigente que puede provocar numerosas lesiones.

CUÁL ES EL PELIGRO

CENTRARSE EN LA ERGONOMÍA

Antes de la instalación, a menudo debe retirar los muebles y transportar los materiales de las alfombras vieja y nueva. Utilice técnicas de elevación adecuadas para proteger su espalda. Mantenga un buen nivel de salud y estado físico general. Realice mini pausas frecuentes para descansar y rote sus tareas en la medida de lo posible.

Las herramientas de corte de alfombras, las tiras de tachuelas afiladas, los materiales de costura y las grapas pueden causar lesiones si no utiliza protección para las manos y seguridad de las herramientas.

El uso de un rodillero estirar la moqueta de pared a pared en una habitación o para enganchar la tira de tachuelas del borde de la habitación puede causar lesiones en las rodillas debido a la

fuerza y la repetición. Los trabajadores deben golpear con fuerza el estirador de rodilla aproximadamente entre 120 y 140 veces cada día. Un extensor de alfombras accionado con la mano y el brazo realiza las mismas tareas con menos fuerza. No cambie una lesión de rodilla por una lesión de mano, brazo u hombro: reciba capacitación y siga los principios ergonómicos cuando utilice el estirador de alfombra.

OTROS RIESGOS POTENCIALES

Las herramientas de corte de alfombras, las tiras afiladas de tachuelas, los materiales de costura y las grapas pueden causar lesiones si no se utilizan protecciones para las manos y herramientas de seguridad.

Los guantes deben tener el peso suficiente para protegerle y al mismo tiempo permitirle un movimiento completo de la mano. Es posible que necesite varios pares de guantes diferentes para distintas tareas. Considere la posibilidad de usar protección para los ojos para protegerse de los desechos que salen despedidos y de los objetos afilados. Utilice siempre la herramienta adecuada para el trabajo. Asegúrese de que sus herramientas de corte estén en buen estado y lo suficientemente afiladas para realizar el trabajo. Vigile dónde coloca las manos y las rodillas para no encontrarse con tachuelas afiladas, grapas o bordes de herramientas de corte. Tenga cuidado con la cinta térmica y las planchas para alfombras para evitar quemaduras.

Cuando utilice adhesivos y colas para instalar moquetas y acolchados, reciba capacitación y lea la hoja de datos de seguridad (SDS) para obtener información sobre la manipulación, la mezcla y el equipo de protección personal (EPP) necesarios para un uso seguro. Algunas alfombras pueden requerir una manipulación especial debido a su contenido o tratamiento. Lea las etiquetas de información sanitaria de las moquetas que instale y siga todas las instrucciones de instalación.

PELIGROS PARA LA SALUD LABORAL DE LOS COLOCADORES DE ALFOMBRAS

- En comparación con los trabajadores que rara vez se

arrodillan, los colocadores de alfombras presentan una alta frecuencia de bursitis de rodilla -acumulación de líquido que requiere aspiraciones de la rodilla-, infecciones cutáneas de la rodilla y una variedad de otros trastornos de la rodilla.

- Los colocadores de suelos adoptan posturas incómodas y prolongadas y están expuestos a fuerzas físicas elevadas en múltiples partes del cuerpo, lo que probablemente contribuye a sus elevadas tasas de trastornos musculoesqueléticos.

COMO PROTEGERSE

MEDIDAS PARA PREVENIR/REDUCIR LOS TRASTORNOS DE RODILLA

- Los contratistas de la construcción, los distribuidores de alfombras, los instructores de las escuelas de instalación de alfombras y los representantes sindicales deberían iniciar o intensificar los esfuerzos para educar a los instaladores de moquetas sobre los peligros de arrodillarse y de utilizar el estirador de alfombra eléctrico y animar a los instaladores de moquetas a llevar rodilleras y a utilizar el estirador de alfombra eléctrico.
- Los colocadores de alfombras deben llevar siempre rodilleras protectoras cuando trabajen directamente sobre superficies de suelo duro. Estas rodilleras protegen la rodilla distribuyendo el peso del cuerpo en una zona más amplia. Reducen la posibilidad de que se produzcan heridas penetrantes y posibles infecciones por arrodillarse sobre objetos afilados.
- Los empleadores deben proporcionar un número adecuado de estiradores de alfombra eléctricos para cada equipo de trabajo, de modo que ningún colocador de alfombras tenga que depender del estirador para estirar la alfombra de pared a pared.
- Los colocadores de alfombras deben estar capacitados para utilizar el estirador eléctrico de forma competente en habitaciones de cualquier tamaño.
- Debe prohibirse el uso del rodillero para estirar la alfombra cuando se requieran patadas fuertes. Limite su uso

para enganchar los bordes de la alfombra en las tiras adhesivas o para instalar la alfombra en áreas muy pequeñas, como armarios, donde no se necesitan patadas fuertes.

CONCLUSIÓN

La mayoría de la gente asocia los principios ergonómicos sanos al entorno de los trabajadores de oficina. Pero el uso de prácticas/protocolos ergonómicos sanos y prácticas de trabajo son igualmente aplicables al exigente oficio de la colocación de alfombras.

Carpet Layer Safety Stats and Facts

FACTS

1. Serious knee injuries frequently result when carpet layers kneel on hard surfaces and use a knee kicker to install carpet.
2. The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) requests assistance in preventing knee injuries and disorders among carpet layers. These workers frequently report bursitis of the knee, fluid buildup requiring knee aspiration (knee taps), skin infections of the knee, and a variety of knee symptoms that are caused by frequent kneeling on hard surfaces and use of the knee kicker for stretching wall-to-wall carpet.
3. Although kneeling cannot be eliminated, carpet layers should wear protective knee pads whenever kneeling on hard surfaces. In addition, they should use the power stretcher—a safe alternative to the knee kicker that does not use the

knee. Employers should ensure that each carpet layer is trained in the proficient use of the power stretcher and that a sufficient number of these devices are available to each crew of carpet installers.

4. The mass production of carpet for wall-to-wall installation has increased dramatically. As a consequence, the use of the knee kicker has become widespread among carpet layers who install wall-to-wall carpets in homes and offices. The Carpet and Rug Institute reports that 1.3 billion square yards of carpet were manufactured in the United States and most of these were used for wall-to-wall installation.
5. The past literature pertaining to floor layer injuries has primarily focused on the knee kneeling and squatting postures, common in floor laying tasks, has been associated with knee osteoarthritis, meniscal tears, and knee bursitis. With greater use of interventions and changes in work practices and policies, WRMSD have decreased in all industries over the past 10 years.

STATS

- The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) reports that carpet layers account for six percent of all reported knee injuries, a rate 100 times the national worker average. Because you spend about 75 %t of your work time kneeling on hard sub-flooring, use kneepads to reduce the contact stress. Kneepads can also prevent accidental punctures from tack strips, flooring irregularities, and other sharps.
- Use of a knee-kicker to stretch carpet wall-to-wall in a room or to engage the room-edge tack strip can cause knee injuries due to force and repetition. Workers must forcefully strike the knee kicker approximately 120-to-140 times each day. A hand and arm operated power carpet stretcher accomplishes the same tasks with reduced force.
- Approximately 100,000 carpet layers are employed in the United States. Carpet layers make up less than 0.06% of the U.S. workforce, but they file 6.2% of all workers'

compensation claims for traumatic knee injury—a rate that is 108 times that expected in the total workforce and the highest rate of any occupation reporting such claims. This rate is also high for tile setters (53 times that expected) and floor layers (46 times that expected), both of whom perform work that requires kneeling on hard floors. Carpet layers share this risk factor, but they also use the knee kicker to stretch carpet for wall-to-wall installation.

Carpet Layer Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Las lesiones graves en las rodillas se producen con frecuencia cuando los instaladores de alfombras se arrodillan sobre superficies duras y utilizan un pateador de rodillas para instalar la alfombra.
2. El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (NIOSH) solicita ayuda para prevenir las lesiones y trastornos de rodilla entre los colocadores de alfombras. Estos trabajadores informan con frecuencia de bursitis en la rodilla, acumulación de líquido que requiere la aspiración de la rodilla (golpecitos en la rodilla), infecciones de la piel de la rodilla, y una variedad de síntomas de la rodilla que son causados por arrodillarse frecuentemente en superficies duras y el uso del pateador de rodilla para estirar la alfombra de pared a pared.
3. Aunque no se puede eliminar el hecho de arrodillarse, los instaladores de alfombras deben llevar rodilleras protectoras siempre que se arrodillen sobre superficies duras. Además, deben utilizar el estirador eléctrico, una

alternativa segura a la rodillera que no utiliza la rodilla. Los empleadores deben asegurarse de que cada colocador de alfombras reciba capacitación en el uso competente del estirador eléctrico y de que cada equipo de instaladores de alfombras disponga de un número suficiente de estos dispositivos.

4. La producción en masa de alfombras para su instalación de pared a pared ha aumentado de forma espectacular. En consecuencia, el uso del estirador de rodilla se ha generalizado entre los instaladores de moquetas de pared a pared en hogares y oficinas. El Carpet and Rug Institute informa de que en Estados Unidos se fabricaron 1.300 millones de yardas cuadradas de moqueta y que la mayoría de ellas se utilizaron para la instalación de pared a pared.
5. La literatura anterior relativa a las lesiones de la capa de suelo se ha centrado principalmente en la rodilla. Las posturas de rodillas y en cuclillas, comunes en las tareas de colocación de suelos, se han asociado con la osteoartritis de rodilla, los desgarros de menisco y la bursitis de rodilla. Con un mayor uso de intervenciones y cambios en las prácticas y políticas de trabajo, los WRMSD han disminuido en todas las industrias en los últimos 10 años.

ESTADÍSTICAS

- El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (NIOSH) informa de que los colocadores de alfombras representan el 6% de todas las lesiones de rodilla notificadas, un índice 100 veces superior a la media nacional de trabajadores. Dado que usted pasa aproximadamente el 75% de su tiempo de trabajo arrodillado sobre un subsuelo duro, utilice rodilleras para reducir la tensión de contacto. Las rodilleras también pueden evitar los pinchazos accidentales producidos por las tiras adhesivas, las irregularidades del suelo y otros objetos punzantes.
- El uso de un rodillero para estirar la moqueta de pared a

pared en una habitación o para enganchar la tira de tachuelas del borde de la habitación puede causar lesiones en las rodillas debido a la fuerza y la repetición. Los trabajadores deben golpear con fuerza el pateador de rodillas aproximadamente entre 120 y 140 veces cada día. Un extensor de alfombras manual y de brazo realiza las mismas tareas con menos fuerza.

- En Estados Unidos trabajan aproximadamente 100.000 colocadores de alfombras. Los colocadores de alfombras representan menos del 0,06% de la mano de obra estadounidense, pero presentan el 6,2% de todas las reclamaciones de indemnización por accidentes de trabajo por lesiones traumáticas de rodilla, una tasa que es 108 veces superior a la esperada en el total de la mano de obra y la más alta de todas las ocupaciones que presentan este tipo de reclamaciones. Esta tasa también es elevada en el caso de los colocadores de baldosas (53 veces más de lo esperado) y los colocadores de suelos (46 veces más de lo esperado), que realizan trabajos que requieren arrodillarse sobre suelos duros. Los colocadores de alfombras comparten este factor de riesgo, pero también utilizan el pateador de rodillas para estirar la alfombra para su instalación de pared a pared.
-

Carpet Layer Safety Fatality File

Carpet Installer Dies after Falling 32 Feet at a Commercial Jobsite

On November 12, 2009 a 45-year-old carpet installer was fatally injured when he fell 32 feet from a window striking his head on the concrete sidewalk below. The victim and a coworker were

installing carpet in a commercial building that was under construction.

The workers were attempting to unload rolls of carpet from a three-sided box, also referred to as a skip box, through a window. The victim was working from inside the skip box which was elevated to an unfinished fourth story window by a variable reach all terrain telehandler. According to his coworker, the victim had one foot on the windowsill and one foot on the end of a carpet roll that was protruding from the skip box. The portion of the carpet roll the victim was standing on was not supported by either the windowsill or the skip box. When the victim lifted his foot off the windowsill, all his weight shifted onto the roll of carpet. The carpet roll and victim fell 32 feet to the concrete sidewalk. His head struck the concrete sidewalk, and a second roll of carpet fell out of the box and landed on him. EMS was called immediately and arrived on the scene quickly. The victim was transported to the hospital where he later died from injuries sustained from the fall.

CAUSE OF DEATH

The medical examiner listed the cause of death as subarachnoid hemorrhage (brain bleed), right lung laceration, multiple rib, pelvic and spinal fractures, contusion of heart and blunt force injury of head and torso.

To prevent similar incidences the Washington State Fatality and Control Evaluation Team (FACE) recommends that employers, carpet installers and other workers handling materials at elevation should follow these guidelines:

- Use a safe and approved method to elevate, handle and deliver materials at elevation.
- Ensure that guardrails on windows at elevated heights are secured and cannot be removed except by a competent person. Use fall arrest systems when guardrails are removed and place signs or placards showing that workers should not step or lean outside window.
- When using powered industrial trucks (PITs) such as

telehandlers to elevate and deliver carpet, consider using carpet poles and rug rams.

Carpet Layer Safety Fatality File – Spanish

Un instalador de alfombras muere tras caer 32 pies en una obra comercial

El 12 de noviembre de 2009, un instalador de alfombras de 45 años resultó mortalmente herido al caer 32 pies desde una ventana golpeando su cabeza en la acera de concreto que estaba debajo. La víctima y un compañero de trabajo estaban instalando alfombras en un edificio comercial que estaba en construcción.

Los trabajadores intentaban descargar los rollos de alfombra de una caja de tres lados, también conocida como caja de salto, a través de una ventana. La víctima trabajaba desde el interior de la caja de volteo, que estaba elevada hasta una ventana inacabada del cuarto piso por un manipulador telescópico todoterreno de alcance variable. Según su compañero de trabajo, la víctima tenía un pie en el alféizar de la ventana y otro en el extremo de un rollo de alfombra que sobresalía de la caja. La parte del rollo de alfombra sobre la que estaba la víctima no estaba apoyada ni en el alféizar ni en la caja de la carretilla. Cuando la víctima levantó el pie del alféizar, todo su peso se trasladó al rollo de alfombra. El rollo de alfombra y la víctima cayeron 32 pies hasta la acera de hormigón. Su cabeza golpeó la acera de hormigón y un segundo rollo de alfombra cayó de la caja y cayó sobre él. Se llamó inmediatamente a los servicios de emergencia, que llegaron rápidamente al lugar de los hechos. La víctima fue trasladada al hospital, donde posteriormente falleció a causa de las lesiones

sufridas por la caída.

CAUSA DE LA MUERTE

El médico forense ha declarado que la causa de la muerte fue una hemorragia subaracnoidea (hemorragia cerebral), una laceración del pulmón derecho, múltiples fracturas de costillas, de la pelvis y de la columna vertebral, una contusión del corazón y un traumatismo craneal y torácico.

Para evitar incidencias similares, el Equipo de Evaluación de Fatalidad y Control del Estado de Washington (FACE) recomienda que los empresarios, los instaladores de alfombras y otros trabajadores que manipulen materiales en altura sigan estas directrices

- Utilizar un método seguro y aprobado para elevar, manipular y entregar materiales en elevación.
- Asegurarse de que las barandillas de las ventanas en alturas elevadas están aseguradas y no pueden ser retiradas salvo por una persona competente. Utilice sistemas de detención de caídas cuando se retiren las barandillas y coloque carteles o letreros que indiquen que los trabajadores no deben pisar ni inclinarse fuera de la ventana.
- Cuando se utilicen carretillas industriales motorizadas (PIT), como manipuladores telescópicos, para elevar y entregar alfombras, considere la posibilidad de utilizar postes para alfombras y arietes para alfombras.

Carpet Layer Safety Infographic

HOW TO LAY CARPET ON STAIRS

A carpeted staircase would be much safer than a hard surface since they're usually less slippery. Even if falls were to occur, the padding of carpeting would prevent serious injuries too. When it comes, carpeted stairs are quieter, because they absorb the impact of footstep, which is important in such a heavily trafficked area.

Laying carpet on stairs can be a difficult and time-consuming task, especially for novices. That is why most people would suggest calling in an expert. However, if you would prefer to carry out the work yourself, it can be done.

PREPARATION FOR LAYING CARPET ON STAIRS

If you already have carpeting installed, make sure you remove that first. It's also important that you clear away any old underlay, along with nails, tacks, and staples.

To calculate how much carpet is required, you need to measure the size of your staircase. Start by measuring a single step from the bottom of the riser to the back of the tread. Make sure you measure the nose too, which is where the tread hangs over the riser. Just to be safe, you should add an extra inch to this measurement before multiplying it by the number of stairs.

Source: <https://ltflooring.co.uk/blog/lay-carpet-on-stairs/>

Carpet Layer Safety Infographic – Spanish



Proteja su columna

La instalación de alfombras puede ser físicamente rigurosa, especialmente en su espalda. Asegúrese de que su cuerpo esté caliente y listo para realizar el trabajo del día, descansando lo suficiente, alimentándose correctamente y haciendo algunos ejercicios sencillos de estiramiento:

- Aplique las técnicas apropiadas para levantar objetos pesados.
- Obtenga ayuda para manipular las cargas pesadas o difíciles de cargar.
- Use equipos protectores de la columna, como las perchas eléctricas para estiramiento.
- Tome descansos periódicos.

Fuente: <https://content.statefundca.com>

Cart Safety Meeting Kit

Carts come in many sizes and styles and are used by workers in many industries. Here are safety issues to consider.

WRONG TYPE/ WRONG SIZE: Hazards associated with carts include using the wrong type for the job or the wrong size of cart for the worker (ergonomics).

NO PROPER TRAINING: Carts can cause injury to the handler who has had inadequate training and carts can cause the handler injury if the cart has not been properly maintained.

DESIGN AND CAPACITY: Make sure that the cart has the design and capacity for the job. Some carts have open sides or spring loaded

bottoms that assist the handler with loading and unloading. Carts should have enough room to store necessary supplies and equipment. Use carts for their intended purpose; reckless horseplay can lead to injuries. Unless the cart was designed to carry people, do not allow passengers.

CORRECT WHEELS: Larger and harder wheels are easier and require less force to push. Steel wheels are the easiest, followed by hard rubber, and plastic; soft rubber wheels are the hardest to push. For tight spaces and crowded work conditions, four swivel wheels or casters add maneuverability. For pushing long distances, two swivel wheels and two straight wheels help ease movement.

PARKING/BRAKING SYSTEMS: Carts need a wheel-locking mechanism to park them. Take care where you park your cart; do not block walkways, exits, or doorways. A braking system adds additional control on slopes and ramps.

HANDLES: Handles should be located at the rear of the cart and at the proper height for pushing. It is easier on your back to push than to pull. Lean in the direction in which you are going and use your arms and legs (not your back) for leverage. If you must pull a cart, keep the cart at your side to avoid twisting your back.

INSPECTIONS: Inspect your cart each time you use it; it should be properly functioning and in good repair. Wheel bearings require periodic inspections and maintenance, and damaged wheels should be replaced.

HAZARDS IN USING HAND CARTS

The most common injuries that result from hand cart operations are:

- fingers and hands being caught in, on, or between the cart and other objects,
- toes, feet and lower legs being bumped or crushed by the cart,
- slips, trips, and falls, and
- strain injuries predominantly for the lower back, shoulder,

and arm muscles and joints.

WEAR PROTECTIVE EQUIPMENT.

Depending on the situation, you may need to use protective wear. Frequently recommended personal protective equipment includes the following:

- Leather gloves
- Back support belt
- Protective footwear
- Special foot guards, shoes, or boots

KEEP YOUR VIEW CLEAR.

You should be able to see where you are going. Load your cart in such a way that nothing obstructs your view. An obstructed view prevents you from reacting fast and moving away from other individuals, objects, or machines that get in the way of your cart.

WHEN PUSHING OR PULLING HEAVY OBJECTS, USE GOOD BODY MECHANICS

- Tighten your stomach muscles
- Bend your knees
- Lean in slightly toward the object you are pushing
- Lean slightly away from the object when pulling
- Keep your back and wrists straight
- Use your legs and the weight of your body to move the object

BEST SAFETY PRACTICES FOR PUSHING A CART PROPERLY

- Keep your hands at just above waist level. This helps to better balance center of gravity and significantly reduces injury risks.

- Always use both arms. Again, this helps to evenly distribute the amount of force needed to move the cart, which ultimately results in safer movement.
- Keep your back straight. A bent back is dangerous because it can lead to strained muscles.
- Contract your stomach muscles. This helps to strengthen and solidify your core as you push, which helps to prevent many common overexertion injuries.
- Keep your body close to the wheel cart. The further away you are from the cart, the more force you will need to exert to move it. Staying close allows you to use your bodyweight to your advantage and apply extra force without overexerting yourself.
- Move slowly. Heavy carts should be moved very slowly; the heavier the load, the longer it will take for it to stop when you are ready to stop.
- Wear the right shoes. Anti-slip shoes are vital for moving heavy carts. If your feet slip out from under you, this can cause fall injuries.
- Check for debris before moving and during motion. Clearing the area of debris before moving the cart can help keep the process safer, but it's important to continue checking the area for new debris as you go.
- Use high-quality casters and caster wheels that are appropriate for the load. Using the wrong casters can cause serious injury should the caster fail, and if the casters are not ergonomic, it increases the amount of force needed to push the load. This alone can increase overexertion injuries.

FINAL WORD

Pushing a cart in a warehouse site seems at first blush to be a simple and safe manoeuvre. But hold on – there are common injuries in this operation; fingers and hands being caught in or between the cart, slips and falls and strains to lower back and shoulder.

Cart Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los carritos vienen en muchos tamaños y estilos y son utilizados por los trabajadores en muchas industrias. A continuación, se exponen cuestiones de seguridad que deben tenerse en cuenta.

TIPO Y TAMAÑO EQUIVOCADOS: Los riesgos asociados a los carritos incluyen el uso de un tipo equivocado para el trabajo o el tamaño equivocado del carrito para el trabajador (ergonomía).

FALTA DE CAPACITACIÓN ADECUADA: Los carritos pueden causar lesiones al manipulador que no ha recibido la capacitación adecuada y los carritos pueden causar lesiones al manipulador si el carrito no ha sido mantenido correctamente.

DISEÑO Y CAPACIDAD: Asegúrese de que el carrito tiene el diseño y la capacidad para el trabajo. Algunos carritos tienen lados abiertos o fondos con resortes que ayudan al manipulador a cargar y descargar. Los carritos deben tener suficiente espacio para almacenar los suministros y equipos necesarios. Utilice los carritos para el fin al que están destinados; las imprudencias pueden provocar lesiones. A menos que el carrito haya sido diseñado para transportar personas, no permita que haya pasajeros.

RUEDAS CORRECTAS: Las ruedas más grandes y duras son más fáciles y requieren menos fuerza para empujarlas. Las ruedas de acero son las más fáciles, seguidas de las de goma dura y las de plástico; las de goma blanda son las más difíciles de empujar. Para espacios reducidos y condiciones de trabajo muy concurridas, cuatro ruedas giratorias o ruedecillas añaden maniobrabilidad. Para empujar largas distancias, dos ruedas giratorias y dos rectas facilitan el

movimiento.

SISTEMAS DE APARCAMIENTO/FRENO: Los carritos necesitan un mecanismo de bloqueo de las ruedas para aparcarlos. Tenga cuidado con el lugar donde aparca el carrito; no bloquee los pasillos, las salidas o las puertas. Un sistema de frenado añade control adicional en pendientes y rampas.

MANIJAS: Las manijas deben estar ubicadas en la parte trasera del carrito y a la altura adecuada para empujar. Es más fácil para la espalda empujar que halar. Inclínese en la dirección en la que va y utilice los brazos y las piernas (no la espalda) para hacer palanca. Si tiene que tirar de un carrito, manténgalo a su lado para evitar que se tuerza la espalda.

INSPECCIONES: Inspeccione su carrito cada vez que lo utilice; debe funcionar correctamente y estar en buen estado. Los rodamientos de las ruedas requieren inspecciones y mantenimiento periódicos, y las ruedas dañadas deben ser reemplazadas.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS EN EL USO DE CARRITOS DE MANO

Las lesiones más comunes que resultan del uso de carritos de mano son:

- los dedos y las manos quedan atrapados en, sobre o entre el carrito y otros objetos,
- los dedos de los pies, los pies y la parte inferior de las piernas son golpeados o aplastados por el carrito,
- resbalones, tropiezos y caídas, y
- lesiones por torcedura, sobre todo en los músculos y articulaciones de la parte inferior de la espalda, los hombros y los brazos.

COMO PROTEGERSE

LLEVAR EQUIPO DE PROTECCIÓN.

Dependiendo de la situación, puede ser necesario utilizar ropa de protección. Los equipos de protección personal recomendados con frecuencia son los siguientes:

- Guantes de cuero
- Cinturón de apoyo para la espalda
- Calzado de protección
- Protecciones especiales para los pies, zapatos o botas

MANTENER LA VISTA DESPEJADA

Debe poder ver por dónde va. Cargue su carrito de manera que nada obstruya su visión. Una vista obstruida le impide reaccionar rápidamente y alejarse de otras personas, objetos o máquinas que se interpongan en el camino de su carrito.

CUANDO EMPUJE O TIRE DE OBJETOS PESADOS, UTILICE UNA BUENA MECÁNICA CORPORAL

- Apriete los músculos del estómago
- Doble las rodillas
- Inclínese ligeramente hacia el objeto que está empujando
- Al tirar, inclínese ligeramente en dirección contraria al objeto
- Mantenga la espalda y las muñecas rectas
- Utilice las piernas y el peso de su cuerpo para mover el objeto

MEJORES PRÁCTICAS DE SEGURIDAD PARA EMPUJAR UN CARRITO CORRECTAMENTE

- Mantenga las manos justo por encima del nivel de la cintura. Esto ayuda a equilibrar mejor el centro de gravedad y reduce significativamente el riesgo de lesiones.
- Utilice siempre ambos brazos. De nuevo, esto ayuda a distribuir uniformemente la cantidad de fuerza necesaria para mover el carrito, lo que en última instancia resulta en un movimiento más seguro.
- Mantenga la espalda recta. Una espalda doblada es peligrosa porque puede provocar una torcedura de los músculos.
- Contraiga los músculos del estómago. Esto ayuda a fortalecer

y solidificar su núcleo mientras empuja, lo que ayuda a prevenir muchas lesiones comunes por sobreesfuerzo.

- Mantenga su cuerpo cerca del carrito. Cuanto más lejos esté del carrito, más fuerza tendrá que ejercer para moverlo. Mantenerse cerca le permite utilizar el peso de su cuerpo en su beneficio y aplicar una fuerza extra sin sobreesfuerzo.
- Muévase despacio. Los carritos pesados deben moverse muy lentamente; cuanto más pesada sea la carga, más tiempo tardará en detenerse cuando usted esté preparado para parar.
- Lleve el calzado adecuado. El calzado antideslizante es vital para mover carritos pesados. Si los pies se resbalan, pueden causar lesiones por caída.
- Compruebe que no haya residuos antes de moverse y durante el movimiento. Limpiar la zona de escombros antes de mover el carrito puede ayudar a mantener el proceso más seguro, pero es importante seguir comprobando la zona en busca de nuevos escombros a medida que se avanza.
- Utilice ruedas de alta calidad y ruedas apropiadas para la carga. El uso de ruedas equivocadas puede causar lesiones graves si la rueda falla, y si las ruedas no son ergonómicas, aumenta la cantidad de fuerza necesaria para empujar la carga. Esto por sí solo puede aumentar las lesiones por sobreesfuerzo.

CONCLUSIÓN

Empujar un carrito en un almacén parece a primera vista una maniobra sencilla y segura. Pero espere, hay lesiones comunes en esta operación: dedos y manos atrapados en o entre el carro, resbalones y caídas y torceduras en la espalda baja y el hombro.

Cart Safety Stats and Facts

FACTS

1. Common injuries that result from hand cart operations are:

- fingers and hands being caught in, on, or between the cart and other objects,
- toes, feet and lower legs being bumped or crushed by the cart,
- slips, trips, and falls, and
- strain injuries predominantly for the lower back, shoulder, and arm muscles and joints.

2. Overexertion injuries are by far the most common claims when it comes to worker's compensation, so finding ways to reduce these types of injuries (**think pushing vs. pulling**) can save employers time and money.

3. Many employees pull a cart behind them rather than push it ahead of them. Unfortunately, this can cause significant injury.

4. When pulling a cart, you cannot see where you are going if you're walking backward. And because of the cart's weight, pulling it can put undue stress on the shoulders and back. What's more, the cart can keep rolling after you have stopped, which can cause it to collide into you.

5. When you push a cart, not only will you be able to see where you are going, you'll also put less pressure on your shoulders and back. The main reason to push rather than pull is you can apply more force; you are leaning your body into the cart and making the work easier by distributing more of the force of the weight.

6. Whether you're transporting boxes, gas canisters or spools of cable, task-specific wheeled carts and dollies are one of the best solutions for moving large quantities or heavy items with speed, ease, and maneuverability.

STATS

- Between 20% and 30% of all workplace injuries fall into the musculoskeletal category, and include strains and sprains to the lower back, shoulders, neck, and arms. These injuries alone are responsible for nearly 25% of workers' compensation payouts and can result in anywhere from days to weeks of lost work for employees.
 - According to the Liberty Mutual Index 2019 release, overexertion is the top cause of most serious injuries in the US workplace. These are injuries related to lifting, pushing, pulling, holding, carrying or throwing had cost businesses 13.11 billion US dollars and rated 23.65%.
-

Cart Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Las lesiones más comunes que resultan de las operaciones con carritos de mano son:

- dedos y manos atrapados en, sobre o entre el carrito y otros objetos,
- los dedos de los pies, los pies y la parte inferior de las piernas son golpeados o aplastados por el carrito,
- resbalones, tropiezos y caídas, y
- lesiones por torcedura, predominantemente en los músculos y articulaciones de la espalda baja, los hombros y los brazos.

2. Las lesiones por sobreesfuerzo son, con mucho, las reclamaciones más comunes cuando se trata de indemnizaciones a los trabajadores, por lo que encontrar formas de reducir este tipo de

lesiones (piense en empujar frente a Halar) puede ahorrar tiempo y dinero a los empleadores.

3. Muchos empleados tiran de un carro detrás de ellos en lugar de empujarlo por delante. Desafortunadamente, esto puede causar lesiones significativas.

4. Cuando se tira de un carrito, no se puede ver hacia dónde se va si se camina hacia atrás. Y, debido al peso del carrito, tirar de él puede suponer un esfuerzo excesivo para los hombros y la espalda. Es más, el carro puede seguir rodando después de que usted se haya detenido, lo que puede hacer que colisione con usted.

5. Al empujar un carrito, no sólo podrá ver por dónde va, sino que también ejercerá menos presión sobre los hombros y la espalda. La principal razón para empujar en lugar de tirar es que puede aplicar más fuerza; está apoyando su cuerpo en el carro y facilitando el trabajo al distribuir más la fuerza del peso.

6. Tanto si se trata de transportar cajas, bidones de gas o bobinas de cable, los carritos y carretillas con ruedas para tareas específicas son una de las mejores soluciones para mover grandes cantidades o artículos pesados con rapidez, facilidad y maniobrabilidad.

ESTADÍSTICAS

- Entre el 20% y el 30% de todas las lesiones en el lugar de trabajo entran en la categoría de lesiones musculoesqueléticas, e incluyen torceduras y esguinces en la zona lumbar, los hombros, el cuello y los brazos. Estas lesiones por sí solas son responsables de casi el 25% de los pagos de compensación de los trabajadores y pueden resultar en cualquier lugar de días a semanas de trabajo perdido para los empleados.
- Según la publicación del Índice Liberty Mutual 2019, el sobreesfuerzo es la principal causa de la mayoría de las lesiones graves en el lugar de trabajo de Estados Unidos. Se trata de lesiones relacionadas con levantar, empujar, Halar,

sujetar, transportar o lanzar, que han costado a las empresas 13.110 millones de dólares estadounidenses y han supuesto un 23,65%.

Cart Safety Fatality File

Unsecured Cart Causes Worker Injuries

An injury occurred when three workers at the ACME Label Plant were in the process of rolling four 11-inch cartwheels. Each of the cartwheels were loaded with 15,000 feet of paper from a staging table onto a pallet. The pallet was lying on a cart, which was used to transport the rolls to various parts of the plant. The injured worker's job was to assist in placement of the cartwheels on the pallet. Two of the cartwheels had been placed onto the pallet and they were attempting to roll the third one on when it caught the edge of the pallet and pushed it and the cart away from the table. There was no established means of keeping the cart stationary during the process without hampering the flow of the process. The movement caused the loaded pallet to shift and fall from the cart. The worker attempted to get out of the way but was struck by the falling pallet and the out-of-control cart. He received injuries to his shoulder, thumb, and shins.

The investigation also revealed the following facts:

- The employer had tried, without success, various means of keeping the cart stationary without interfering with the flow of the process.
- As a result of wheel replacement, some of the carts used are different heights.

Recommended Actions

1. Design some type of locking mechanism that would secure the

pallet to the cart.

2. Design a mechanism that would make the cart stationary during loading but would not hamper production.
 3. Replace worn or damaged wheels on the cart with the same size that came off the cart.
 4. Create a Lessons Learned on this incident and circulate throughout the workplace.
 5. Conduct safety meetings emphasizing the dangers associated with this job.
-

Cart Safety Fatality File – Spanish

Un carrito sin asegurar causa lesiones a los trabajadores

Se produjo una lesión cuando tres trabajadores de la planta de etiquetas ACME estaban en el proceso de hacer rodar cuatro ruedas de carrito de 11 pulgadas. Cada una de las ruedas de carrito estaba cargada con 15.000 pies de papel desde una mesa de preparación hasta un palé. El palé estaba sobre un carrito, que se utilizaba para transportar los rollos a varias partes de la planta. El trabajo del trabajador lesionado consistía en ayudar a colocar las ruedas de carrito en el palé. Dos de las ruedas de carrito habían sido colocadas en el palé y estaban intentando colocar la tercera cuando ésta se enganchó en el borde del palé y la empujó a ella y al carrito fuera de la mesa. No había ningún medio establecido para mantener el carrito inmóvil durante el proceso sin obstaculizar el flujo de este. El movimiento hizo que el palé cargado se desplazara y cayera del carrito. El trabajador trató de apartarse, pero fue golpeado por el palé que caía y el carrito fuera de control. Recibió heridas en el hombro, el pulgar

y las espinillas.

La investigación también reveló los siguientes hechos:

- El empresario había intentado, sin éxito, varios medios para mantener la carretilla inmóvil sin interferir en el flujo del proceso.
- Como resultado de la sustitución de las ruedas, algunos de los carritos utilizados tienen alturas diferentes.

Acciones recomendadas

1. Diseñar algún tipo de mecanismo de bloqueo que asegure el palet al carrito.
2. Diseñar un mecanismo que haga que el carrito esté inmóvil durante la carga pero que no dificulte la producción.
3. Sustituir las ruedas desgastadas o dañadas de la carretilla por otras del mismo tamaño que las que salieron de la carretilla.
4. Crear una Lección Aprendida sobre este incidente y hacerla circular por todo el lugar de trabajo.
5. Llevar a cabo reuniones de seguridad en las que se haga hincapié en los peligros asociados a este trabajo.

Cart Safety Infographic



SAFETY REVIEW

PUSHING SAFETY



Normally HR would tell us not to be pushy but when it comes to our equipment...push away! You can **PUSH TWICE AS MUCH** as you can pull. And pushing is much safer.

PUSH

- Stay close to our cart—don't lean forward.
- Use both arms keeping your elbows bent.
- Push with your legs, not arms.
- Keep your back straight.



Just Say NO To Pulling

NEVER pull carts or heavy loads, especially with your back turned. The cart can run up on you and you can seriously injure your back muscles.



PUSHING FLOOR SAFETY



MOPPING

Hold handle upright
Mop in a figure 8
Use your legs not your back

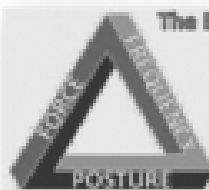


When wringing out a mop, lock your arms and press the handle down by bending your legs, not your back.



VACUUMING

Don't push & Pull vacuums
Vacuum by walking lines



The Ergonomic Triangle

Pulling carts can put strain on your arms, shoulders, neck and back. These can lead to ergonomic injuries based on force pulling, your posture (twisting your body) and how often you do it.

Remove a leg of the triangle and prevent injuries.

Cart Safety Infographic – Spanish



Fuente: <https://www.ceroaccidentes.pe>

Butcher Safety Meeting Kit

IT'S ALL ABOUT SAFETY

Butchers prepare a variety of meat products, but safety is the number one ingredient behind the meat counter. Safety for butchers is about training, inspections, and following safe work procedures.

Food industry workers in places like butchers are constantly slicing, dicing, and cutting food. Whether it's a sharp knife or a food slicing machine, vegetables and meats must be cut up into various sizes for countless uses. Whenever anyone is handling

sharp blades, there is a possibility of a cut injury.

REDUCE RISKS FOR BUTCHERS

Cuts: There are several cutting hazards in occupations like butchers that regularly use sharp tools and machinery. Severe cuts are a common workplace injury that can be traced back to a lack of training and supervision, lack of attention while using sharp tools and machinery, or missteps such as using damaged guards (or a lack of guarding altogether).

Help prevent cuts by making sure employees wear appropriate hand and foot protection at all times. OSHA standards for hand protection include steel mesh gloves to guard hands against blade cuts. The only exception to this rule should be in the instance of using meat-processing equipment like band saws, meat cubers or grinders, as wearing gloves in these situations could actually lead to a catastrophic injury. The hazard of having hands pulled into the machinery if the glove becomes entangled is much more serious than the hazard for which the glove is being worn.

Sturdy, close-toed shoes should be worn to protect feet should a knife be dropped accidentally. Knives should be placed in a designated area when not in use, keeping the blades with the cutting edge facing safely away.

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

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

your fingers and hands away from the moving parts and blades at all times. Never reach across the blade or grinder. Tie hair back, remove dangling jewelry, and wear form-fitting clothing to prevent getting pulled into the equipment.

Always operate equipment according to the manufacturer's instructions. Turn off and unplug the slicers and/or grinders when not in use or left unattended, and don't forget to switch the thickness dial of the meat slicer to zero.

Repetitive Motions: Long-term repetitive hand motions can lead to chronic problems, such as carpal tunnel syndrome – a condition that's caused by pressure on the median nerve at the wrist. It causes pain, numbness and tingling in the hand and arm and can worsen over time.

Spread out repetitive tasks to various workers throughout the day. In order to reduce work periods in which excessive repetitive wrist bending is necessary, butchers should be allowed to take frequent breaks from these types of activities and encouraged to stretch their muscles regularly.

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

Lifting heavy items can result in muscle strains in the shoulders, back, neck and legs. Back injuries can also occur from forceful movements such as cutting.

These types of injuries can be mitigated by positioning grinders, slicers, scales and other commonly used items so that work is performed at about elbow height. Adding ergonomic workstations can help workers avoid some discomfort.

Slips, Falls and Other Hazards: Slips and falls are another source of injury. Train employees to immediately clean up spills or place a wet floor sign over the area if the spill cannot be immediately cleaned. Degreasers should be utilized for cleanup in wet/greasy

areas. Shoes with quality, slip-resistant soles should be worn at all times, and slip-resistant mats with beveled edges should be placed in wet areas.

A Hazardous Communication program (HAZCOM) should be established to give employees knowledge of the proper use of chemicals, the personal protective equipment needed and other vital information.

MORE BUTCHER SAFETY TIPS/PRACTICES

- Employees should be taught methods for proper lifting and carrying awkward, heavy items. Objects should be lifted by bending at the knees (not the back), and properly carrying the item by keeping the heaviest part closest to the body. Any object that weighs over 50 pounds should require two people to lift and carry it. To minimize the handling of extremely heavy items, use material handling devices like hand trucks and dollies.
- Wear plastic gloves that can fit securely over your bare hand or over protective gloves to reduce contact with raw meat. Wear coveralls to protect your skin and clothing. Decontaminate surfaces throughout the day.
- General working conditions for butchers are usually cold in order to keep meat products fresh. Make sure to wear layers. Take breaks to warm and rest your hands, which can fatigue faster with repetitive tasks in a cold environment. Use protective gloves and heat pads when handling hot foods and pans.
- Make sure you have plenty of lighting to see your workspace and job tasks clearly. Water used for cleaning and disinfecting surfaces can cause slip hazards, so wear shoes with a non-slip sole. Inspect work area frequently to ensure your tools, equipment, and facilities are in safe working condition. Get training in safe work techniques and proper operation of your tools and equipment.

FINAL WORD

You cannot replace fingers, thumbs or hands. Loss can have life long devastating impact in engaging the amenities of life not to mention a reduction in earning capacity. One slip of a knife, slicer or grinder can prove to be disastrous.

Butcher Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

TODO ES CUESTIÓN DE SEGURIDAD

Los carniceros preparan una gran variedad de productos cárnicos, pero la seguridad es el ingrediente número uno detrás del mostrador de la carne. La seguridad en las carnicerías se basa en la capacitación, las inspecciones y el cumplimiento de procedimientos de trabajo seguros.

Los trabajadores de la industria alimentaria en lugares como las carnicerías están constantemente rebanando, cortando en cubos y cortando alimentos. Ya sea con un cuchillo afilado o con una máquina cortadora de alimentos, las verduras y las carnes deben cortarse en varios tamaños para innumerables usos. Siempre que alguien manipula cuchillas afiladas, existe la posibilidad de sufrir un corte.

CUÁL ES EL PELIGRO

REDUCIR LOS RIESGOS PARA LOS CARNICEROS

Cortes: Existen varios riesgos de corte en profesiones como la de carnicero, que utilizan regularmente herramientas y maquinaria afilada. Los cortes graves son una lesión común en el lugar de trabajo que puede deberse a la falta de capacitación y supervisión, a la falta de atención durante el uso de herramientas y maquinaria afiladas, o a errores como el uso de protectores dañados (o la falta de protectores).

Ayude a prevenir los cortes asegurándose de que los empleados lleven siempre la protección adecuada para manos y pies. Las normas de la OSHA para la protección de las manos incluyen guantes de malla de acero para proteger las manos contra los cortes de las cuchillas. La única excepción a esta regla debería ser en el caso de utilizar equipos de procesamiento de carne como sierras de cinta, cubos de carne o picadoras, ya que el uso de guantes en estas situaciones podría provocar una lesión catastrófica. El peligro de que las manos sean arrastradas hacia la maquinaria si el guante se enreda es mucho más grave que el peligro para el que se usa el guante.

Se debe llevar un calzado resistente y cerrado para proteger los pies en caso de que se caiga accidentalmente un cuchillo. Los cuchillos deben colocarse en una zona designada cuando no se utilicen, manteniendo las hojas con el filo de corte orientado de forma segura.

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

Cuando utilice una cortadora o amoladora, sea consciente de dónde tiene las manos. Asegúrese de que la cortadora de fiambre o la picadora está en el ajuste correcto antes de encenderla. Utilice

empujadores de alimentos del tamaño adecuado; nunca utilice las manos para procesar los alimentos a través de las picadoras y rebanadoras. En ninguna circunstancia se debe utilizar un empujador en lugar de una protección. Mantenga siempre los dedos y las manos alejados de las piezas móviles y las cuchillas. No introduzca nunca la mano en la cuchilla o en la picadora. Recójase el pelo, quítese las joyas que cuelgan y lleve ropa ajustada para evitar ser arrastrado por el equipo.

Utilice siempre el equipo de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Apague y desenchufe las cortadoras y/o picadoras cuando no las utilice o las deje desatendidas, y no olvide poner a cero el dial de grosor de la cortadora de carne.

Movimientos repetitivos: Los movimientos repetitivos de la mano durante mucho tiempo pueden provocar problemas crónicos, como el síndrome del túnel carpiano, una enfermedad causada por la presión sobre el nervio mediano en la muñeca. Provoca dolor, entumecimiento y hormigueo en la mano y el brazo y puede empeorar con el tiempo.

Distribuya las tareas repetitivas entre varios trabajadores a lo largo de la jornada. Para reducir los periodos de trabajo en los que es necesario doblar la muñeca de forma excesivamente repetitiva, se debe permitir a los carniceros hacer descansos frecuentes de este tipo de actividades y animarlos a estirar los músculos con regularidad.

Torceduras y lesiones musculares: Los carniceros permanecen de pie durante largos periodos de tiempo. Esto supone una torcedura para los músculos y las articulaciones de la pierna. También puede provocar dolores de espalda, sobre todo si la fatiga de estar de pie provoca una mala postura. Las superficies de trabajo no ajustables pueden provocar malas posturas de trabajo.

Levantar objetos pesados puede provocar torceduras musculares en los hombros, la espalda, el cuello y las piernas. Las lesiones de espalda también pueden producirse por movimientos enérgicos como el corte.

Estos tipos de lesiones pueden mitigarse colocando las amoladoras, las cortadoras, las balanzas y otros artículos de uso común de forma que el trabajo se realice aproximadamente a la altura del codo. La incorporación de puestos de trabajo ergonómicos puede ayudar a los trabajadores a evitar algunas molestias.

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

Debe establecerse un programa de comunicación de riesgos (HAZCOM) para que los empleados conozcan el uso adecuado de los productos químicos, el equipo de protección personal necesario y otra información vital.

COMO PROTEGERSE

MÁS CONSEJOS/PRÁCTICAS DE SEGURIDAD PARA CARNICEROS

- Se debe enseñar a los empleados los métodos para levantar y transportar correctamente los objetos pesados e incómodos. Los objetos deben levantarse doblando las rodillas (no la espalda) y transportando adecuadamente el artículo manteniendo la parte más pesada cerca del cuerpo. Cualquier objeto que pese más de 15 kilos debe ser levantado y transportado por dos personas. Para minimizar la manipulación de artículos extremadamente pesados, utilice dispositivos de manipulación de materiales como carretillas y carros de mano.
- Utilice guantes de plástico que puedan ajustarse de forma segura sobre su mano desnuda o sobre guantes de protección para reducir el contacto con la carne cruda. Utilice un mono de trabajo para proteger su piel y su ropa. Descontamine las superficies a lo largo del día.

- Las condiciones generales de trabajo de los carniceros suelen ser frías para mantener frescos los productos cárnicos. Asegúrese de llevar capas de ropa. Haga pausas para calentarse y descansar las manos, que pueden fatigarse más rápidamente con las tareas repetitivas en un entorno frío. Utilice guantes de protección y almohadillas térmicas cuando manipule alimentos y sartenes calientes.
- Asegúrese de que dispone de suficiente iluminación para ver con claridad su espacio de trabajo y sus tareas. El agua utilizada para la limpieza y desinfección de las superficies puede provocar riesgos de resbalones, por lo que debe llevar calzado con suela antideslizante. Inspeccione el área de trabajo con frecuencia para asegurarse de que sus herramientas, equipos e instalaciones están en condiciones de trabajo seguras. Reciba capacitación en técnicas de trabajo seguras y en el manejo correcto de sus herramientas y equipos.

CONCLUSIÓN

No se pueden sustituir los dedos, los pulgares o las manos. La pérdida puede tener un impacto devastador en la participación de las comodidades de la vida, por no mencionar la reducción de la capacidad de ganancia. Un resbalón con un cuchillo, una cortadora o una picadora puede resultar desastroso.

CalOSHA Inspections Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los inspectores de Cal/OSHA realizan visitas sin previo aviso para garantizar que los lugares de trabajo de California sean seguros y saludables. Si su empresa tiene un peligro incontrolado documentado y, como resultado, recibe una citación de Cal/OSHA, las sanciones resultantes, los problemas legales, la disminución de la moral de los empleados y la publicidad pueden tener graves impactos en el negocio. Los gerentes, supervisores y empleados deben saber qué esperar durante una inspección de Cal/OSHA y cómo responder adecuadamente.

CUÁL ES EL PELIGRO

CAL/OSHA REALIZA INSPECCIONES EN EL LUGAR DE TRABAJO EN CASOS DE PELIGRO INMINENTE O ACCIDENTES LABORALES

Una lesión mortal de uno o más empleados; una lesión o enfermedad grave; una exposición grave; o la hospitalización, independientemente de la duración, de tres o más empleados (una catástrofe) desencadenará una investigación de accidentes y deberá ser notificada a Cal/OSHA en un plazo de ocho horas. Los inspectores también se centran en los lugares de trabajo de alto riesgo y en las industrias con índices de pérdidas iguales o superiores a los promedios de la Oficina de Estadísticas Laborales.

Los inspectores también visitarán los lugares de trabajo como respuesta a las quejas de los empleados que suponen un peligro inminente. En ocasiones, las quejas de los empleados pueden considerarse de bajo riesgo. Éstas se tramitan con una carta en la que se comunica la información general y se pide que se haga un seguimiento y se informe en un plazo determinado. Investigue estas quejas, reúna la documentación y preséntela por escrito a tiempo a la oficina de Cal/OSHA. Tenga en cuenta que el nombre del empleado denunciante se mantendrá confidencial. Es contra la ley tomar represalias contra los empleados por reportar peligros y preocupaciones de seguridad.

COMO PROTEGERSE

¿CUÁNDO REALIZA CAL/OSHA UNA INSPECCIÓN AL AZAR?

El programa de inspección de Cal/OSHA se centra en los lugares de trabajo con probabilidad de riesgos para la salud y la seguridad y/o violaciones de las normas. Debido a las limitaciones constitucionales sobre los registros e incautaciones del gobierno, la agencia debe tener una causa razonable para realizar una inspección. Sin embargo, los tribunales han concedido a Cal/OSHA una amplia discreción para determinar los motivos razonables.

INSPECCIONES Y NORMAS DE CAL/OSHA

Mediante la realización de inspecciones, Cal/OSHA hace cumplir las normas de seguridad y salud en el trabajo. En algunos casos, emite citaciones y multas. Cal/OSHA inspecciona los lugares de trabajo cuando recibe un informe de una muerte o lesión grave, o cuando hay una queja de un empleado o representante de los empleados.

Cal/OSHA también puede inspeccionar los lugares de trabajo que están en su lista de industrias de “alto riesgo”. En este caso, Cal/OSHA selecciona al azar un lugar de trabajo para su inspección. Cal/OSHA también puede inspeccionar a un empleador porque se ha identificado que tiene una tasa de lesiones más alta que otros empleadores de su industria.

QUEJAS DE CAL/OSHA

Se puede presentar una queja sobre un peligro en el lugar de trabajo ante Cal/OSHA por teléfono, fax, correo o en línea. Una queja “formal” es aquella en la que el empleado o el representante del empleado da a Cal/OSHA su nombre. Si la persona da un nombre, Cal/OSHA está obligada a mantenerlo confidencial.

Si un trabajador desea permanecer en el anonimato y no da un nombre, la queja se considera una queja “no formal”. Las quejas del público, incluidos los antiguos empleados de una empresa, también se consideran no formales.

Cada queja es clasificada por la oficina de distrito de Cal/OSHA

Enforcement para determinar qué prioridad de inspección debe darse a la queja. Las quejas sobre un peligro “inminente” que pone a un trabajador en peligro inmediato de morir o de sufrir lesiones graves reciben prioridad inmediata para su investigación. Las muertes relacionadas con el trabajo también se investigan inmediatamente. Cal/OSHA da menor prioridad a las quejas no formales.

LAS CONSECUENCIAS – INSPECCIÓN DE CAL/OSHA

Después de una inspección, si Cal/OSHA cree que un empleador ha violado alguna norma o reglamento, la agencia emite una citación. Las citaciones describen las presuntas violaciones, enumeran las sanciones propuestas (multas) y dan un plazo para corregir los peligros.

Existen varias categorías de infracciones: graves, intencionadas, reiteradas, por no haberlas corregido o no graves. Las sanciones se basan en la categoría, así como en la gravedad y el alcance de la infracción. En el caso de una infracción “grave”, la sanción puede ser de hasta 25.000 dólares. Las sanciones pueden ajustarse en función del tamaño, la buena fe y el historial del empleador. Cal/OSHA tiene criterios específicos que utiliza para evaluar la buena fe del empleador.

La citación debe ser colocada por el empleador en o cerca de cada lugar donde haya ocurrido una violación grave. En el caso de otras infracciones, la citación debe colocarse en un lugar fácilmente visible para todos los empleados. Debe ser colocada por un período de tres días hábiles o hasta que el problema sea corregido, lo que sea más largo.

LOS EMPLEADORES APELAN A LAS CITACIONES DE CAL/OSHA

Los empleadores que reciben una citación pueden apelar a la Junta de Apelaciones de Seguridad y Salud Ocupacional para tratar de cambiar las infracciones citadas, las sanciones propuestas, el plazo para corregir los peligros o las soluciones requeridas. La apelación debe hacerse por escrito dentro de los 15 días hábiles siguientes a la recepción de la citación.

CONCLUSIÓN

Las inspecciones periódicas en el lugar de trabajo no son una merma de recursos, como pueden creer algunos directivos, sino todo lo contrario. Garantizan que todo funcione sin problemas y sin interrupciones, al tiempo que mantienen a los trabajadores seguros y productivos.

Cal/OSHA Inspections Meeting Kit

Cal/OSHA inspectors make unannounced visits to ensure California workplaces are safe and healthy. If your business has a documented uncontrolled hazard and, as a result, receives a Cal/OSHA citation, the resulting penalties, legal issues, lowered employee morale and publicity can have serious business impacts. Managers, supervisors and employees need to know what to expect during a Cal/OSHA inspection and how to respond appropriately.

CAL/OSHA CONDUCTS SITE INSPECTIONS IN CASES OF IMMINENT DANGER OR INDUSTRIAL ACCIDENTS

A fatal injury to one or more employees; a serious injury or illness; a serious exposure; or the inpatient hospitalization, regardless of duration, of three or more employees (a catastrophe) will trigger an accident investigation and must be reported to Cal/OSHA within eight hours. Inspectors also focus on high-hazard work sites and industries with loss rates at or above Bureau of Labor Statistics averages.

Inspectors will also visit worksites as a response to employee complaints posing an imminent danger. At times, employee complaints may be considered low risk. These are handled with a

letter reporting general information and a request to follow-up and report back within a certain time period. Conduct investigations into these complaints, gather documentation, and submit it in writing on time to the Cal/OSHA office. Note that the name of the complaining employee will be kept confidential. It is against the law to retaliate against employees for reporting safety hazards and concerns.

WHEN DOES CAL/OSHA PERFORM A RANDOM INSPECTION?

Cal/OSHA's inspection program targets workplaces with a likelihood of health and safety hazards and/or standards violations. Due to constitutional limitations on government searches and seizures, the agency must have reasonable cause to conduct an inspection. However, courts have granted Cal/OSHA broad discretion in determining reasonable

INSPECTIONS AND CAL/OSHA STANDARDS

By conducting inspections Cal/OSHA enforces job safety and health standards. In some cases, they issue citations and fines. Cal/OSHA inspects workplaces when it receives a report of a death or serious injury, or when there is a complaint by an employee or employee representative.

Cal/OSHA may also inspect workplaces that are on its list of "high hazard" industries. In this case, Cal/OSHA randomly selects a workplace for inspection. Cal/OSHA may also inspect an employer because it has been identified as having a higher injury rate than other employers in its industry.

CAL/OSHA COMPLAINTS

A complaint about a workplace hazard can be filed with Cal/OSHA by phone, fax, mail, or online. A "formal" complaint is one where the employee or employee representative gives Cal/OSHA his/her name. If the person gives a name, Cal/OSHA is required to keep it

confidential.

If a worker wants to remain anonymous and does not give a name, the complaint is considered a “non-formal” complaint. Complaints from the public, including former employees of a company, are also considered non-formal.

Each complaint is classified by the Cal/OSHA Enforcement district office to determine what inspection priority the complaint should be given. Complaints about an “imminent” hazard that puts a worker in immediate danger of being killed or seriously injured are given immediate priority for investigation. Work-related deaths are also investigated immediately. Cal/OSHA gives non-formal complaints lower priority.

THE AFTERMATH – CAL/OSHA INSPECTION

After an inspection, if Cal/OSHA believes that an employer has violated any standards or regulations, the agency issues a citation. Citations describe the alleged violations, list any proposed penalties (fines), and give a deadline for correcting the hazards.

There are several categories of violations: serious, willful, repeat, failure to abate, or other-than-serious. Penalties are based on the category as well as the severity and extent of the violation. For a “serious” violation, the penalty can be up to \$25,000. Penalties can be adjusted based on the size, good faith, and history of the employer. Cal/OSHA has specific criteria it uses to evaluate an employer’s good faith.

The citation must be posted by the employer at or near each place where a serious violation occurred. For other violations, the citation must be posted in a place readily seen by all employees. It must be posted for a period of three working days or until the problem is corrected, whichever is longer.

EMPLOYERS APPEAL TO CAL/OSHA CITATIONS

Employers who receive a citation may appeal to the Occupational Safety and Health Appeals Board to try to change the violations cited, the penalties proposed, the deadline for correcting hazards, or the solutions required. The appeal must be made in writing within 15 working days of receiving the citation.

FINAL WORD

Regular workplace inspections are not a drain on resources, as some managers may believe, but the exact opposite. They ensure that everything runs smoothly and without interruption, all the while keeping the workforce safe and productive.

CalOSHA Inspections Stats and Facts

FACTS

1. The slowdown in inspections could prove dangerous for millions of workers: A Public Integrity analysis shows the vast majority of deaths and catastrophes have occurred at workplaces that weren't inspected by OSHA.
2. Under federal law, the OSHA doesn't need to visit every workplace – an impossibility given that it has never had more than 1,500 inspectors to cover millions of workplaces.
3. A cotton factory in Lawrence, Massachusetts, collapsed and killed about 145 workers. That led the state to pass the nation's first law requiring factory safety inspections. New

Jersey, New York and a handful of other states followed.

STATS

- Even though the labor force grew by 16%, the number of workplace safety inspections dipped slightly during the first three years of Donald Trump's presidency – before taking a nosedive during the coronavirus pandemic.
- 4 %– 40 inspectors out of 1,000. That's the percentage decline in OSHA inspectors since Donald Trump took office and instituted a federal hiring freeze.
- In 2019, OSHA's safety inspectors conducted 962 investigations into fatal or catastrophic workplace incidents – the highest number since the agency began publishing the data in 2011.
- OSHA has conducted more than 6,800 investigations into workplaces that had a fatal or catastrophic incident. The vast majority of them – about 91 % – had not been inspected in the previous 10 years.
- Researchers at Harvard University and the University of California Berkeley found that companies subject to the agency's random inspections showed a 9.4 % decrease in injury rates compared with uninspected ones.
- Researchers with the RAND Corporation found that OSHA inspections were linked to a sharp decline in reported injuries at medium-size companies. Inspections that led to citations with penalties played a role in reducing injuries by an average of 19 % to 24 % each year for the two years following each inspection.
- The Bureau of Labor Statistics' Census of 2016 Fatal Occupational Injuries reported there were 5,190 workplace fatalities in 2016, a seven percent increase from 2015.
- The study found that within high-hazard industries in California, inspected workplaces reduced their injury claims by 9.4 % and saved 26 % on workers' compensation costs in the 4 years following the inspection, compared to a similar set of uninspected workplaces.

CalOSHA Inspections Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. La ralentización de las inspecciones podría resultar peligrosa para millones de trabajadores: Un análisis de Public Integrity muestra que la mayoría de las muertes y catástrofes han ocurrido en lugares de trabajo que no fueron inspeccionados por la OSHA.
2. De acuerdo con la ley federal, la OSHA no necesita visitar todos los lugares de trabajo, algo imposible dado que nunca ha tenido más de 1.500 inspectores para cubrir millones de lugares de trabajo.
3. Una fábrica de algodón en Lawrence (Massachusetts) se derrumbó y mató a unos 145 trabajadores. Esto llevó al estado a aprobar la primera ley del país que exigía inspecciones de seguridad en las fábricas. Le siguieron Nueva Jersey, Nueva York y un grupo de otros estados.

ESTADÍSTICAS

- Aunque la población activa creció un 16%, el número de inspecciones de seguridad laboral descendió ligeramente durante los tres primeros años de la presidencia de Donald Trump, antes de caer en picado durante la pandemia de coronavirus.
- 4 % – 40 inspectores de cada 1.000. Ese es el porcentaje de disminución de inspectores de la OSHA desde que Donald Trump asumió el cargo e instituyó una congelación de la contratación federal.
- En 2019, los inspectores de seguridad de la OSHA realizaron 962 investigaciones sobre incidentes mortales o

catastróficos en el lugar de trabajo, la cifra más alta desde que la agencia comenzó a publicar los datos en 2011.

- La OSHA ha realizado más de 6.800 investigaciones en lugares de trabajo que tuvieron un incidente fatal o catastrófico. La mayoría de ellos -alrededor del 91 %- no habían sido inspeccionados en los 10 años anteriores.
- Investigadores de la Universidad de Harvard y de la Universidad de California Berkeley descubrieron que las empresas sometidas a las inspecciones aleatorias de la agencia mostraban un descenso del 9,4 % en las tasas de lesiones en comparación con las no inspeccionadas.
- Los investigadores de la Corporación RAND descubrieron que las inspecciones de la OSHA estaban relacionadas con un fuerte descenso de las lesiones notificadas en las empresas de tamaño medio. Las inspecciones que dieron lugar a citaciones con sanciones contribuyeron a reducir las lesiones en una media del 19 % al 24 % cada año durante los dos años siguientes a cada inspección.
- El Censo de Lesiones Laborales Fatales de 2016 de la Oficina de Estadísticas Laborales informó de que hubo 5.190 accidentes mortales en el lugar de trabajo en 2016, un aumento del 7 % con respecto a 2015.
- El estudio descubrió que, dentro de las industrias de alto riesgo en California, los lugares de trabajo inspeccionados redujeron sus reclamaciones por lesiones en un 9,4 % y ahorraron un 26 % en costes de compensación de los trabajadores en los 4 años siguientes a la inspección, en comparación con un conjunto similar de lugares de trabajo no inspeccionados.

Butcher Safety Stats and Facts

FACTS

1. Butchers are exposed to various types of hazards in the course of their work, which can lead to health problems of varying severity.
2. Salmonella has contributed to deaths linked to butchers.
3. Butchers are exposed to physical hazards such as noise, cold, vibration, physical injuries; and ergonomic hazards such as overexertion, manual and repetitive work like meat hanging and cutting, awkward positions, and lifting of heavy objects.
4. Workers in slaughter facilities may be exposed to hazardous chemicals such as ammonia, which is used in meat packing, chlorine which may be added to water for disinfecting meat and hydrogen peroxide which is sometimes used as a disinfectant. These exposures may lead to irritations of the throat, eyes, nose, and skin; burns from accidental splashes; and respiratory symptoms

STATS

- The meat industry reported 23,500 nonfatal worker incidents in 2018, and most involved injuries. That averages out to about 64 cases a day nationwide.
- 151 meat and poultry workers died from injuries sustained at work. The injury rate for meat workers is higher than the rest of the manufacturing industry.
- An analysis of occupational injuries in the meatpacking industry was performed. The average injury rate was 27.6 injuries per 100 workers per year. The average annual incidence rate for lost work time injuries was 13.5 injuries/100 workers. The work-related death rate was almost 3 deaths per 100,000 workers. 86% of the nonfatal injuries were to males. About 45% of the male injuries were the result of being struck by or against objects, versus 28 % for females. 55% percent of the injuries occurred to workers 20 to 34 years of age. The incidence of injuries by occupation was: meat cutter, 49 %; butcher, 2 %; meat packer

and wrapper, 4 %; material handler, 7 %; and laborer, 9 %.

- 67% of the injuries consisted of strains, sprains, lacerations, contusions, and abrasions. Approximately 22.5 % of the injuries involved the fingers, 15.5 % the back, 11.7 % the arms, and 8.6 % the hand.
- 800 workers suffered serious injuries – an average of more than two per week – and 4,500 had to take off more than three days to recover from accidents.
- In the same period, Four workers died (all in 2017) and 78 suffered the amputation of fingers, parts of fingers or limbs as a result of workplace incidents.