Preventing Back Injuries Picture This – Spanish

Fuente: *https://www.menarini-ch.es*

Preventing Back Injuries Picture This

Source: *https://freedompt.com/low-back-pain-infographic/*

Bakery Operation Safety Meeting Kit

The bakery business can be an enjoyable and rewarding profession, but some bakery processes can also be hazardous. Persons who work in bakery operations should be instructed in how to avoid or prevent potential hazards and be properly trained to follow recommended safe work practices.

SIGNIFICANT BAKERY HAZARDS

1. **Slips and Falls Are Common Accidents Due to Wet Floors, Spilled Dough, Batter, and Dry Ingredients.**

Stack materials neatly to keep walkways and production areas clear. Immediately clean up spills and post warning signs when floors are wet or slippery. Use a degreasing solution on oil and grease spills. Get safety training on use of ladders and steps tools. Slip-resistant floor coverings and shoe soles prevent slips and falls.

1. **Bakery equipment such as moving blades, mixing arms, and conveyors on dough brakes, pie and tart machines, mixers, rollers, and dividers pose cutting and caught/crush hazards.**

Maintain equipment in good condition. Guard moving and sharp parts. Keep equipment clearances to avoid accidentally bumping into moving parts. Use safety devices such as power interlocks, two-handed controls, and emergency-stop bars. Practice lockout/tagout during maintenance and cleaning. Place warning signs on equipment with moving equipment dangers.

1. **Gas and Electric Heat Sources Are Fire Risks.**

Know and practice your fire evacuation plan. Keep escape routes clear of storage and debris. Keep fire extinguishers handy; both the ABC Class for general fires and the K Class for kitchen fires. Turn off and unplug electrical appliances when not in use. High temperature cut-off switches prevent equipment overheating. Control grease and oil buildup from donut machines, grills, and fryers with ventilation hoods and fire extinguishing systems.

1. **Boiling water, hot oil, and hot ingredients (syrups, milk) can scald bakery workers.**

Hot surfaces on warming trays and lights, grills, ovens, cooking pans, and trays can burn you. Use heat-resistant gloves or mitts for handling hot trays and pots. Don’t carry hot liquids around the work area and avoid splashes when pouring them. Label and guard hot water pipes and vessels. Know first aid for minor burns: cool the area under running water and wrap loosely in sterile dressing. For major burns, call 911. Maintain a first aid kit.

1. **Breathing Flour Dust Can Cause Asthma and Nose, Throat, and**

Eye Irritation.

Repeated exposure to flour and dough can sensitize skin. Control flour dust with enclosed storage bins, adequate ventilation, and enclosed mixing. Don’t sweep flour from floors; use a high-efficiency vacuum cleaner or wet mopping. Clean work surfaces throughout the day to prevent dough and flour buildup. Use a nuisance dust mask if flour dust cannot be controlled. Gloves and long sleeves protect your hands and arms from dough and flour exposure.

1. **Ergonomic and Musculoskeletal Hazards**

Handling heavy ingredients, food trays, mixing bowls, and cooking vessels can result in back and muscle injuries. Use good lifting techniques or mechanical aids (carts, lifts) when moving heavy objects. Get training on forklifts and mechanical lifts. Secure each load because materials and bowls can cause severe injuries if they fall during transport. Organize your work area and storage to limit reaches. Adjust work surfaces or use stable platforms to get a comfortable working height.

BEST BAKERY WORK PRACTICES

Clean. No matter how busy you are, make sure your workplace is clean. Water, flour and sugar can create a slippy paste, so make sure surfaces are regularly wiped down. Keep equipment out the way when not being used so there’s no danger of other bakers tripping over a rogue baking tray.

Anti-Slip. With those slippery surfaces, you may want to consider putting down anti-slip mats as well as making sure that floors are mopped regularly and free of standing water.

Double Duty. Furthermore, the food itself can cause dangers. Hot sugar and multiple ovens pose risk of burns. Make sure to protect your hands with heavy-duty tea towels (as oven gloves are impractical when you’re moving from task to task). For lifting heavy objects, try and encourage teamwork to cause fewer musculoskeletal injuries as baker injuries can mean lost time and

money for both the baker and the bakery.

Beat the Heat. For hot environments, consider a cooling system to keep your bakers cool and comfortable. Make sure the clothes, aprons, and hats worn are made of breathable and hygienic fabrics.

Noise Reduction. To combat noise, you may want to provide earplugs as an optional feature in the kitchen. You can find some ear plugs that allow a healthy amount of sound through – so you can hear your coworkers – but that protect your ears from harmful decibels.

Workplace Flow. An important safety feature to consider is the placement of mixing equipment and ovens, and how your bakers move around them. Make sure your kitchen has an efficient layout. Speak with the head baker about how everyone moves and works in the kitchen. Having a proper layout of both kitchen equipment and staff makes everything more efficient and safe.

Slip-Resistant Shoes. All bakers should wear the correct footwear at all times, and it's especially important that your footwear prevents slips and provides comfort. Wearing durable footwear means the shoes last longer, and are less costly over time.

FINAL WORD

Don't let the bakery fool you! Wet floors, spilled dough and butter in bakery shops can be as dangerous and lethal as the floor of a paint and plastics foundry.

Bakery Operation Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El negocio de la panadería puede ser una profesión agradable y gratificante, pero algunos procesos de panadería también pueden ser peligrosos. Las personas que trabajan en las operaciones de panadería deben ser instruidas sobre cómo evitar o prevenir los posibles peligros y recibir la capacitación adecuada para seguir las prácticas de trabajo seguras recomendadas.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS SIGNIFICATIVOS DE LA PANADERÍA

1. **Los resbalones y las caídas son accidentes comunes debido a los suelos mojados, la masa derramada y los ingredientes secos.**

Apile los materiales de forma ordenada para mantener los pasillos y las áreas de producción despejados. Limpie inmediatamente los derrames y coloque señales de advertencia cuando los suelos estén húmedos o resbaladizos. Utilice una solución desengrasante para los derrames de aceite y grasa. Reciba capacitación en materia de seguridad sobre el uso de escaleras y herramientas de peldaños. Los revestimientos del suelo y las suelas de los zapatos antideslizantes evitan los resbalones y las caídas.

1. **Los equipos de panadería, como las cuchillas móviles, los brazos mezcladores y las cintas transportadoras de los frenos de masa, las máquinas de tartas y pasteles, las batidoras, los rodillos y los divisores, suponen un peligro de corte y de atrapamiento o aplastamiento.**

Mantenga el equipo en buen estado. Proteja las piezas móviles y afiladas. Mantenga las distancias de los equipos para evitar chocar accidentalmente con las piezas móviles. Utilice dispositivos de seguridad tales como enclavamientos, controles a dos manos y barras de parada de emergencia. Practique el bloqueo/etiquetado durante el mantenimiento y la limpieza. Coloque señales de advertencia en los equipos con peligros de equipos móviles.

1. **Las fuentes de calor eléctricas y de gas son un riesgo de incendio.**

Conozca y practique su plan de evacuación en caso de incendio. Mantenga las vías de evacuación libres de almacenamiento y escombros. Tenga a mano extintores, tanto de la clase ABC para incendios generales como de la clase K para incendios en la cocina. Apague y desenchufe los aparatos eléctricos cuando no los utilice. Los interruptores de corte de alta temperatura evitan el sobrecalentamiento de los equipos. Controle la acumulación de grasa y aceite de las máquinas de donuts, parrillas y freidoras con campanas de ventilación y sistemas de extinción de incendios.

1. **El agua hirviendo, el aceite y los ingredientes calientes (jarabes, leche) pueden escaldar a los trabajadores de la panadería.**

Las superficies calientes de las bandejas de calentamiento y las luces, las parrillas, los hornos, las sartenes y las bandejas pueden quemarle. Utilice guantes o manoplas resistentes al calor para manipular bandejas y ollas calientes. No lleve líquidos calientes por la zona de trabajo y evite las salpicaduras al verterlos. Etiquete y proteja los tubos y recipientes de agua caliente. Conozca los primeros auxilios para las quemaduras leves: enfríe la zona bajo el grifo y envuélvala sin apretar con un apósito estéril. En caso de quemaduras graves, llame al 911. Mantenga un botiquín de primeros auxilios.

1. **Respirar polvo de harina puede causar asma e irritación de nariz, garganta y ojos.**

La exposición repetida a la harina y a la masa puede sensibilizar la piel. Controle el polvo de la harina con cubos de almacenamiento cerrados, una ventilación adecuada y una mezcla cerrada. No barrer la harina del suelo; utilizar un aspirador de alta eficacia o una fregona húmeda. Limpie las superficies de trabajo a lo largo del día para evitar la acumulación de masa y harina. Utilice una máscara antipolvo si no puede controlar el polvo de la harina. Los guantes y las mangas largas protegen las manos y los brazos de la exposición a la masa y la harina.

1. **Riesgos ergonómicos y musculoesqueléticos**

La manipulación de ingredientes pesados, bandejas de comida, cuencos para mezclar y recipientes de cocción puede provocar lesiones musculares y de espalda. Utilice buenas técnicas de levantamiento o ayudas mecánicas (carros, elevadores) al mover objetos pesados. Reciba capacitación sobre carretillas y elevadores mecánicos. Asegure cada carga porque los materiales y los recipientes pueden causar lesiones graves si se caen durante el transporte. Organice su área de trabajo y almacenamiento para limitar los alcances. Ajuste las superficies de trabajo o utilice plataformas estables para conseguir una altura de trabajo cómoda.

COMO PROTEGERSE

MEJORES PRÁCTICAS DE TRABAJO EN LA PANADERÍA

Limpieza. No importa lo ocupado que esté, asegúrese de que su lugar de trabajo esté limpio. El agua, la harina y el azúcar pueden crear una pasta resbaladiza, así que asegúrate de que las superficies se limpian regularmente. Mantenga los equipos fuera del camino cuando no se utilicen, de modo que no haya peligro de que otros panaderos tropiecen con una bandeja de hornear extraviada.

Antideslizante. Con esas superficies resbaladizas, quizá quiera considerar la posibilidad de colocar alfombras antideslizantes y asegurarse de que los suelos se limpian con regularidad y no tienen agua estancada.

Doble función. Además, la propia comida puede provocar peligros. El azúcar caliente y los hornos múltiples suponen un riesgo de quemaduras. Asegúrese de protegerse las manos con paños de cocina resistentes (ya que los guantes de cocina son poco prácticos cuando se pasa de una tarea a otra). Para levantar objetos pesados, intente fomentar el trabajo en equipo para provocar menos lesiones musculoesqueléticas, ya que las lesiones de los panaderos pueden suponer una pérdida de tiempo y dinero tanto para el panadero como para la panadería.

Vencer el calor. En los entornos calurosos, considere la posibilidad de instalar un sistema de refrigeración para mantener a los panaderos frescos y cómodos. Asegúrese de que la ropa, los delantales y los sombreros que se utilizan son de tejidos transpirables e higiénicos.

Reducción del ruido. Para combatir el ruido, puede ofrecer tapones para los oídos como elemento opcional en la cocina. Puede encontrar unos tapones que permiten que pase una cantidad saludable de sonido -para que pueda oír a sus compañeros de trabajo- pero que protegen sus oídos de los decibelios perjudiciales.

Flujo en el lugar de trabajo. Una característica de seguridad importante a tener en cuenta es la colocación de los equipos de mezcla y los hornos, y cómo se mueven los panaderos alrededor de ellos. Asegúrese de que su cocina tiene una distribución eficiente. Hable con el panadero jefe sobre cómo se mueve y trabaja todo el mundo en la cocina. Tener una disposición adecuada tanto del equipo de cocina como del personal hace que todo sea más eficiente y seguro.

Calzado antideslizante. Todos los panaderos deben llevar siempre el calzado adecuado, y es especialmente importante que su calzado evite resbalones y proporcione comodidad. Llevar un calzado duradero significa que los zapatos duran más y son menos costosos con el tiempo.

CONCLUSIÓN

¡No deje que la panadería le engañe! Los suelos mojados, la masa derramada y la mantequilla de las panaderías pueden ser tan peligrosos y letales como el suelo de una fundición de pinturas y plásticos.

Poison Ivy Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. La hiedra venenosa, el roble venenoso y el zumaque venenoso son plantas que contienen un aceite llamado urushiol, que provoca la característica erupción roja, elevada, con ampollas y que pica intensamente.
2. **No todo el mundo es alérgico a estas plantas.**

El grado de reacción a estas plantas (o el hecho de tener una reacción) varía de una persona a otra, dependiendo de la sensibilidad de su sistema inmunitario al aceite de urushiol. Las personas que no son sensibles al urushiol (alrededor del 15% de la población) pueden estar expuestas al aceite y no tener ninguna reacción.

3. **La ropa es la primera línea de defensa.**

La primera línea de defensa es cubrir la mayor cantidad de piel posible. Usando camisas de manga larga y pantalones largos, y usando guantes de jardinería cuando trabajes al aire libre, puedes evitar que las plantas entren en contacto con tu piel.

4. **El sarpullido no es contagioso.**

Para desarrollar la erupción alérgica, hay que entrar en contacto con la propia planta, lo que significa que la erupción por hiedra venenosa/roble/suma que no es contagiosa de persona a persona.

5. **Los medicamentos pueden hacer desaparecer la erupción más rápidamente.**

Existen varias clases de medicamentos eficaces que pueden aliviar los molestos síntomas y ayudar a que la erupción desaparezca más rápidamente, como los antihistamínicos, los esteroides y las cremas tópicas. es conveniente acudir a un médico lo antes posible

para determinar qué medicamento es el adecuado para usted.

ESTADÍSTICAS

- Cada año, se calcula que entre 25 y 40 millones de personas en EE.UU. sentirán el infame picor de la hiedra venenosa, una planta que se encuentra en toda Norteamérica y que suele crecer en forma de enredadera a menudo en las orillas de los ríos.
- Esta erupción con picor aparecerá uno o dos días después de haber estado expuestos a la planta, y la afección puede durar entre 10 días y tres semanas. Más del 50% de las personas son sensibles a la resina incolora e inodora, el urushiol, que se encuentra en las hojas de la hiedra venenosa.
- Todas las partes de la planta de la hiedra venenosa, incluidas las raíces, contienen la resina venenosa urushiol. El contacto con cualquier parte rota de la planta puede provocar una reacción. La mayoría de las personas desarrollan los síntomas entre 24 y 48 horas después del contacto.
    - Según la Clínica Mayo, la erupción por hiedra venenosa está causada por una reacción alérgica a una resina aceitosa llamada urushiol (u-ROO-she-ol). Este aceite se encuentra en las hojas, los tallos y las raíces de la hiedra venenosa, el roble venenoso y el zumaque venenoso, y es frecuente en la mayor parte del país.
    - De hecho, aproximadamente el 75% de la población tendrá una reacción alérgica cuando se exponga al aceite.
- La Universidad de Illinois Wesleyan declaró que sólo 1 nanogramo (milmillonésima parte de un gramo) puede causar una reacción alérgica. La universidad escribió que la mayoría de las personas están expuestas a 100 nanogramos de urushiol.
    - 500 personas podrían empezar a sentir picor por la cantidad de aceite que cubre la cabeza de la pluma.
    - 1/4 de onza de urushiol puede causar una erupción en

todos los habitantes del planeta.

- Es normal que el urushiol permanezca activo en cualquier superficie, incluidas las plantas muertas, de 1 a 5 años.
- El nombre urushiol es de origen japonés, de la palabra japonesa urushi que significa laca.

Poison Ivy Picture This – Spanish



Fuente: *https://cen.acs.org*

Workplace Shootings Meeting Kit

It’s easy to take the safety of our workplaces for granted. Do not give in to that assumption. High-risk situations, especially those involving conflict and violence are the kinds of incidences that happen to other people and never us. Gun violence, in particular, is something no one likes to imagine they would be involved in or

could possibly occur in their place of work.

ORIGINS

Statistics show that 90% of workplace shootings are carried out by an employee. There are a few factors that can contribute to act in a violent manner. These include if an employee has recently been let go, or their workload has increased; even workplace bullying can lead to an employee building up feelings of resentment and hostility. Some workplaces are susceptible to gun violence from other members of the wider community such as a customer or client, or even family members of an employee.

Whatever background the individual comes from, it is extremely likely that they have been struggling with any number of issues in the months or weeks prior that contribute to their decision to take such drastic actions.

The following signs and behavioral changes are common in those who perpetrate gun violence:

- Isolation from fellow employees
- Changes in attendance
- Change in personal hygiene
- Use of humor to mask violent or harmful thoughts and intentions
- Aggression

EMPLOYE ROLE

Reporting: All workspaces should have a zero-tolerance policy when it comes to any kind of violence. Policies can only work in an environment where employees are encouraged and feel safe coming forward when a co-worker’s behavior is cause for concern. This may mean developing a procedure through which employees can report anonymously.

TRAINING EMPLOYEES

Research has found that employees who are trained will act on that training in a crisis and those who have not are more likely to

panic and freeze, leaving themselves and others open to greater risks.

ACTION GUIDELINES FOR EMPLOYEES

Evacuate – Run: If there is an accessible escape path, attempt to evacuate the premises.

- Have an escape route and plan in mind.
- Evacuate regardless of whether others agree to follow.
- Leave your belongings behind.
- Help others evacuate, if possible.
- Call 911 when you are safe.
- Prevent individuals from entering an area where the active shooter may be.
- Keep your hands visible.
- Follow the instructions of any police officers.
- Do not attempt to move wounded people.

Shelter-In-Place – Hide: Find a place to hide where the active shooter is less likely to find you.

- Be out of the active shooter's view.
- Provide protection if shots are fired in your direction (i.e. an office with a closed and locked door).
- Not trap you or restrict your options for movement.

To prevent an active shooter from entering your hiding place:

- Lock the door.
- Blockade the door with heavy furniture.

If the active shooter is nearby:

- Lock the door.
- Silence your cell phone and/or pager.
- Turn off any source of noise (i.e. radio, television).
- Hide behind large items (i.e. cabinets, desks).
- Remain quiet.

Protect Yourself

- Acting as aggressively as possible against him/her.
- Throwing items and improvising weapons.
- Committing to your actions.

Retaliating or acting against the shooter should always be the last resort. If the shooter enters the workplace for money or goods and makes demands, follow them as best you can.

FINAL WORD

Always take any threat or odd behavior by an employee or visitor in your workplace seriously. Report any suspicious activity to a supervisor, security, or call the police. This alone can prevent an active shooter situation. No one wants to give thought to the possibility of one of these events occurring in their workplace, but it is important to have a plan. Knowing how to respond will greatly increase the chance to survive a workplace shooting.

Workplace Shootings Stats and Facts

FACTS

1. According to reports, most employers are not doing enough to prepare for potential workplace violence.
2. Workplace homicides attributed to shootings involving workers in elementary and secondary schools are relatively uncommon.
3. Workplace shooting events account for only a small portion of nonfatal workplace injuries.
4. Active shooters are nearly twice as likely to die if the shooting occurs in a factory or warehouse, compared to

commercial settings.

5. Copycat active shooter events often happen in clusters, with the risk of an active shooter in the workplace at its highest in the two weeks following a similar incident.

STATS

- Every year in America, more than 300 people go to work and never make it home because of a workplace shooting. In 2017, the number of people intentionally shot dead at work was 351, the Bureau of Labor Statistics reported. that number was 394 in 2016.
- From 2011 to 2015, about 2,173 people were killed at work. About a third of them, 721, were killed by a robber. Relatives or domestic partners were responsible for 160 deaths, while customers or clients were responsible for 247. Coworkers killed 312 people.
- Shootings accounted for 78 percent of all workplace homicides. About 4 out of every 5 workplace homicide victims were men.
- Robbers and other assailants accounted for 72 percent of homicides to men. Only 37 percent of homicides to women.
- Those responsible for nearly 80% of workplace homicides don’t have anything to do with the workplace at all.
- 66% of at-work deaths in retail sales are due to homicide. In comparison, 31% of at-work deaths for law enforcement workers are due to homicide.
- 70% of all active shooter incidents are within a commerce/business or educational setting.
- 96% of active shooters are lone males.
- 40% of active shooter assailants commit suicide.
- Approximately 25% of companies are unprepared for active shooter incidents.
- In nearly half of active shooter incidents, police are unable to respond under 10 minutes.

Bakery Operation Safety Stats and Facts

FACTS

1. Knives, graters and other sharp kitchen tools can cause injuries.
2. Lifting, carrying, pushing or pulling heavy loads can put workers at risk of serious injury.
3. When a person reaches for items above shoulder height, their back becomes arched and their arms act as long levers. This makes the load difficult to control and significantly increases the risk of injury.
4. When someone falls as a result of a slip or trip, the injury can range from minor (bruises and scrapes) to more serious, including broken bones or head trauma. How bad the injury is will depend on the circumstances.
5. A common source of burns, scalds and heat stress are hot cooking surfaces, boiling liquids and high temperature levels at work.
6. Breathing in large amounts of flour dust is a risk to workers health.

STATS

- According to B.L.S., the leading types of injuries in manufacturing are muscular sprains, strains and tears. These injuries caused a median number of 10 D.A.F.W. in 2017. In bread and bakery manufacturing plants, the most common D.A.F.W. injuries involve employee’s back and hands. In 2017, the B.L.S. recorded 790 back injuries and 500 hand injuries in bakeries. These are also the most common pain-points in snack food operations.

- Each year, as many as 600 million people globally – almost 1 in 10 – fall ill after consuming food contaminated by bacteria, viruses, parasites, toxins and chemicals, according to W.H.O. Likewise, the Centers for Disease Control and Prevention (C.D.C.) of the U.S. Department of Health and Human Services stated that foodborne diseases are an important public health burden in the United States with an estimated 1 in 6 Americans (or 48 million people) getting sick every year. Of those, 128,000 are hospitalized and 3,000 die. According to the Center for Science in the Public Interest (C.S.P.I.), a consumer advocacy organization based in Washington, bakery products were associated with 142 disease outbreaks and 2,822 illnesses.
- Foodborne illnesses are caused by 31 known pathogens and unspecified agents. Many of these pathogens are tracked by public health systems that follow diseases and outbreaks. Unspecified agents are those with insufficient data to estimate agent-specific burden; known agents not yet identified as causing foodborne illness; microbes, chemicals or other substances known to be in food whose ability to cause illness is unproven; and agents not yet identified.

Bakery Operation Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Los cuchillos, ralladores y otros utensilios de cocina afilados pueden provocar lesiones.
2. Levantar, transportar, empujar o halar cargas pesadas puede poner a los trabajadores en riesgo de sufrir lesiones graves.

3. Cuando una persona coge objetos por encima de la altura de los hombros, su espalda se arquea y sus brazos actúan como largas palancas. Esto hace que la carga sea difícil de controlar y aumenta significativamente el riesgo de lesiones.
4. Cuando una persona se cae por un resbalón o un tropezón, las lesiones pueden ser desde leves (magulladuras y raspones) hasta más graves, como fracturas de huesos o traumatismos craneales. La gravedad de la lesión dependerá de las circunstancias.
5. Una fuente habitual de quemaduras, escaldaduras y golpes de calor son las superficies de cocina calientes, los líquidos hirvientes y los niveles de temperatura elevados en el trabajo.
6. Respirar grandes cantidades de polvo de harina es un riesgo para la salud de los trabajadores.

ESTADÍSTICAS

- Según la Oficina de Estadística Laboral (B.L.S.), los principales tipos de lesiones en la industria manufacturera son los esguinces, las torceduras y los desgarros musculares. Estas lesiones causaron una media de 10 D.A.F.W. en 2017. En las plantas de fabricación de pan y bollería, las lesiones D.A.F.W. más comunes implican la espalda y las manos de los empleados. En 2017, el B.L.S. registró 790 lesiones en la espalda y 500 en las manos en las panaderías. Estos son también los puntos de dolor más comunes en las operaciones de snacks.
- Cada año, hasta 600 millones de personas en todo el mundo -casi 1 de cada 10- caen enfermas tras consumir alimentos contaminados por bacterias, virus, parásitos, toxinas y productos químicos, según la O.M.S. Asimismo, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (C.D.C.) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos afirmaron que las enfermedades transmitidas por los alimentos son una importante carga para la salud pública en Estados Unidos, ya que se calcula que 1 de cada 6

estadounidenses (o 48 millones de personas) enferma cada año. De ellos, 128.000 son hospitalizados y 3.000 mueren. Según el Center for Science in the Public Interest (C.S.P.I.), una organización de defensa del consumidor con sede en Washington, los productos de panadería se asociaron a 142 brotes de enfermedades y 2.822 dolencias.

- Las enfermedades transmitidas por los alimentos están causadas por 31 patógenos conocidos y agentes no especificados. Muchos de estos patógenos son rastreados por los sistemas de salud pública que siguen las enfermedades y los brotes. Los agentes no especificados son aquellos de los que no se dispone de datos suficientes para estimar la carga específica del agente; los agentes conocidos que aún no han sido identificados como causantes de enfermedades transmitidas por los alimentos; los microbios, productos químicos u otras sustancias de las que se sabe que están en los alimentos y cuya capacidad para causar enfermedades no está probada; y los agentes aún no identificados.

Bakery Operation Safety Fatality File

Bakery owner died when he was caught by rotating mixer arm and pulled inside

SINGAPORE – A bakery owner who died on Monday (June 25) in a workplace accident was operating an industrial gas-heated cooking mixer to prepare bean paste when he was caught by the rotating mixer arm and pulled into the machine.

The Ministry of Manpower (MOM) told The Straits Times on Tuesday

that Mr. Ng Sew Kuang, 73, was later extricated and pronounced dead at the scene.

It added: “MOM has stopped all manufacturing works and is currently investigating the incident.”

Family members at the wake for Mr. Ng, held near the bakery at Block 17 Bedok South Road, declined to speak to reporters.

The shop, Ng Kian Seng Confectionery, is more than 70 years old and was started by Mr. Ng’s paternal grandfather. It is known for its traditional goodies, such as tau sar piah and wife cakes.

A bakery worker had said on Monday that no one had been around Mr. Ng when the accident occurred and staff were alerted that something was wrong only by a burning smell coming from the machine.

Industrial bakers told The Straits Times there can be multiple hazards in the kitchen. Madam Anna Tan, 60, the owner of bakery 51 fiveone degrees, said the metal covering of her flour-kneading machine must be put on top of the mixing bowl to prevent the baker’s hands from being trapped inside and damaged by the beater.

Workers who noticed a burning smell were shocked to find Mr. Ng Sew Kuang in the machine.

Mr. Henry Ng, 38, chef and owner of Bread & Hearth, said that one has to be aware of and mitigate against specific potential hazards. He added that no one should work alone in the pantry, and everyone must always don proper protective equipment.

With a past career focusing on safety, including as a combat technician with the Republic of Singapore Navy, Mr Ng said: “I learnt that safety should be part of our DNA.”

He said safety should not be enforced through penalties but inculcated during work induction programmes, and even earlier, during one’s school years and childhood.

He said: “Our family awaits our return after work every day, thus workplace safety is number one for us.”

Bakery Operation Safety Fatality File – Spanish

El propietario de una panadería murió al ser atrapado por el brazo giratorio de la batidora y ser arrastrado al interior

El propietario de una panadería que falleció el lunes (25 de junio) en un accidente laboral estaba manejando una batidora industrial de gas para preparar pasta de judías cuando fue atrapado por el brazo giratorio de la batidora y arrastrado al interior de la máquina.

El Ministerio de Trabajo (MOM) dijo el martes a The Straits Times que el Sr. Ng Sew Kuang, de 73 años, fue sacado posteriormente y declarado muerto en el lugar de los hechos.

Añadió: "El MOM ha detenido todos los trabajos de fabricación y está investigando el incidente".

Los familiares presentes en el velatorio del Sr. Ng, celebrado cerca de la panadería del bloque 17 de Bedok South Road, no quisieron hablar con los periodistas.

La tienda, Ng Kian Seng Confectionery, tiene más de 70 años y fue fundada por el abuelo paterno del Sr. Ng. Es conocida por sus productos tradicionales, como el tau sar piah y los pasteles de esposa.

Un trabajador de la panadería dijo el lunes que no había nadie cerca del Sr. Ng cuando se produjo el accidente, y que el personal fue alertado de que algo iba mal sólo por un olor a quemado

procedente de la máquina.

Los panaderos industriales dijeron a The Straits Times que puede haber múltiples peligros en la cocina. La señora Anna Tan, de 60 años, propietaria de la panadería 51 fiveone degrees, dijo que la cubierta metálica de su máquina amasadora de harina debe colocarse encima del recipiente de mezcla para evitar que las manos del panadero queden atrapadas dentro y sean dañadas por el batidor.

Los trabajadores que notaron un olor a quemado se sorprendieron al encontrar al Sr. Ng Sew Kuang en la máquina.

El Sr. Henry Ng, de 38 años, cocinero y propietario de Bread & Hearth, dijo que hay que conocer y mitigar los riesgos potenciales específicos. Añadió que nadie debe trabajar solo en la despensa, y que todos deben llevar siempre el equipo de protección adecuado.

El Sr. Ng, cuya carrera se centró en la seguridad, incluso como técnico de combate en la Marina de la República de Singapur, dijo: “Aprendí que la seguridad debe formar parte de nuestro ADN”.

Afirmó que la seguridad no debe imponerse mediante sanciones, sino inculcarse durante los programas de iniciación al trabajo, e incluso antes, durante los años de escuela y la infancia.

Dijo: “Nuestra familia nos espera cada día después del trabajo, por lo que la seguridad en el lugar de trabajo es lo primero para nosotros”.

Workplace Shootings Fatality Report

Three Die in Workplace Shooting at Newspaper

A disgruntled employee walked into the production plant for The Providence (R.I.) Journal newspaper on Saturday morning and opened

fire.

The gunman killed one coworker and injured another before exiting the building. Police found two other bodies, one of which is believed to be the gunman, in Warwick, R.I.

Family members told police the gunman had been pressured by his coworkers to join the union.

Carlos Pacheco, 38, worked at The Providence Journal's production facility for 20 years. He walked into the building at 9:30 a.m. on Saturday morning and shot his supervisor, Robert Benetti. He then walked out to the parking lot, where he shot a coworker, Charles Johnson, in the face. Johnson was released from the hospital on Sunday.

Police later found what they believe to be Pacheco's body inside his burned-out car near the home of Matthew Fandetti, another of Pacheco's coworkers who police believe is a third victim.

Robert Decherd, chairman, president and chief executive officer of Belo Corp., parent company of The Providence Journal, called Saturday "a very sad day for The Providence Journal and for Belo." He said the company expressed its deepest sympathies to the families and loved ones of the victims, adding, "We also recognize how hurtful these events are for the entire Providence Journal Company, especially the friends and close colleagues of the deceased."

Howard G. Sutton, publisher of The Providence Journal, said, "Our thoughts and our focus are with our employees and their families. The investigation is in the hands of the Providence police and other responsible police agencies."

Sutton said the newspaper is cooperating fully with law enforcement agencies and that police would distribute any additional information about the incident and the individuals involved.

Workplace Shootings Picture This



Source: https://www.pinterest.com

Workplace Shootings Meeting Kit

– Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Es fácil dar por sentada la seguridad de nuestros lugares de trabajo. No ceda a esa suposición. Las situaciones de alto riesgo, especialmente las que implican conflicto y violencia, son el tipo de incidencias que les ocurren a otras personas y nunca a nosotros. La violencia con armas de fuego, en particular, es algo que a nadie le gusta imaginar que se vea involucrado o que pueda ocurrir en su lugar de trabajo.

CUÁL ES EL PELIGRO

ORÍGENES

Las estadísticas muestran que el 90% de los tiroteos en el lugar de trabajo son llevados a cabo por un empleado. Hay algunos factores que pueden contribuir a actuar de forma violenta. Entre ellos, si un empleado ha sido despedido recientemente, o su carga de trabajo ha aumentado; incluso el acoso laboral puede hacer que un empleado acumule sentimientos de resentimiento y hostilidad. Algunos lugares de trabajo son susceptibles de sufrir violencia con armas de fuego por parte de otros miembros de la comunidad en general, como un cliente o una clienta, o incluso miembros de la familia de un empleado.

Cualquiera que sea el origen del individuo, es muy probable que haya estado luchando con cualquier número de problemas en los meses o semanas anteriores que contribuyan a su decisión de tomar acciones tan drásticas.

Los siguientes signos y cambios de comportamiento son comunes en quienes perpetran actos de violencia con armas de fuego:

Aislamiento de los compañeros

- Cambios en la asistencia
- Cambio en la higiene personal

- Uso del humor para enmascarar pensamientos e intenciones violentas o dañinas
- Agresión

COMO PROTEGERSE

PAPEL DEL EMPLEADO

Informar: Todos los espacios de trabajo deben tener una política de tolerancia cero cuando se trata de cualquier tipo de violencia. Las políticas sólo pueden funcionar en un entorno en el que los empleados se sientan animados y seguros a la hora de denunciar cuando el comportamiento de un compañero de trabajo sea motivo de preocupación. Esto puede significar el desarrollo de un procedimiento a través del cual los empleados puedan informar de forma anónima.

ENTRENAR A LOS EMPLEADOS

Las investigaciones han demostrado que los empleados que han recibido capacitación actuarán de acuerdo con esa capacitación en una crisis, mientras que los que no la han recibido son más propensos a entrar en pánico y a quedarse paralizados, exponiéndose a sí mismos y a los demás a mayores riesgos.

PAUTAS DE ACCIÓN PARA LOS EMPLEADOS

- Evacuar – Correr: Si hay una vía de escape accesible, intente evacuar las instalaciones.
- Tenga en mente una ruta y un plan de escape.
- Evacúe independientemente de que los demás acepten seguirle.
- Deje sus pertenencias atrás.
- Ayude a otros a evacuar, si es posible.
- Llame al 911 cuando esté a salvo.
- Evite que las personas entren en la zona donde pueda estar el tirador activo.
- Mantenga las manos visibles.
- Siga las instrucciones de los agentes de policía.
- No intente mover a los heridos.

Refugio en el lugar – Escóndase: Encuentre un lugar para

esconderse donde sea menos probable que el tirador activo le encuentre.

- Manténgase fuera de la vista del tirador activo.
- Proporcionar protección si se producen disparos en su dirección (por ejemplo, una oficina con una puerta cerrada y bloqueada).
- No atrape ni restrinja sus opciones de movimiento.

Para evitar que un tirador activo entre en su escondite

- Cierre la puerta con llave.
- Bloquee la puerta con muebles pesados.

Si el tirador activo está cerca:

- Cierre la puerta con llave.
- Silencie su teléfono móvil y/o buscapersonas.
- Apague cualquier fuente de ruido (por ejemplo, la radio o la televisión).
- Escóndase detrás de objetos grandes (por ejemplo, armarios, escritorios).
- Permanezca en silencio.

Protéjase

- Actuar de la forma más agresiva posible contra él/ella.
- Lanzar objetos e improvisar armas.
- Comprometiéndose con sus acciones.

Tomar represalias o actuar contra el tirador debe ser siempre el último recurso. Si el tirador entra en el lugar de trabajo para pedir dinero o bienes y hace demandas, síguelas lo mejor que puedas.

CONCLUSIÓN

Tome siempre en serio cualquier amenaza o comportamiento extraño de un empleado o visitante en su lugar de trabajo. Informe de cualquier actividad sospechosa a un supervisor, a seguridad o llame a la policía. Sólo esto puede evitar una situación de tirador activo. Nadie quiere pensar en la posibilidad de que uno

de estos sucesos ocurra en su lugar de trabajo, pero es importante tener un plan. Saber cómo responder aumentará en gran medida las posibilidades de sobrevivir a un tiroteo en el lugar de trabajo.

Workplace Shootings Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Según los informes, la mayoría de los empleadores no están haciendo lo suficiente para prepararse para la posible violencia en el lugar de trabajo.
2. Los homicidios en el lugar de trabajo atribuidos a tiroteos en los que están implicados trabajadores de escuelas primarias y secundarias son relativamente infrecuentes.
3. Los tiroteos en el lugar de trabajo representan sólo una pequeña parte de las lesiones no mortales en el lugar de trabajo.
4. Los tiradores activos tienen casi el doble de probabilidades de morir si el tiroteo se produce en una fábrica o almacén, en comparación con los entornos comerciales.
5. El riesgo de que se produzca un tiroteo activo en el lugar de trabajo es mayor en las dos semanas siguientes a un incidente similar.

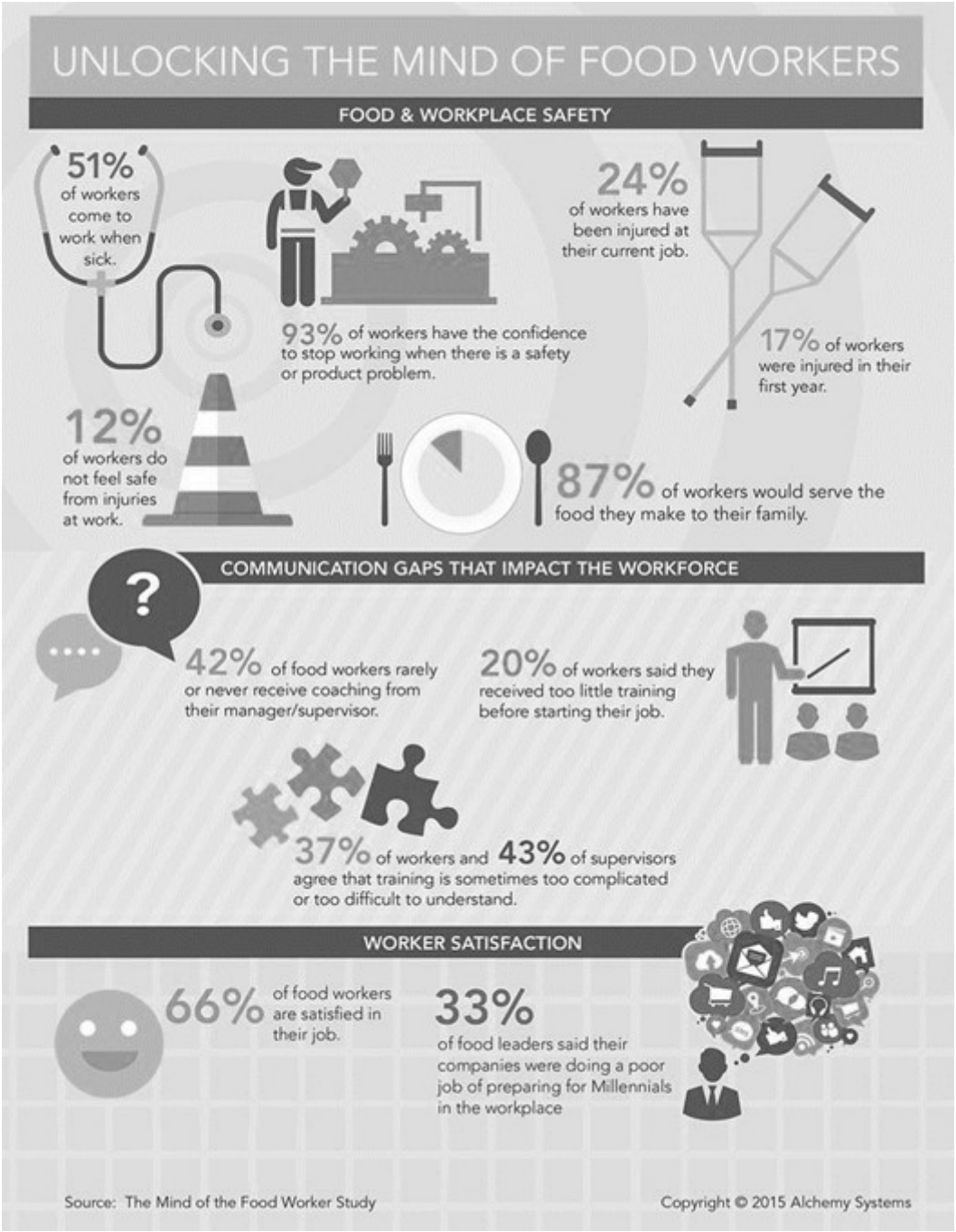
ESTADÍSTICAS

- Cada año en Estados Unidos, más de 300 personas van a trabajar y nunca llegan a casa debido a un tiroteo en el lugar de trabajo. En 2017, el número de personas muertas intencionadamente por disparos en el trabajo fue de 351, según informó la Oficina de Estadísticas Laborales. esa

cifra fue de 394 en 2016.

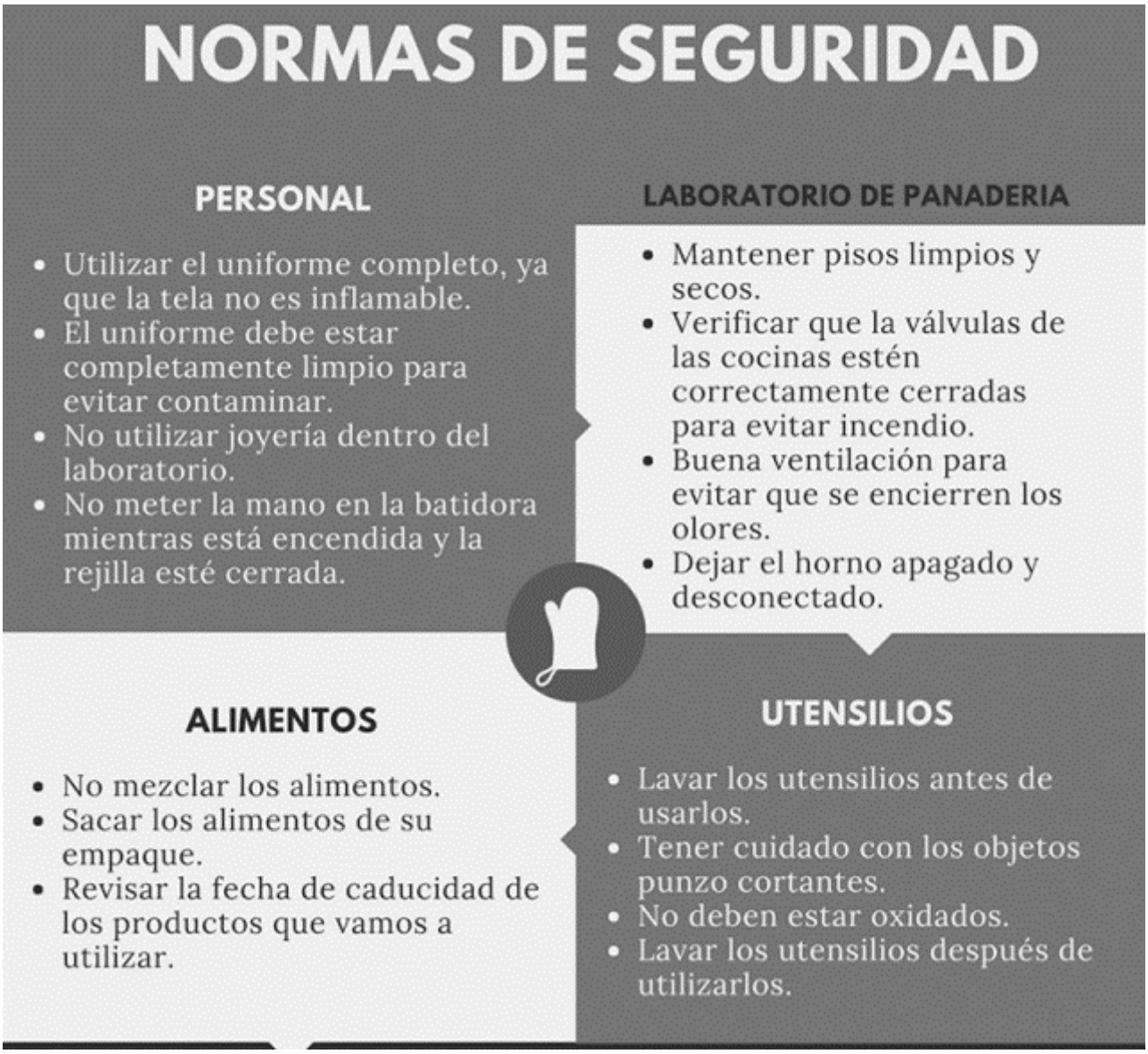
- De 2011 a 2015, unas 2.173 personas fueron asesinadas en el trabajo. Cerca de un tercio de ellas, 721, fueron asesinadas por un ladrón. Los familiares o las parejas de hecho fueron responsables de 160 muertes, mientras que los clientes fueron responsables de 247. Los compañeros de trabajo mataron a 312 personas.
- Los tiroteos representaron el 78% de todos los homicidios en el lugar de trabajo. Aproximadamente 4 de cada 5 víctimas de homicidio en el lugar de trabajo eran hombres.
- Los ladrones y otros asaltantes representaron el 72% de los homicidios a hombres. Sólo el 37% de los homicidios a mujeres.
- Los responsables de casi el 80% de los homicidios en el lugar de trabajo no tienen nada que ver con el lugar de trabajo.
- El 66% de las muertes en el trabajo en las ventas al por menor se deben a un homicidio. En comparación, el 31% de las muertes en el trabajo de los trabajadores de las fuerzas del orden se deben a un homicidio.
- El 70% de los incidentes con tiradores activos se producen en un entorno comercial/empresarial o educativo.
- El 96% de los tiradores activos son hombres solos.
- El 40% de los tiradores activos se suicidan.
- Aproximadamente el 25% de las empresas no están preparadas para los incidentes con tiradores activos.
- En casi la mitad de los incidentes con tiradores activos, la policía no puede responder en menos de 10 minutos.

Bakery Operation Safety Picture This



Source: https://www.resolve.ngo

Bakery Operation Safety Picture This – Spanish



Fuente: *http://archivosgrupoholton.blogspot.com/*

Workplace Shootings Fatality Report – Spanish

Tres muertos en un tiroteo en el lugar de trabajo del periódico

Un empleado descontento entró en la planta de producción del periódico The Providence (R.I.) el sábado por la mañana y abrió fuego.

El pistolero mató a un compañero de trabajo e hirió a otro antes de salir del edificio. La policía encontró otros dos cadáveres, uno de los cuales se cree que es el pistolero, en Warwick, R.I.

Los familiares dijeron a la policía que el pistolero había sido presionado por sus compañeros de trabajo para que se afiliara al sindicato.

Carlos Pacheco, de 38 años, trabajaba en las instalaciones de producción de The Providence Journal desde hacía 20 años. Entró en el edificio a las 9:30 de la mañana del sábado y disparó a su supervisor, Robert Benetti. A continuación, se dirigió al aparcamiento, donde disparó a un compañero de trabajo, Charles Johnson, en la cara. Johnson fue dado de alta del hospital el domingo.

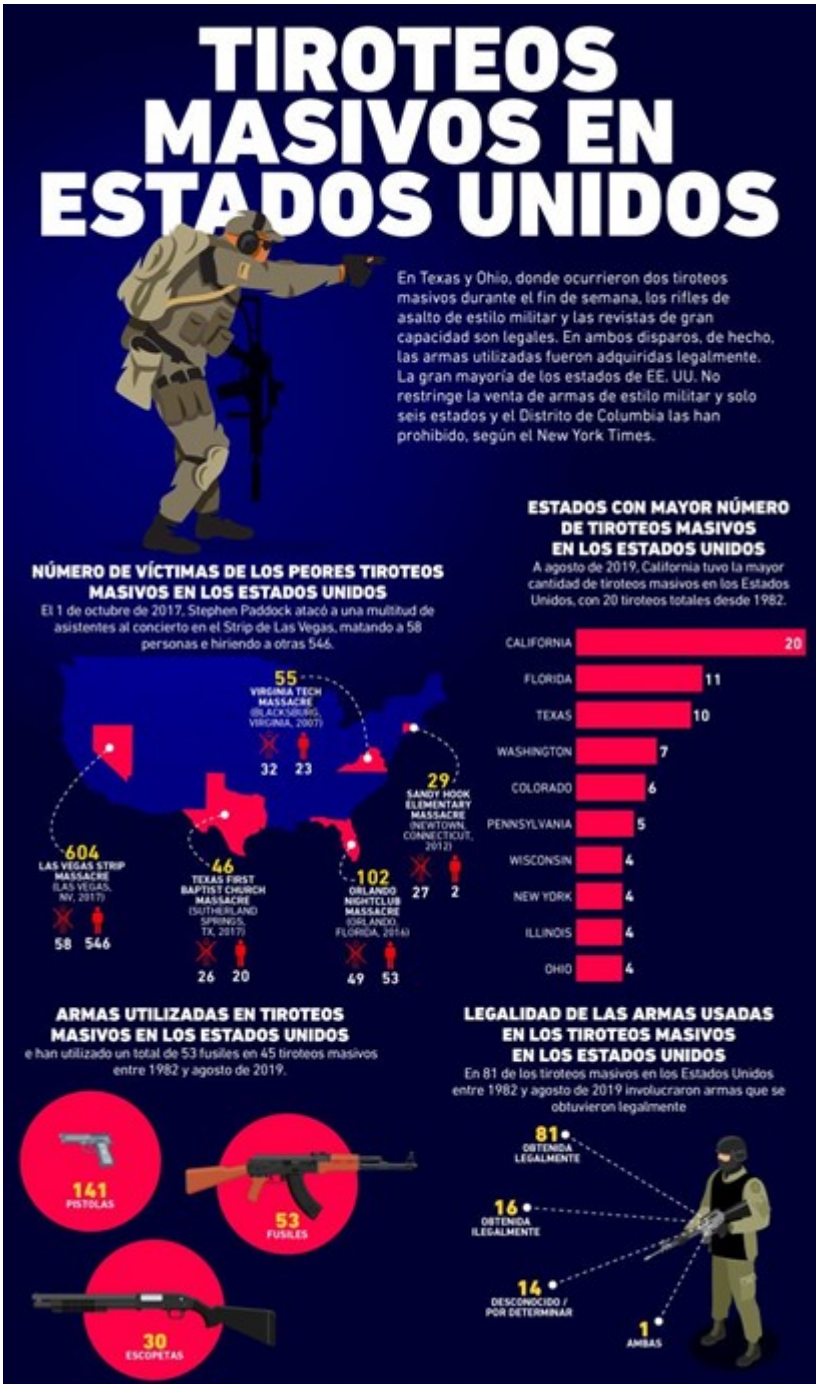
La policía encontró más tarde lo que creen que es el cuerpo de Pacheco dentro de su coche quemado cerca de la casa de Matthew Fandetti, otro de los compañeros de trabajo de Pacheco que la policía cree que es una tercera víctima.

Robert Decherd, presidente y director general de Belo Corp, empresa matriz de The Providence Journal, calificó el sábado de "día muy triste para The Providence Journal y para Belo". Dijo que la compañía expresaba sus más profundas condolencias a las familias y a los seres queridos de las víctimas, y añadió: "También reconocemos lo dolorosos que son estos acontecimientos para toda la compañía de The Providence Journal, especialmente para los amigos y colegas cercanos de los fallecidos."

Howard G. Sutton, editor de The Providence Journal, dijo: "Nuestros pensamientos y nuestra atención están con nuestros empleados y sus familias. La investigación está en manos de la policía de Providence y otros organismos policiales responsables".

Sutton dijo que el periódico está cooperando plenamente con las fuerzas del orden y que la policía distribuirá cualquier información adicional sobre el incidente y las personas implicadas.

Workplace Shootings Picture This – Spanish



Fuente: *https://www.merca20.com/infografia-tiroteos-masivos-en-estados-unidos/*

Snakes in the Workplace Meeting Kit

What's at Stake?

There are many different kinds of wildlife that can pose a danger to workers in the North America. Different geographical regions deal with different types of wildlife. Snakes, both venomous and non-venomous, can be a major concern for many different workers across North America. It is important to consider if snakes could be in your work area and what steps need to be taken to prevent any type of injury or incident due to them.

What's the Danger?

Some countries have many more types of venomous snakes than others. There are still a few kinds of venomous snakes found throughout North America including rattlesnakes, copperheads, cottonmouths/water moccasins, and coral snakes. It is estimated that around 7,000 to 8,000 people are bitten by venomous snakes each year in the United States alone. However, due to effective anti-venom and medical treatment only an average of 5 people die as a result of a bite.

While many of the bites by venomous snakes occur off the job and a large number of the people who are bit are children, there are many workers who are at risk for coming into contact with one of these snakes. Any job that is based outside, especially in warmer climates, are more at risk to come across one of these snakes.

Obviously not all snakes are venomous and the majority of snakes you will see in your lifetime will be non-venomous. There are still hazards created by these kinds of snakes as well. One of

these hazards is the sheer surprise or fear that these creatures can create in people. For example, you are moving sheet metal next to a garage. You pull up the last piece of sheet metal only to find a five foot long black snake inches away from your hand. You jump back, trip over a pipe, and smack your head requiring stitches. Also, some snakes like a black snake have small jagged teeth that can leave lacerations that may need medical attention if bitten.

How to Protect Yourself

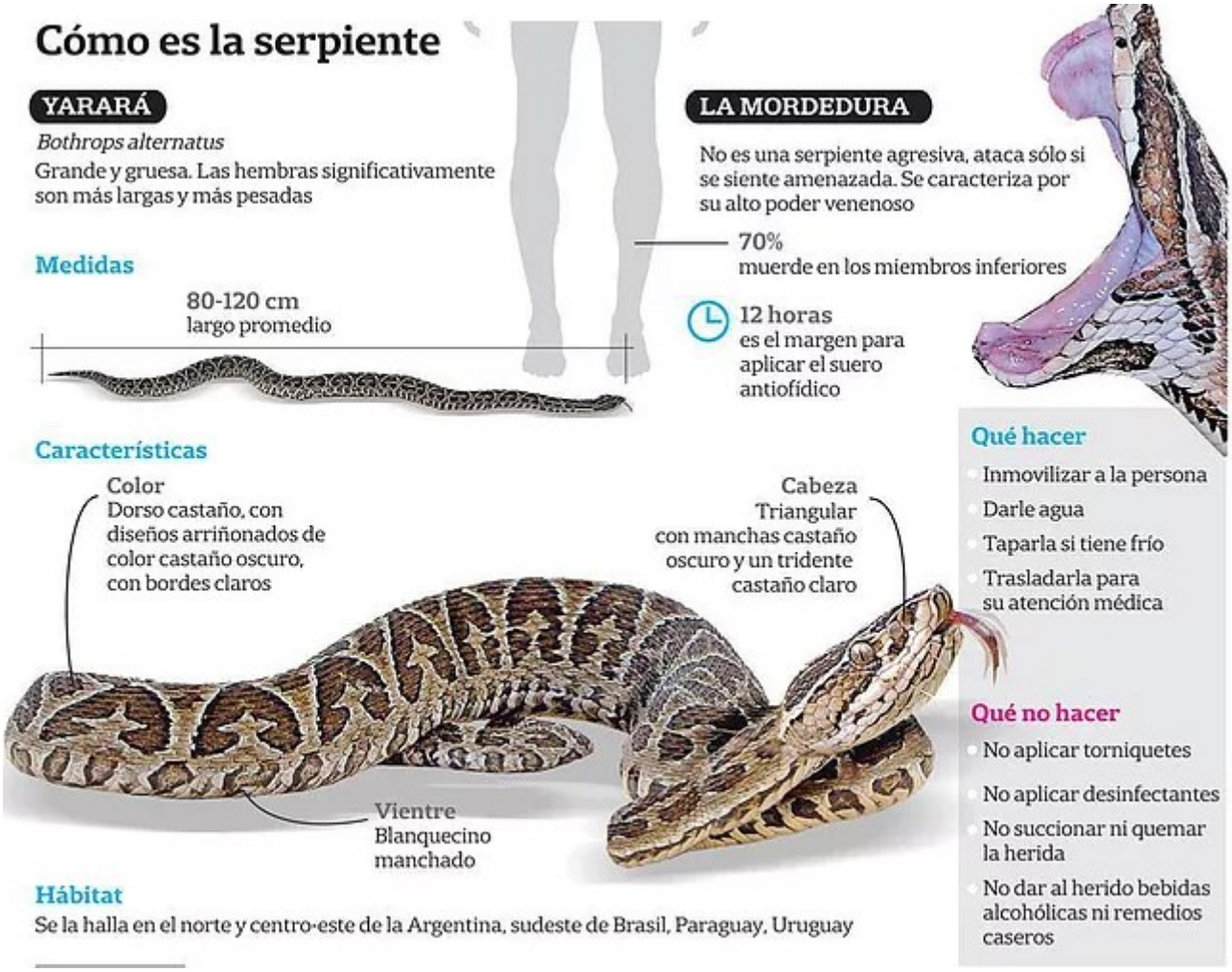
- The main way to avoid a bite by a snake is to just leave the snake alone. If removal is necessary contact a professional to remove the snake, especially if it is poisonous.
- Always wear protective toe boots, long pants, and a long shirt when working in areas where snakes are normally found. Clothing will help reduce the impact of a snake’s bite.
- Always do a work area inspection prior to starting work. Look for signs of wildlife in your work area and always be careful when moving materials outdoors where wildlife can live.

FINAL WORD

Outdoor workers can experience a number of hazards. One often unexpected hazard is a venomous snakebite. Venomous snakes may be encountered in workplaces throughout the United States.

Source:
https://www.safetytalkideas.com/safetytalks/snakes-in-the-workplace/

Snakes in the Workplace Picture This – Spanish



Fuente: https://www.trucos-trucos.com

Asphalt Worker Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. El asfalto se deriva del petróleo crudo. La exposición a los

humos del asfalto puede causar dolores de cabeza, erupciones cutáneas, sensibilización, fatiga, disminución del apetito, irritación de la garganta y los ojos, tos y cáncer de piel.
2. Dos peligros principales asociados al trabajo con asfalto son los incendios y las explosiones y la inhalación de los humos de la sustancia.
3. El trabajo en la industria del asfalto en Estados Unidos se ha asociado con un mayor riesgo de accidentes laborales y/o de tráfico mortales, pero no con muertes debidas a otras causas externas (por ejemplo, suicidio, accidentes de tráfico, envenenamiento, violencia).
4. En el caso de los operarios de pavimentación que trabajan en el contexto de las autopistas o carreteras, una causa común de los accidentes fue ser golpeado por el equipo de pavimentación o de construcción, o por otros vehículos que entran inadvertidamente en la zona de construcción.
5. Hay varias formas de error humano que pueden provocar lesiones laborales mortales en los operarios de pavimentación, como la falta de atención, el cansancio, la distracción o las drogas y el alcohol.

ESTADÍSTICAS

- Cada año se producen y utilizan millones de toneladas de asfalto en las industrias de pavimentación y techado, señala la División de Compensación Laboral del Departamento de Seguros de Texas, y más de 500.000 trabajadores están expuestos a los humos del asfalto.
- La tasa media de lesiones mortales fue de 3,5 por cada 100.000 trabajadores para el trabajo medio, mientras que la tasa fue de 46,7 por cada 100.000 trabajadores para los operarios de pavimentación, lo que hace que la profesión sea 13 veces más peligrosa que el trabajo medio.
- Hay aproximadamente 3.500 instalaciones de mezcla de asfalto en caliente en Estados Unidos y más de 7.000 contratistas de pavimentación que emplean a más de 300.000 trabajadores.
- La mayor parte del asfalto en Estados Unidos se utiliza para la pavimentación de carreteras o para operaciones de

techado. Según estimaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), hasta 50.000 trabajadores de tejados están expuestos a los humos del asfalto cada año. Otros usos son el aislamiento, la protección contra la humedad y la impermeabilización.

Baling and Compacting Work Stats and Facts

FACTS

1. Material jams commonly occur in balers and compactors. Because many machines are automatically activated by the material that flows into them, the compacting ram stops moving when a jam occurs.
2. In some balers or compactors, materials are placed directly into the chamber where they will be compressed. In other models, the materials are fed into a chute or hopper. Fatalities generally have involved situations in which employees entered a compactor to clear a jam, fell into the path of the ram, or reached into the machine while it was operating.
3. Compacting and baling machines have uses in many industries, and also are involved in a number of fatalities and serious injuries. Often, lack of proper lockout/tagout procedures is to blame. Many workers have been killed while attempting to clear a jam from an operating compactor, or inadvertently activating equipment that was not properly de-energized.
4. Workers can be crushed by the ram motion if guarding is missing or bypassed, or if lockout procedures are not followed during maintenance activities. Older compacting equipment may not have appropriate interlock guarding or may

not have enough guarding to enclose the chamber or point-ofoperation area completely.

5. Severe injury and death can also occur during service or maintenance tasks on or inside an energized or jammed machine if the machine cycles automatically, or if the machine is activated by another worker who is unaware that someone is inside the chamber.
6. In addition to the hazardous-energy potential, working inside these machines may also present confined-space hazards such as hazardous atmospheres and engulfment.

STATS

Balers and compactors were responsible for the follow deaths:

- 9 of the deaths happened because the workers failed to follow proper safety precautions regarding power shutdown and pressure dissipation.
- 6 deaths happened because the workers failed to follow the safety procedures while clearing jammed material.
- 6 deaths happened because the workers failed to shut down the automatic controls while clearing jammed material.
- 5 deaths happened because the workers tried to bypass the safety locking mechanism or because the locks were defective.
- 3 deaths happened because the operator activated the machine without realizing that their co-workers were nearby.

Baling and Compacting Work Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Los atascos de material son frecuentes en las empacadoras y compactadoras. Dado que muchas máquinas se activan automáticamente por el material que fluye hacia ellas, el pistón de compactación deja de moverse cuando se produce un atasco.
2. En algunas empacadoras o compactadoras, los materiales se colocan directamente en la cámara donde serán comprimidos. En otros modelos, los materiales se introducen en una rampa o tolva. Las muertes generalmente han implicado situaciones en las que los empleados entraron en una compactadora para despejar un atasco, cayeron en la trayectoria del ariete o metieron la mano en la máquina mientras estaba en funcionamiento.
3. Las máquinas compactadoras y empacadoras se utilizan en muchas industrias y están implicadas en un gran número de muertes y lesiones graves. A menudo, la culpa la tiene la falta de procedimientos adecuados de bloqueo y etiquetado. Muchos trabajadores han muerto al intentar eliminar un atasco de una compactadora en funcionamiento, o al activar inadvertidamente un equipo que no estaba debidamente desenergizado.
4. Los trabajadores pueden ser aplastados por el movimiento del ariete si faltan o se saltan las protecciones, o si no se siguen los procedimientos de bloqueo durante las actividades de mantenimiento. Es posible que los equipos de compactación más antiguos no cuenten con protecciones de enclavamiento apropiadas o que no tengan suficientes protecciones para encerrar completamente la cámara o el área del punto de operación.
5. También pueden producirse lesiones graves y la muerte durante las tareas de servicio o mantenimiento en o dentro de una máquina energizada o atascada si la máquina se pone en marcha automáticamente, o si la máquina es activada por otro trabajador que no es consciente de que hay alguien dentro de la cámara.
6. Además del potencial de energía peligrosa, el trabajo en el

interior de estas máquinas también puede presentar riesgos de espacios confinados, como atmósferas peligrosas y engullimiento.

ESTADÍSTICAS

Las empacadoras y compactadoras fueron las responsables de las siguientes muertes:

- 9 de las muertes se produjeron porque los trabajadores no siguieron las precauciones de seguridad adecuadas en relación con el corte de energía y la disipación de la presión.
- 6 muertes se produjeron porque los trabajadores no siguieron los procedimientos de seguridad al retirar el material atascado.
- 6 muertes se produjeron porque los trabajadores no desconectaron los controles automáticos mientras limpiaban el material atascado.
- 5 muertes se produjeron porque los trabajadores intentaron evitar el mecanismo de bloqueo de seguridad o porque los bloqueos eran defectuosos.
- 3 muertes se produjeron porque el operario activó la máquina sin darse cuenta de que sus compañeros de trabajo estaban cerca.