

Alcohol Use Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El uso y el abuso del alcohol en el lugar de trabajo puede variar enormemente según la industria y el entorno. Beber en el trabajo puede causar una multitud de problemas para los empleados, los empleadores y sus clientes.

Las industrias con mayores tasas de consumo en el lugar de trabajo incluyen la industria de servicios, ventas y hospitalidad, así como la construcción. La disponibilidad de alcohol en el ambiente de trabajo puede hacer una gran diferencia en la cantidad que se consume, así como la supervisión y la responsabilidad de los empleados.

Los programas de educación en el lugar de trabajo pueden ayudar a prevenir y reducir los problemas de abuso de alcohol en el trabajo.

CUÁL ES EL PELIGRO

EFFECTOS NEGATIVOS DEL ALCOHOLISMO EN EL LUGAR DE TRABAJO

Los hábitos de bebida de un empleado pueden afectar a las empresas, independientemente de lo grande o pequeña que sea la organización.

El alcoholismo en el lugar de trabajo puede ser extremadamente costoso para un empleador. Beber no sólo aumenta la posibilidad de que los empleados se lesionen, sino que también puede conducir a más accidentes en el trabajo. Además, el alcohol puede causar una falta de concentración y coordinación en el desempeño del trabajo de un empleado. Esto reduce la productividad, lo que a su vez afecta a las metas y objetivos de la empresa.

EL ALCOHOLISMO EN EL LUGAR DE TRABAJO

La decisión de un empleado de beber es asunto personal de ese individuo. Sin embargo, cuando el uso o abuso del alcohol interfiere con la capacidad del empleado para desempeñar sus funciones, el empleador tiene preocupaciones legítimas, incluyendo el desempeño adecuado de las funciones, cuestiones de salud y seguridad, y la conducta de los empleados en el lugar de trabajo.

PROBLEMAS DE FUNCIONAMIENTO

- No se han cumplido los plazos
- Trabajo descuidado o asignaciones incompletas
- Cuota de producción no cumplida
- Muchas excusas para las tareas incompletas o los plazos incumplidos
- Análisis defectuoso

COMPORTAMIENTO EN EL TRABAJO

La apariencia de estar ebrio o bajo la influencia del alcohol puede incluir:

- El olor del alcohol
- Tambaleante, o una marcha inestable
- Ojos inyectados en sangre
- Olor a alcohol en el aliento
- Cambios de humor y de comportamiento como la risa excesiva y la charla en voz alta inapropiada
- Uso excesivo de enjuague bucal o mentas para el aliento
- Evitar el contacto de supervisión, especialmente después del almuerzo
- Mareos
- Quedarse dormido

COMO PROTEGERSE

AYUDA EN EL LUGAR DE TRABAJO

Una empresa PAE es una de las formas más eficientes de combatir el

alcohol, así como otros problemas de abuso de sustancias, en el lugar de trabajo. El programa ayuda tanto a los empleados como a sus familias a acceder a los recursos necesarios para una recuperación exitosa.

CONCLUSIÓN

Si va a beber, es importante hacerlo responsablemente. Una segunda decisión derramada bajo la influencia del alcohol puede cambiar toda tu vida. A largo plazo, el abuso de alcohol afectará negativamente a su salud. Piense en su salud, su vida y su familia antes de beber la bebida que lo pone al límite.

First Aid Preparedness Meeting Kit

One never knows in this fast-paced frenetic world when we will be in a position to assist during an injury or emergency situation.

GOLDEN RULES OF FIRST AID

1. Do not waste time asking unnecessary questions
2. Find out the cause of injury.
3. Do first things first quickly, quietly and without fuss or panic.
4. Give artificial respiration if breathing has stopped-every second counts.
5. Stop any bleeding.
6. Guard against or treat for shock by moving the casualty as little as possible and handling him gently.
7. Do not attempt too much-do the minimum that is essential to save life and prevent the condition from worsening.
8. Reassure the casualty and those around and so help to lessen

anxiety.

9. Do not allow people to crowd around as fresh air is essential.
10. Do not remove clothes unnecessarily.
11. Arrange for the removal of the casualty to the care of a Doctor or hospital as soon as possible.

FIRST STEP — TEACHING METHODS/TRAINING PROGRAMS

- Help trainees develop “hands-on” skills using mannequins and partner practice.
- Have the right first-aid supplies and equipment available.
- Expose trainees to acute injury and illness situations and responses using visual aids.
- Include course resources for reference both during and after training.
- Allow enough time for emphasis on commonly occurring situations.
- Emphasize skills training and confidence-building through “hands-on” practice.
- Emphasize quick response to first aid situations through practice scenarios and drills.

SECOND STEP — PROCEDURAL

- Understand what is expected if you come upon an injured worker. (Discuss your company’s policies/procedures)
- Understand what actions you would need to take if you are injured yourself.
- Know who to call and how you can reach them in every type of emergency situation. (Radio/ phone/ voice, etc.)
- Ensure you know a secondary person to contact in case the primary contact is not around.
- Ensure you are able to explain your location when you call for help so assistance is not delayed.

WHEN INJURIES OCCUR

1. Know the Safety Basics

- Understand the hazards of your work and the injuries that are most likely to occur while completing the work.
- Call 911 immediately you notice someone has collapsed.
- Assess the scene.
- Proceed with care only if it's safe to do so.

1. Know the signs

- Unconscious – they will not be responding to you talking to them or touching them.
- They have no pulse.
- You cannot feel their breath when you put your cheek near their mouth.

1. Not trained, but in the know

- Lay the person on his or her back.
- Carry out hands-only CPR.
 - Uninterrupted chest compressions of about 100 a minute until paramedics arrive.
 - Compressions are repeatedly pressing hard down on the lower middle of the person's rib cage (the sternum or breastbone) and releasing.
 - This presses down on the heart to keep it pumping and also causes suction, so the person 'breathes' and gets some oxygen to the lungs and blood

1. Trained and ready to go

- Start CPR with 30 chest compressions.
- Check airway for obstructions.
- If airway clear, start doing rescue breathing.
- If airway blocked, carry out mouth to nose rescue breathing.
- Now continue with 30 compressions to 1 rescue breath until the paramedics arrive.

1. Trained but rusty

- If you've previously received CPR training but you're not confident in your abilities, then just do chest compressions at a rate of about 100 a minute.
- Continue until EMS personnel arrive.

1. **Do not use this approach on newborns.**

FINAL WORD

The best-case scenario is that you are never part of having to respond to an emergency or give assistance to an injured coworker. For many workers this unfortunately will not be the case. At some point it is very likely you will have to play a role in getting assistance for an injured coworker.

First Aid Preparedness Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Uno nunca sabe, en este mundo frenético y acelerado, cuándo vamos a estar en condiciones de ayudar durante una lesión o situación de emergencia.

CUÁL ES EL PELIGRO

REGLAS DE ORO DE LOS PRIMEROS AUXILIOS

1. No perder el tiempo haciendo preguntas innecesarias
2. Averiguar la causa de la lesión.
3. Hacer lo primero de forma rápida, tranquila y sin alboroto ni pánico.

4. Administrar respiración artificial si la respiración se ha detenido: cada segundo cuenta.
5. Detener cualquier hemorragia.
6. Prevenir o tratar el shock moviendo al accidentado lo menos posible y manipulándolo con suavidad.
7. No intentar demasiado: hacer lo mínimo imprescindible para salvar la vida y evitar que el estado empeore.
8. Tranquilizar al accidentado y a los que estén a su alrededor y ayudar así a disminuir la ansiedad.
9. No permitir que la gente se amontone, ya que el aire fresco es esencial.
10. No quitarse la ropa innecesariamente.
11. Disponer el traslado del accidentado a un médico u hospital lo antes posible.

COMO PROTEGERSE

PRIMER PASO – MÉTODOS DE ENSEÑANZA/PROGRAMAS DE FORMACIÓN

- Ayudar a los alumnos a desarrollar habilidades “prácticas” utilizando maniqués y prácticas con compañeros.
- Disponer de los suministros y equipos de primeros auxilios adecuados.
- Exponer a los alumnos a situaciones de lesiones y enfermedades agudas y a las respuestas mediante ayudas visuales.
- Incluir recursos del curso para su consulta durante y después de la formación.
- Dejar tiempo suficiente para hacer hincapié en las situaciones más habituales.
- Hacer hincapié en la formación de habilidades y en el fomento de la confianza a través de la práctica.
- Hacer hincapié en la respuesta rápida a las situaciones de primeros auxilios mediante la práctica de escenarios y simulacros.

SEGUNDO PASO – PROCEDIMIENTO

- Entender lo que se espera si se encuentra con un trabajador lesionado. (Hable de las políticas/procedimientos de su empresa)
- Comprender qué medidas debe tomar si usted mismo se lesiona.
- Saber a quién debe llamar y cómo puede comunicarse con él en cualquier tipo de situación de emergencia. (Radio/ teléfono/ voz, etc.)
- Asegurarse de conocer a una persona secundaria con la que contactar en caso de que el contacto principal no esté cerca.
- Asegurarse de poder explicar tu ubicación cuando pidas ayuda para que la asistencia no se retrase.

CUANDO SE PRODUCEN LESIONES

1. Conozca los fundamentos de la seguridad

- Conozca los peligros de su trabajo y las lesiones que es más probable que se produzcan al realizarlo.
- Llame al 911 inmediatamente si observa que alguien se ha desplomado.
- Evalúe la escena.
- Proceda con cuidado sólo si es seguro hacerlo.

1. Conozca los signos

- Inconsciente: no responde a que le hables o le toques.
- No tienen pulso.
- No puedes sentir su respiración cuando acerca su mejilla a su boca.

1. Conozca los signos

- Acueste a la persona de espaldas.
- Realice la RCP con las manos.
 - Compresiones torácicas ininterrumpidas de unas 100 por minuto hasta que lleguen los paramédicos.
 - Las compresiones consisten en presionar repetidamente

y con fuerza la parte media inferior de la caja torácica de la persona (el esternón) y soltar.

- Esto presiona el corazón para que siga bombeando y también causa succión, de modo que la persona “respira” y recibe algo de oxígeno en los pulmones y la sangre.

1. Entrenado y listo para empezar

- Inicie la RCP con 30 compresiones torácicas.
- Compruebe si las vías respiratorias están obstruidas.
- Si las vías respiratorias están despejadas, comience a realizar la respiración artificial.
- Si las vías respiratorias están obstruidas, realice la respiración artificial boca a nariz.
- Ahora continúe con 30 compresiones a 1 respiración de rescate hasta que lleguen los paramédicos.

1. Entrenado pero oxidado

- Si ha recibido previamente formación en RCP pero no confía en sus habilidades, haga simplemente compresiones torácicas a un ritmo de unas 100 por minuto.
- Continúa hasta que llegue el personal del SEM.

1. No utilice este método con los recién nacidos.

CONCLUSIÓN

El mejor de los casos es que nunca tenga que responder a una emergencia o prestar asistencia a un compañero de trabajo lesionado. Desgraciadamente, para muchos trabajadores éste no será el caso. En algún momento es muy probable que tenga que desempeñar un papel en la obtención de asistencia para un compañero de trabajo lesionado.

First Aid Preparedness Fatality File

A 44-year-old male police officer drowns while attempting to rescue a citizen from a submerging vehicle in the Cumberland River. On the day of the incident, the victim and two other police officers responded to a call at 4:30 am of a person in a vehicle at the end of the boat ramp located inside Peeler Park threatening to drive into the river.

The victim approached the driver's side of the car, and another police officer approached the passenger side of the car still parked at the water's edge. At some point during their conversation with the driver of the car, the car started moving toward the water, and either the victim stumbled or the momentum of the car took him into the water.

The other officer noticed the victim was struggling and jumped into the water to help him, but was unsuccessful. The ambient air temperature on this day in February was 40 degrees and the river currents were strong.

It is possible the cold water, strong river current, and the uniform including a Kevlar vest, utility belt and winter jacket, all saturated with water, may have been too much weight for the victim to overcome.

First Aid Preparedness Fatality File – Spanish

Un agente de policía de 44 años se ahoga al intentar rescatar a un ciudadano de un vehículo sumergido en el río Cumberland. El día del incidente, la víctima y otros dos agentes de policía

respondieron a una llamada a las 4:30 de la madrugada sobre una persona que se encontraba en un vehículo al final de la rampa para botes situada en el interior del parque Peeler y que amenazaba con caer al río.

La víctima se acercó al lado del conductor del coche, y otro agente de policía se acercó al lado del pasajero del coche que seguía aparcado al borde del agua. En algún momento de su conversación con el conductor del coche, éste empezó a moverse hacia el agua, y la víctima tropezó o el impulso del coche le llevó al agua.

El otro agente se dio cuenta de que la víctima estaba luchando y se lanzó al agua para ayudarle, pero no lo consiguió. La temperatura ambiente de ese día de febrero era de 40 grados y las corrientes del río eran fuertes.

Es posible que el agua fría, la fuerte corriente del río y el uniforme, que incluía un chaleco de kevlar, un cinturón utilitario y una chaqueta de invierno, todo ello saturado de agua, hayan sido demasiado peso para que la víctima pudiera superarlo.

First Aid Preparedness Stats and Facts

FACTS

1. CPR can double or triple a person's chance of survival from sudden cardiac arrest and nearly 46% of out-of-hospital cardiac arrest victims survived when bystander CPR was administered.
2. Delivery of CPR is life-saving first aid, sustaining life until paramedics arrive by maintaining vital blood flow to

the heart and brain.

3. If you aren't trained in the combined rescue breathing and chest compression method of CPR, you can use compression-only CPR on a teen or adult who has collapsed.
4. Pediatric first aid is a specialized form of training that organizations often require staff to have if they are working with children, or that new parents can (and should) learn to support their babies and young children in the event of an emergency.
5. The use of an Automated External Defibrillator (AED) can save the lives of 30% or more of those who suffer cardiac arrest. The earlier defibrillation occurs, the better!
6. Each year, there are over 2 million Canadians injured unintentionally; injuries leave 47,000 Canadians either partially or totally disabled; and immediate first aid can make the difference between complete recovery and disability.
7. Most bystanders won't give CPR because they're either scared of getting involved or that they will perform CPR incorrectly. Even someone with no training is better than no CPR at all.
8. There's no minimum age requirement to learn CPR. The ability to learn it depends on body strength and the ability to successfully perform chest compressions.

STATS

- *A human heart can cease beating within 4 minutes after breathing stops.*
- *Permanent brain damage can occur within 4 to 6 minutes after breathing stops.*
- *Average ambulance response time is 8 to 12*
- *More than 1/3 of Canadian deaths each year are attributed to coronary disease, which makes it the leading cause of death in Canada.*
- *Each year, more than 350,000 people in the United States –*

one every 90 seconds – experience cardiac arrest.

- *The survival rates of individuals suffering cardiac arrest decrease by approximately 7 – 10% every minute that defibrillation is delayed.*
 - *The use of an Automated External Defibrillator (AED) can save the lives of 30% or more of those who suffer cardiac arrest.*
 - *When defibrillation is delayed, survival rates decrease to approximately 50% at 5 The earlier defibrillation occurs, the better the prognosis.*
 - *Research shows that people who have first aid training can reduce their own personal injuries by as much as 30%.*
-

First Aid Preparedness Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. La reanimación cardiopulmonar puede duplicar o triplicar las posibilidades de supervivencia de una persona en caso de parada cardíaca súbita, y casi el 46% de las víctimas de paradas cardíacas extra hospitalarias sobreviven cuando se les administra la reanimación cardiopulmonar por parte de un transeúnte.
2. La aplicación de la RCP es un primer auxilio que salva vidas, ya que mantiene el flujo sanguíneo vital al corazón y al cerebro hasta que llegan los paramédicos.
3. Si no está entrenado en el método combinado de respiración de rescate y compresión torácica de la RCP, puede utilizar la RCP sólo con compresión en un adolescente o adulto que se haya desmayado.

4. Los primeros auxilios pediátricos son una forma de formación especializada que las organizaciones suelen exigir al personal si trabaja con niños, o que los nuevos padres pueden (y deben) aprender para ayudar a sus bebés y niños pequeños en caso de emergencia.
5. El uso de un desfibrilador externo automático (DEA) puede salvar la vida del 30% o más de las personas que sufren una parada cardíaca. Cuanto antes se produzca la desfibrilación, mejor.
6. Cada año, más de 2 millones de canadienses sufren lesiones no intencionadas; las lesiones dejan a 47.000 canadienses parciales o totalmente discapacitados, y los primeros auxilios inmediatos pueden marcar la diferencia entre la recuperación completa y la discapacidad.
7. La mayoría de los transeúntes no practican la reanimación cardiopulmonar porque tienen miedo de involucrarse o porque la practican de forma incorrecta. Incluso alguien sin formación es mejor que no hacer RCP.
8. No hay un requisito de edad mínima para aprender la RCP. La capacidad de aprenderla depende de la fuerza del cuerpo y de la capacidad de realizar con éxito las compresiones torácicas.

ESTADÍSTICAS

- El corazón humano puede dejar de latir en 4 minutos después de dejar de respirar.
- Pueden producirse daños cerebrales permanentes entre 4 y 6 minutos después de que se detenga la respiración.
- El tiempo medio de respuesta de las ambulancias es de 8 a 12 minutos.
- Más de un tercio de las muertes anuales en Canadá se atribuyen a enfermedades coronarias, lo que las convierte en la principal causa de muerte en el país.
- Cada año, más de 350.000 personas en Estados Unidos -una cada 90 segundos- sufren una parada cardíaca.
- Las tasas de supervivencia de las personas que sufren una parada cardíaca disminuyen aproximadamente entre un 7 y un 10% cada minuto que se retrasa la desfibrilación.

- El uso de un desfibrilador externo automático (DEA) puede salvar la vida del 30% o más de las personas que sufren una parada cardíaca.
 - Cuando la desfibrilación se retrasa, las tasas de supervivencia disminuyen hasta aproximadamente el 50% a 5 minutos. Cuanto antes se produzca la desfibrilación, mejor será el pronóstico.
 - Las investigaciones demuestran que las personas que tienen formación en primeros auxilios pueden reducir sus propias lesiones personales hasta en un 30%.
-

First Aid Preparedness Picture This



What's wrong in this picture? Making the workplace a safe environment is one of the top priorities of companies &

organizations across Canada. Yet, despite the many safety precautions in place, accidents still occur and workers get injured. That's why it is imperative that your staff know essential first aid in the [workplace](#). Combined with awareness and quick thinking, these simple actions can help prevent accidents and injuries.

First Aid Preparedness Picture This – Spanish



¿Qué hay de malo en esta foto?

Hacer del lugar de trabajo un entorno seguro es una de las principales prioridades de las empresas y organizaciones de todo Canadá. Sin embargo, a pesar de las muchas precauciones de seguridad adoptadas, siguen ocurriendo accidentes y los

trabajadores se lesionan. Por eso es imprescindible que su personal conozca los primeros auxilios esenciales en el lugar de trabajo. Combinadas con la concienciación y la rapidez de pensamiento, estas sencillas acciones pueden ayudar a prevenir accidentes y lesiones.

Five Common Contributing Factors Meeting Kit

COMMON CONTRIBUTING FACTORS TO WORKPLACE HAZARDS

Hazard identification and the need to be aware of the four most likely contributing factors to hazards in the workplace.

An occupational safety and health program must include **Risk Assessments** that aim to prevent injuries and illnesses. A **Risk Assessment** process is composed of the following steps:

- 1) Hazard Identification
- 2) Risk Analysis and Evaluation
- 3) Risk Control

Cover All Categories of Hazards

The crucial first step is a risk assessment (**Hazard Identification**).

Safety Hazards:

- Slips, trips, falls
- Working at heights

- Electrical hazards
- Equipment and machinery operation
- Fire protection

Health Hazards:

- Chemical hazards (exposure to, and inhalation of, chemicals)
- Physical hazards (noise, extreme temperatures)
- Biological hazards (infectious diseases, bacteria)
- Ergonomic hazards (heavy lifting, repetitive movements)
- Psychological Hazards (stress, workplace violence)

BE AWARE OF THE MAIN CONTRIBUTING FACTORS

Being aware of the main categories and types of hazards allows you to go one **Step** further and become aware of contributing factors to hazards. There are the four main contributing factors to consider:

People:

- Are they well trained and competent in performing the work?
- Are they overtired?
- What motivates them (e.g. speed or quality)?
- Is there poor communication?

Equipment:

- Are equipment and tools appropriate for the task?
- Is the equipment properly installed and maintained?
- Are the manufacturer's specifications being followed?

Materials:

- What materials are being used?
- Are they being handled, stored and disposed of properly?

Environment:

- Where is the work site (e.g. an office, vehicle, field, etc.)?

- Does the work environment introduce any hazards? Factors include facility layout, ventilation, lighting, walking surfaces, etc.

7 COMMON CAUSES OF WORKPLACE ACCIDENTS:

Workplace safety incidents occur for many reasons. In most industries, people tend to look for **“things”** to blame when an accident happens, because it’s easier than looking for **“root causes,”** such as those listed below. Consider these descriptions of underlying causes of workplace accidents.

Taking Shortcuts: Every day we make decisions we hope will make the job faster and more efficient. But do time savers ever risk your own safety, or that of other crew members? Shortcuts that reduce your safety on the job are not shortcuts, but an increased chance for injury.

Being Overconfident: Confidence is a good thing. Overconfidence is too much of a good thing. “It’ll never happen to me” is an attitude that can lead to improper procedures, tools, or methods in your work.

Starting a Task with Incomplete Instructions: To do the job safely and right the first time, you need complete information. Have you ever seen a worker sent to do a job having been given only a part of the job’s instructions? It isn’t dumb to ask questions; it’s dumb not to.

Poor Housekeeping: When clients, managers or safety professionals walk through your work site, housekeeping is an accurate indicator of everyone’s attitude about quality, production and safety. Poor housekeeping creates hazards of all types. A well-maintained area sets a standard for others to follow.

Ignoring Safety Procedures: Purposely failing to observe safety procedures can endanger you and your co-workers. You are being paid to follow the company safety policies, not to make your own

rules. Being “casual” about safety can lead to a casualty!

Mental Distractions from Work: Dropping your ‘mental’ guard can pull your focus away from safe work procedures. You can also be distracted when you are busy working and a friend comes by to talk while you are trying to work. Don’t become a statistic because someone distracted you “just for a minute.”

Failure to Pre-plan the Work: There is a JSA’s are an effective way to figure out the smartest ways to work safely and effectively. Being hasty in starting a task or not thinking through the process can put you in harms way. Instead, Plan your Work, and then Work your Plan.

FINAL WORD

On analysis the hazard identification step of a risk assessment will be greatly improved by being aware of the contributing factors of workplace hazards. These are the more common factors that cause or contribute to workplace injuries. Evaluate your work today and see if any of these items mentioned are at play. Work to eliminate these factors to ensure you are able to work safely.

Five Common Contributing Factors Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

FACTORES COMUNES QUE CONTRIBUYEN A LOS PELIGROS EN EL LUGAR DE TRABAJO

La identificación de los peligros y la necesidad de conocer los cuatro factores más probables que contribuyen a los peligros en el

lugar de trabajo.

Un programa de seguridad y salud en el trabajo debe incluir Evaluaciones de Riesgos que tengan como objetivo la prevención de lesiones y enfermedades. Un proceso de Evaluación de Riesgos se compone de los siguientes pasos:

- **Identificación del peligro**
- **Análisis y evaluación de riesgos**
- **Control de riesgos**

Cubrir todas las categorías de peligros

El primer paso crucial es la evaluación del riesgo (identificación del peligro).

CUÁL ES EL PELIGRO

En Peligros de seguridad:

- Resbalones, tropiezos y caídas
- Trabajos en altura
- Riesgos eléctricos
- Manejo de equipos y maquinaria
- Protección contra incendios

Peligros para la salud:

Peligros químicos (exposición e inhalación de productos químicos)

- Riesgos físicos (ruido, temperaturas extremas)
- Riesgos biológicos (enfermedades infecciosas, bacterias)
- Peligros ergonómicos (levantar objetos pesados, movimientos repetitivos)
- Peligros psicológicos (estrés, violencia en el lugar de trabajo)

COMO PROTEGERSE

SEA CONOCIENTE DE LOS PRINCIPALES FACTORES QUE CONTRIBUYEN A LOS PELIGROS

Ser consciente de las principales categorías y tipos de peligros le permite ir un paso más allá y ser consciente de los factores que contribuyen a los peligros. Hay que tener en cuenta los cuatro principales factores contribuyentes:

Las personas:

- ¿Están bien formados y son competentes para realizar el trabajo?
- ¿Están demasiado cansados?
- ¿Qué les motiva (por ejemplo, la velocidad o la calidad)?
- ¿Hay una mala comunicación?

Equipos:

- ¿Son el equipo y las herramientas adecuados para la tarea?
- ¿Está el equipo correctamente instalado y mantenido?
- ¿Se siguen las especificaciones del fabricante?

Materiales:

- ¿Qué materiales se utilizan?
- ¿Se manipulan, almacenan y eliminan adecuadamente?

Entorno:

- ¿Dónde se encuentra el lugar de trabajo (por ejemplo, una oficina, un vehículo, el campo, etc.)?
- ¿Introduce el entorno de trabajo algún peligro? Los factores incluyen la disposición de las instalaciones, la ventilación, la iluminación, las superficies para caminar, etc.

7 CAUSAS COMUNES DE LOS ACCIDENTES

LABORALES:

Los incidentes de seguridad en el lugar de trabajo se producen por muchas razones. En la mayoría de los sectores, la gente tiende a buscar “cosas” a las que culpar cuando se produce un accidente, porque es más fácil que buscar las “causas fundamentales”, como las que se enumeran a continuación. Considere estas descripciones de las causas subyacentes de los accidentes laborales.

- **Tomar atajos:** Todos los días tomamos decisiones que esperamos que hagan el trabajo más rápido y eficiente, pero ¿los atajos que ahorran tiempo ponen en riesgo su propia seguridad o la de otros miembros del equipo? Los atajos que reducen su seguridad en el trabajo no son atajos, sino un aumento de las posibilidades de sufrir lesiones.
- **Ser demasiado confiado:** La confianza es algo bueno. El exceso de confianza es una cosa buena. “A mí nunca me pasará” es una actitud que puede llevar a procedimientos, herramientas o métodos inadecuados en su trabajo.
- **Comenzar una tarea con instrucciones incompletas:** Para hacer el trabajo de forma segura y correcta a la primera, necesitas información completa. ¿Ha visto alguna vez a un trabajador enviado a hacer un trabajo habiendo recibido sólo una parte de las instrucciones del mismo? No es una tontería hacer preguntas; es una tontería no hacerlas.
- **Mala limpieza:** Cuando los clientes, los directivos o los profesionales de la seguridad pasan por el lugar de trabajo, la limpieza es un indicador preciso de la actitud de todos en cuanto a la calidad, la producción y la seguridad. Una limpieza deficiente genera peligros de todo tipo. Un área bien mantenida establece un estándar para que otros lo sigan.
- **Ignorar los procedimientos de seguridad:** No respetar los procedimientos de seguridad a propósito puede suponer un peligro para usted y sus compañeros de trabajo. Se le paga para que siga las políticas de seguridad de la empresa, no

para que cree sus propias reglas. Ser “casual” en cuanto a la seguridad puede conducir a un accidente.

- **Distracciones mentales del trabajo:** Bajar la guardia “mentalmente” puede desviar tu atención de los procedimientos de trabajo seguros. También puede distraerse cuando está ocupado trabajando y un amigo se acerca a hablar mientras usted está tratando de trabajar. No te conviertas en una estadística porque alguien te haya distraído “sólo un minuto”.
- **No planificar el trabajo:** Los JSA’s son una forma efectiva de averiguar las formas más inteligentes de trabajar de forma segura y efectiva. Apresurarse a comenzar una tarea o no pensar en el proceso puede ponerle en peligro. En lugar de eso, planifique su trabajo y luego trabaje en su plan.

CONCLUSIÓN

Al analizar el paso de identificación de peligros de una evaluación de riesgos, se mejorará en gran medida si se conocen los factores que contribuyen a los peligros en el lugar de trabajo. Estos son los factores más comunes que causan o contribuyen a las lesiones en el lugar de trabajo. Evalúe su trabajo hoy y compruebe si alguno de los elementos mencionados está en juego. Trabaje para eliminar estos factores y asegurarse de que puede trabajar con seguridad.

Five Common Contributing Factors Fatality File

It is understood the man, 53, was performing renovation work from a ladder near the edge of a mezzanine floor when he fell to the ground floor. He suffered head injuries and died in hospital the

following day.

WorkSafe Executive Director Health and Safety, Marnie Williams, said the incident was a terrible tragedy.

“It is a devastating reality that another family has lost a loved one due to an incident at work,” Ms Williams said.

“Falls are one of the most common causes of serious injury or death, which is why appropriate safety procedures are so important.”

Falling from heights is one of the leading causes of death and serious injury in Victorian workplaces. Since 2005, almost 18,000 workers have been injured seriously enough from a fall from height to make a claim for compensation. This year more than 400 workers have been injured from a fall.

Ms Williams said the reality was that workers did not have to fall from a significant height to be killed or suffer permanent injuries, which is why employers and contractors had to ensure the effectiveness of fall prevention control measures at their sites.

“Don’t assume that because you have never had a fall, your site is working safely. It may just mean you have been lucky – but safety can never be left to chance,” Ms Williams said.

Employers (including self-employed people) must identify and control the risk of falls from any height.

Safety tips:

- Eliminate the risk by doing all or some of the work on the ground or from a solid construction
- Reduce risk by using fall prevention devices like scaffolds, perimeter screens, guardrails, elevated work platforms or safety mesh
- Travel-restraint systems, industrial rope-access systems, catch platforms and fall arrest harness systems can also be used to reduce the risk of falls.

Five Common Contributing Factors Fatality File – Spanish

Se entiende que el hombre, de 53 años, estaba realizando trabajos de renovación desde una escalera cerca del borde de un entresuelo cuando cayó a la planta baja. Sufrió heridas en la cabeza y murió en el hospital al día siguiente.

La Directora Ejecutiva de Salud y Seguridad de WorkSafe, Marnie Williams, declaró que el incidente era una tragedia terrible.

“Es una realidad devastadora que otra familia haya perdido a un ser querido debido a un incidente en el trabajo”, dijo la Sra. Williams.

“Las caídas son una de las causas más comunes de lesiones graves o de muerte, por eso son tan importantes los procedimientos de seguridad adecuados”.

Las caídas de altura son una de las principales causas de muerte y lesiones graves en los lugares de trabajo de Victoria. Desde 2005, casi 18.000 trabajadores han sufrido lesiones lo suficientemente graves por una caída de altura como para reclamar una indemnización. Este año, más de 400 trabajadores se han lesionado por una caída.

La Sra. Williams dijo que la realidad es que los trabajadores no tienen que caerse desde una altura considerable para morir o sufrir lesiones permanentes, por lo que los empresarios y contratistas deben garantizar la eficacia de las medidas de control de la prevención de caídas en sus obras.

“No dé por sentado que, porque nunca haya habido una caída, su obra está funcionando de forma segura. Puede significar simplemente que ha tenido suerte, pero la seguridad no puede dejarse al azar”, dijo la Sra. Williams.

Los empresarios (incluidos los autónomos) deben identificar y controlar el riesgo de caídas desde cualquier altura.

Consejos de seguridad:

- Elimine el riesgo realizando todo o parte del trabajo en el suelo o desde una construcción sólida
 - Reduzca el riesgo utilizando dispositivos de prevención de caídas como andamios, pantallas perimetrales, barandillas, plataformas de trabajo elevadas o mallas de seguridad
 - Para reducir el riesgo de caídas también se pueden utilizar sistemas de retención de viaje, sistemas industriales de acceso por cuerda, plataformas de captura y sistemas de arneses anticaídas.
-

Five Common Contributing Factors Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Los suelos mojados o húmedos no son la única causa de accidentes por resbalones, tropiezos y caídas en una instalación. El desorden, el calzado y la limpieza inadecuada también pueden causar peligros tanto para los empleados como para los ocupantes del edificio.
2. La limpieza incluye mantener las áreas de trabajo limpias y ordenadas y mantener los pasillos, suelos y escaleras libres de riesgos de resbalones y tropiezos. La retirada de residuos (papel, cartón, envases, productos químicos usados, etc.) de la zona de trabajo es valiosa para reducir los accidentes.

3. El mantenimiento de la casa requiere centrar la atención en detalles importantes del lugar de trabajo, como la distribución, la señalización de los pasillos, la adecuación de las instalaciones de almacenamiento y el mantenimiento.
4. La experiencia ha demostrado que una buena limpieza es una parte esencial y eficaz de un programa de seguridad y salud. Una limpieza eficaz ayuda a eliminar los riesgos del lugar de trabajo y promueve un entorno laboral más seguro y eficiente.

ESTADÍSTICAS

- Una encuesta realizada en 2016 por CareerBuilder a 2.000 directores de recursos humanos y de contratación de Estados Unidos mostró que las principales distracciones en el lugar de trabajo son los teléfonos inteligentes (55%), Internet (41%), los cotilleos (37%), las redes sociales (37%), los compañeros de trabajo que se acercan (27%), los descansos para fumar o tomar un tentempié (27%), el correo electrónico (26%), las reuniones (24%) y los compañeros ruidosos (20%).
- Las últimas estadísticas sobre lesiones en el lugar de trabajo para 2020, publicadas por la Oficina de Estadísticas Laborales (BLS), la Administración de Seguridad y Salud Laboral (OSHA) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de Estados Unidos.
- Casi 3 de cada 4 trabajadores (70%) admiten que se sienten distraídos en el trabajo, y el 16% de las personas afirman que se distraen casi siempre.
- Casi tres cuartas partes de los empleadores encuestados por CareerBuilder afirmaron que se perdían dos o más horas diarias de productividad debido a las distracciones en el lugar de trabajo, y casi la mitad (43%) estimó que se perdían tres o más horas al día.
- Una encuesta realizada a 2.000 personas por el servicio de gestión financiera Think Money en el Reino Unido informó de que un tercio de los empleados se distrae en el trabajo hasta tres horas al día.
- En Estados Unidos, sólo el 30% de los empleados están

ocupados en el trabajo. Si observamos las estadísticas de complacencia en el lugar de trabajo desde una perspectiva global, sólo hay un 13% de los empleados en todo el mundo que están comprometidos en un entorno de oficina.

- Las principales distracciones identificadas por UdeMY for Business en su encuesta incluyen a los compañeros de trabajo habladores (citados por el 80% de los trabajadores encuestados) y el ruido de la oficina (70%).
 - El 60% de los encuestados culpó a las reuniones de la baja productividad, mientras que el 58% dijo que, aunque no necesitan las redes sociales para hacer su trabajo, no podrían pasar la jornada laboral sin consultar plataformas como Facebook, Twitter e Instagram.
 - Las lesiones en el lugar de trabajo son alarmantemente frecuentes. Según el Consejo Nacional de Seguridad, en Estados Unidos un trabajador se lesiona en el trabajo cada siete segundos. Esto equivale a
 - 540 lesiones laborales por hora
 - 12.900 lesiones laborales al día
 - 90.400 lesiones laborales por semana
 - 7 millones de lesiones laborales al año.
-

Five Common Contributing Factors Stats and Facts

FACTS

1. Wet or damp floors are not the only cause of slip, trip and fall accidents within a facility. Clutter, footwear and improper cleaning can also cause hazards for both employees and building occupants alike.
2. Housekeeping includes keeping work areas neat and orderly

and keeping aisles, floors and stairs free from slip and trip hazards. The removal of waste (paper, cardboard, containers, used chemicals, etc.) from the work area is valuable in reducing accidents.

3. Housekeeping requires focusing attention on important details in the workplace such as layout, aisle markings, adequacy of storage facilities and maintenance.
4. Experience has shown that good housekeeping is an essential and effective part of a safety and health program. Effective housekeeping helps eliminate workplace hazards and promotes a safer, more efficient work environment.

STATS

- *A 2016 survey of 2,000 US hiring and HR managers by CareerBuilder showed in the workplace that the top distraction culprits included smartphones (55%), the internet (41%), gossip (37%), social media (37%), co-workers dropping by (27%), smoking or snack breaks (27%), email (26%), meetings, (24%), and noisy co-workers (20%).*
- *The latest workplace injury statistics for 2020, as published by the U.S. Bureau of Labor Statistics (BLS), the U.S. Occupational Safety and Health Administration (OSHA), and the U.S. Centers for Disease Control and Prevention (CDC).*
- *Nearly 3 out of 4 workers (70%) admit they feel distracted at work, with 16% of people stating that they're almost always distracted.*
- *Almost three-quarters of employers surveyed by CareerBuilder said that two or more hours a day were lost in productivity because of workplace distractions, with nearly half (43%) estimating they lost three or more hours a day.*
- *A Survey of 2,000 people by financial management service Think Money in the UK reported that a third of employees are distracted at work for up to three hours a day.*

- *Only 30% of the employees in America are engaged in work. If we look at workplace complacency statistics from a global perspective, there are only 13% of the employees worldwide who are engaged in an office environment.*
 - *Top distractions identified by Udemy for Business in their survey included talkative co-workers (cited by 80% of workers surveyed), and office noise (70%).*
 - *Meetings were blamed for low productivity by 60% of respondents, while 58% said that, although they don't need social media to do their jobs, they couldn't make it through the working day without checking platforms such as Facebook, Twitter and Instagram.*
 - *Workplace injuries are alarmingly common. According to the National Safety Council, in the United States, a worker is injured on the job every seven seconds. This equates to:*
 - *540 work injuries per hour*
 - *12,900 work injuries per day*
 - *90,400 work injuries per week*
 - *7 million work injuries per year!*
-

Fire Extinguishers Use and Inspection Stats and Facts

FACTS

1. There are many common misconceptions related to OSHA's fire safety requirements. One is that all employers are required to have portable fire extinguishers on-site. While this is not the case in most industries, OSHA does require that if

employers do choose to provide extinguishers, employees must be trained on their use. Another misconception is that OSHA requires all employers to have fixed extinguishing or automatic sprinkler systems in all workplaces.

2. OSHA stipulates that businesses should train workers regarding potential fire hazards in their workplace, and also on what procedures should be followed in the event of a fire emergency.
3. OSHA recommends that all employers have an emergency evacuation/action plan in place in case of fire—featuring safety assignments for key personnel—and requires these plans for certain industries, such as hazardous chemical processing.
4. Many of OSHA's fire safety recommendations are industry- or even job-specific. In the construction industry, OSHA calls for a "fire plan" to be formulated prior to any demolition job. Other OSHA-mandated standards – like the presence of adequate fire exits – are required in every industry.

STATS

- Fire extinguishers can effectively put out 80% of all fires, even if the extinguisher is classified as a portable unit. When a fire extinguisher is used on a fire in the United States, 75% of the time, the fire department is not required to attend the incident. (EnGauge Inc.)
- In 60% of all fire incidents which occur, the fire department is never notified if a fire extinguisher is present and accessible. Almost 2 million fires are handled entirely by a fire extinguisher in the U.S. every year. (EnGauge Inc.)
- Structure fires account for 20% of municipal fire department calls and are responsible for 49% of deaths that are associated with fires. (National Fire Protection Association)
- The most popular type of fire extinguisher sold by the industry today is the Class A extinguisher, which accounts for 41.8% of total sales.

- Cooking is also the primary cause of non-residential building fires, accounting for 29.5% of tracked incidents. (United States Fire Administration)
 - About 40% of people in the 85+ age demographic are killed when caught in a fire, which is 4x higher than the national fire death rate in the United States. (United States Fire Administration)
-

Fire Extinguishers Use and Inspection Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Hay muchos conceptos erróneos relacionados con los requisitos de seguridad contra incendios de la OSHA. Uno de ellos es que todos los empleadores están obligados a tener extintores portátiles en sus instalaciones. Si bien este no es el caso en la mayoría de las industrias, OSHA requiere que si los empleadores deciden proporcionar extintores, los empleados deben ser entrenados en su uso. Otro concepto erróneo es que la OSHA exige que todos los empleadores tengan sistemas fijos de extinción o rociadores automáticos en todos los lugares de trabajo.
2. OSHA estipula que las empresas deben formar a los trabajadores sobre los posibles riesgos de incendio en su lugar de trabajo, y también sobre los procedimientos que deben seguirse en caso de emergencia por incendio.
3. OSHA recomienda que todos los empresarios dispongan de un plan de evacuación/actuación de emergencia en caso de incendio -que incluya asignaciones de seguridad para el personal clave- y exige estos planes para determinadas

industrias, como la de procesamiento de productos químicos peligrosos.

4. Muchas de las recomendaciones de seguridad contra incendios de la OSHA son específicas para cada sector o incluso para cada trabajo. En el sector de la construcción, OSHA exige que se formule un “plan contra incendios” antes de cualquier trabajo de demolición. Otras normas exigidas por OSHA, como la presencia de salidas de emergencia adecuadas, son obligatorias en todos los sectores.

ESTADÍSTICAS

- Los extintores pueden apagar eficazmente el 80% de los incendios, incluso si el extintor está clasificado como unidad portátil. Cuando se utiliza un extintor en un incendio en Estados Unidos, el 75% de las veces no es necesario que los bomberos acudan al incidente. (EnGauge Inc.)
- En el 60% de los incidentes de incendio que se producen, nunca se avisa a los bomberos si hay un extintor presente y accesible. Casi 2 millones de incendios son manejados completamente por un extintor en los Estados Unidos cada año. (EnGauge Inc.)
- Los incendios de estructuras representan el 20% de las llamadas de los departamentos de bomberos municipales y son responsables del 49% de las muertes asociadas a los incendios. (Asociación Nacional de Protección contra Incendios)
- El tipo de extintor más popular vendido por la industria hoy en día es el extintor de clase A, que representa el 41,8% de las ventas totales.
- La cocina es también la principal causa de los incendios en edificios no residenciales, ya que representa el 29,5% de los incidentes registrados. (Administración de Incendios de los Estados Unidos)
- Alrededor del 40% de las personas de más de 85 años mueren al verse atrapadas en un incendio, lo cual es 4 veces superior a la tasa nacional de mortalidad por incendio en

los Estados Unidos. (Administración de Incendios de los Estados Unidos)

Fire Extinguishers Use and Inspection Picture This

Steps to using a fire extinguisher:



NOTIFY Activate the building alarm system and dial 911 to notify the fire department, or have someone else make the call if you can't.



EVACUATE Help people in immediate danger or incapable of exiting the building on their own without risking your own safety.



EXTINGUISH Extinguish the fire yourself after calling 911 and evacuating others from the building.

When it's time to use a fire extinguisher,
just remember

P.A.S.S.



PULL the pin.

AIM the nozzle or hose at the base of the fire from the recommended safe distance.

SQUEEZE the operating lever to discharge the fire extinguishing agent.

SWEEP the nozzle or hose from side to side until the fire is out, starting at the recommended distance. Move forward or around the fire area as the fire diminishes. Watch the area in case of re-ignition.

FOR MORE INFORMATION VISIT FEMALIFESAFETY.ORG

**FIRE EQUIPMENT
MANUFACTURERS'
ASSOCIATION**



Source: slidesharecdn.com

Fire Extinguishers Use and Inspection Picture This – Spanish

¿Cómo utilizar un Extintor?

El extintor permite controlar pequeños incendios y evitar que ocurran riesgos mayores

1 Debes revisar de qué tipo de extintor se trata. Observa la etiqueta con la letra y la figura de color:

- A** Para combustibles sólidos como madera, papel, telas de algodón, etc.
- B** Para líquidos y gases inflamables como gasolina, pinturas, solvente, etc.
- C** Para equipos eléctricos conectados
- D** Metales, sodio, magnesio, etc.

2 Hala el anillo de seguridad

3 Acércate y apunta a la base del fuego

4 Aprieta la manilla

5 Mueve la boquilla de lado a lado

Si el incendio pone en peligro tu integridad, retírate lo antes posible

Es innecesario apagar una vela con un extintor, pero también es inútil controlar, con él, el incendio de una casa. USA TU SENTIDO COMÚN

Fire Watch General Safety Meeting Kit

OSHA mandates the presence of both hole and fire watch personnel in the Code of Federal Regulations. Fire watch personnel provide surveillance of areas where "hot work", such as welding or cutting with torches, is occurring. Fire watch workers may be part of a welding team that make sure that smoldering fires result from cutting or welding metal. They are vital part of construction and industrial maintenance safety programs.

The main job for fire watch personnel is to sound the alarm if there is an emergency so that firefighters can be brought in. They may attempt to control the fire but their primary role is not fight the flames, but to simply alert professionals so that they can come in take care of it.

Fire Watch Responsibilities Include:

- Constantly patrolling areas where "hot work" is being performed, maintaining vigilance of potential fires.
- Being familiar with facilities and procedures for sounding an alarm in the event of a fire and having a means of notifying emergency services.
- Having fire-extinguishing equipment readily available and being well-trained in its use.
- Maintaining the conditions and requirements stated on the safety permit.
- Inspecting the entire work area to look for potential release of flammable vapors or liquids before, during, and at the end of each shift.
- Being prepared to operate fire extinguishers, hydrants, fixed monitors, and hose carts anytime.
- Fire watchers are required to be familiar with facilities for sounding an alarm in the event of a fire.

- Fire watchers should refrain from all other job duties.
- According to the NFPA 51B standard, fire watchers must remain on the scene for 60 minutes after work is complete. The fire watch may need to stay on-site longer, depending on the conditions of the worksite.

When is a Fire Watch Needed?

A fire watch is usually required for one of four reasons:

- The building's fire alarm, fire sprinkler, or fire suppression system is out of order or an outage is preplanned for a period to exceed four hours. The fire marshal often requires notification for conditions like these.
- Hot work is occurring in the building. Hot work includes welding, using a torch, or other spark or flame producing work. Many building fires have been ignited by activities considered hot work.
- During demolition of a building during certain hazardous activities similar to hot work.
- Dense crowds in a building requiring extra precautions. Some public assembly buildings are required to conduct fire watches during events for extra crowd protection.

HOW IS A FIRE WATCH CONDUCTED?

A fire watch consists of one or more qualified persons performing these functions:

- Keeping diligent watch for fires.
- Preventing fire ignition sources.
- Ensuring adequate means of egress and removing obstructions to egress as necessary.
- Promptly remediating hazards that are found.

BASIC REQUIREMENTS FOR FIRE WATCHES

According to the NFPA, for fire alarm systems, a fire watch is required if the system is impaired for more than four hours in a

24-hour period. For water-based fire protection systems, fire watches are required for impairments lasting 10 hours or more in a 24-hour period. In both cases, the fire department must be notified.

A common misconception with the fire watch requirements is that systems must be out of service for more than four consecutive hours before the requirement to implement a fire watch is invoked. However, this is not the case. The requirement applies when the sum of all outages in a 24-hour period exceeds more than four hours.

Fire watches require the continuous patrol of all areas of the building affected by the impairment to look for evidence of smoke, fire, or any abnormal conditions. As noted in its definition, if a life-threatening situation is discovered, the person conducting the fire watch must immediately contact emergency personnel, alert the occupants to the emergency and assist in their evacuation.

In addition to the occupied areas affected by the impairment, fire watchers must also check all unoccupied areas including storage rooms, crawl spaces, and any concealed areas. It is important that those conducting a fire watch be very familiar with the building and the equipment they are watching. They must also know the locations of all manual fire alarm stations and fire protection equipment available to them should they discover a fire. In addition, all activities associated with a fire watch must be documented. Therefore, anyone conducting the fire watch must also be trained in how to fill out fire watch log sheets.

The fire watch must remain in effect until the entire system is restored to proper working order and only after any necessary inspections and tests have been conducted to verify that affected systems are operational and the fire department has been notified.

FIRE WATCH BEST PRACTICES

- Always read, understand, and maintain the conditions stated on the hot work permit
- Inspect the work area before and after each shift for the

potential release of flammable liquids or vapors.

- Keep flammable materials away from ignition sources.
- Maintain communication with the workers in the area.
- Stop operations immediately if you identify a hazard.
- Know the wind direction to understand where sparks and open flames with blow.
- Never leave the work area while hot work is going on. If you must go, stop the job, and notify the workers.
- Being prepared to contact the fire department.
- Being ready to extinguish any fires using a portable extinguisher or hose.

FINAL WORD

Fire watch personnel and practices are often under valuated and unappreciated because their work is not glamorous. But very necessary and appreciated by workers on the front line. They know their safety and security depends in the professionalism of these personnel.

Fire Watch General Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

OSHA ordena la presencia de personal de vigilancia de agujeros y de incendios en el Código de Reglamentos Federales. El personal de vigilancia contra incendios vigila las áreas en las que se realizan “trabajos en caliente”, como la soldadura o el corte con soplete. Los trabajadores de vigilancia de incendios pueden formar parte de un equipo de soldadores que se aseguran de que no se

produzcan incendios por el corte o la soldadura de metales. Son parte vital de los programas de seguridad en la construcción y el mantenimiento industrial.

CUÁL ES EL PELIGRO

El trabajo principal del personal de vigilancia de incendios es hacer sonar la alarma si hay una emergencia para que los bomberos puedan acudir. Pueden intentar controlar el fuego, pero su función principal no es luchar contra el fuego, sino simplemente alertar a los profesionales para que puedan acudir a ocuparse de él.

COMO PROTEGERSE

Las responsabilidades de la vigilancia de incendios incluyen:

- Patrullar constantemente las zonas en las que se realizan “trabajos en caliente”, manteniendo la vigilancia de posibles incendios.
- Estar familiarizado con las instalaciones y los procedimientos para hacer sonar la alarma en caso de incendio y tener un medio para notificar a los servicios de emergencia.
- Disponer de equipos de extinción de incendios y estar bien entrenado en su uso.
- Mantener las condiciones y los requisitos indicados en el permiso de seguridad.
- Inspeccionar toda el área de trabajo para buscar la posible liberación de vapores o líquidos inflamables antes, durante y al final de cada turno.
- Estar preparado para manejar extintores, bocas de incendio, monitores fijos y carros portamangueras en cualquier momento.
- Los vigilantes de incendios deben estar familiarizados con las instalaciones para hacer sonar la alarma en caso de incendio.
- Los vigilantes de incendios deben abstenerse de realizar cualquier otra tarea.

- Según la norma NFPA 51B, los vigilantes de incendios deben permanecer en el lugar de los hechos durante 60 minutos una vez finalizado el trabajo. Es posible que el vigilante de incendios deba permanecer en el lugar más tiempo, dependiendo de las condiciones del lugar de trabajo.

¿Cuándo se necesita un vigilante contra incendios?

La vigilancia de incendios suele ser necesaria por una de estas cuatro razones:

1. La alarma de incendios del edificio, el sistema de rociadores contra incendios o el sistema de supresión de incendios no funciona o se ha planificado una interrupción por un período superior a cuatro horas. El jefe de bomberos suele exigir una notificación en estas condiciones.
2. Se están realizando trabajos en caliente en el edificio. Los trabajos en caliente incluyen la soldadura, el uso de un soplete o cualquier otro trabajo que produzca chispas o llamas. Muchos incendios en edificios han sido provocados por actividades consideradas como trabajos en caliente.
3. Durante la demolición de un edificio durante ciertas actividades peligrosas similares a los trabajos en caliente.
4. La presencia de una gran cantidad de personas en un edificio requiere precauciones adicionales. Algunos edificios de reunión pública están obligados a realizar guardias contra incendios durante los eventos para una mayor protección de la multitud.

¿CÓMO SE REALIZA UNA VIGILANCIA DE INCENDIOS?

- Una guardia contra incendios está formada por una o varias personas cualificadas que realizan estas funciones
- Mantener una vigilancia diligente de los incendios.
- Prevenir las fuentes de ignición del fuego.
- Asegurar los medios de salida adecuados y eliminar las obstrucciones a la salida cuando sea necesario.
- Reparar con prontitud los peligros que se encuentren.

REQUISITOS BÁSICOS PARA LA VIGILANCIA DE INCENDIOS

Según la NFPA, en el caso de los sistemas de alarma contra incendios, se requiere una vigilancia contra incendios si el sistema se ve afectado durante más de cuatro horas en un período de 24 horas. En el caso de los sistemas de protección contra incendios basados en el agua, se requiere una vigilancia contra incendios si las averías duran 10 horas o más en un período de 24 horas. En ambos casos, se debe notificar a los bomberos.

Un error común con los requisitos de vigilancia de incendios es que los sistemas deben estar fuera de servicio durante más de cuatro horas consecutivas antes de que se invoque el requisito de implementar una vigilancia de incendios. Sin embargo, este no es el caso. El requisito se aplica cuando la suma de todas las interrupciones en un período de 24 horas supera las cuatro horas.

La vigilancia de incendios requiere el patrullaje continuo de todas las zonas del edificio afectadas por la avería para buscar indicios de humo, fuego o cualquier condición anormal. Como se indica en su definición, si se descubre una situación de peligro para la vida, la persona que realiza la vigilancia contra incendios debe ponerse en contacto inmediatamente con el personal de emergencia, alertar a los ocupantes de la emergencia y ayudar a su evacuación.

Además de las zonas ocupadas afectadas por el impedimento, los vigilantes de incendios también deben comprobar todas las zonas desocupadas, incluidos los almacenes, los espacios de arrastre y cualquier zona oculta. Es importante que los encargados de la vigilancia de incendios estén muy familiarizados con el edificio y el equipo que vigilan. También deben conocer la ubicación de todas las estaciones manuales de alarma contra incendios y los equipos de protección contra incendios de los que disponen en caso de descubrir un incendio. Además, todas las actividades relacionadas con la vigilancia de incendios deben estar documentadas. Por lo tanto, cualquier persona que lleve a cabo la vigilancia de incendios también debe recibir formación sobre cómo rellenar las

hojas de registro de la vigilancia de incendios.

La vigilancia de incendios debe permanecer en vigor hasta que todo el sistema vuelva a funcionar correctamente y sólo después de que se hayan realizado las inspecciones y pruebas necesarias para verificar que los sistemas afectados están operativos y se haya notificado al departamento de bomberos.

PRÁCTICAS RECOMENDADAS PARA LA VIGILANCIA DE INCENDIOS

- Lea, comprenda y mantenga siempre las condiciones establecidas en el permiso de trabajo en caliente
- Inspeccione el área de trabajo antes y después de cada turno para detectar la posible liberación de líquidos o vapores inflamables.
- Mantenga los materiales inflamables alejados de las fuentes de ignición.
- Mantenga la comunicación con los trabajadores de la zona.
- Detenga las operaciones inmediatamente si identifica un peligro.
- Conozca la dirección del viento para saber hacia dónde soplan las chispas y las llamas abiertas.
- No abandone nunca la zona de trabajo mientras se esté realizando un trabajo en caliente. Si debe irse, detenga el trabajo y notifique a los trabajadores.
- Este preparado para contactar con los bomberos.
- Este preparado para extinguir cualquier fuego utilizando un extintor portátil o una manguera.

CONCLUSIÓN

El personal de vigilancia de incendios y las prácticas a menudo está infravalorados y poco apreciados porque su trabajo no es glamuroso. Pero es muy necesario y apreciado por los trabajadores en primera línea. Saben que su seguridad depende de la profesionalidad de este personal.

Fire Watch General Safety Fatality File

Worker Dies During Hot Work

In November 2011, two contractors at the E. I. DuPont De Nemours Co. located in Buffalo, New York, were performing welding atop a 10,000-gallon slurry tank when hot sparks ignited flammable vapors, causing an explosion that killed one contractor and seriously injured another.

The CSB's final report and safety video, entitled "Hot Work: Hidden Hazards," were released at an April 19, 2012, public meeting.

A primary cause of the blast was established by the CSB as the failure of the company to require that the interior of storage tanks—on which hot work was to be performed—be monitored for flammable vapor.

The CSB issued a recommendation urging DuPont to require monitoring inside and around storage tanks prior to performing any hot work.

Fire Watch General Safety Fatality File – Spanish

Muere un trabajador durante un trabajo en caliente

En noviembre de 2011, dos contratistas de la empresa E. I. DuPont De Nemours Co. ubicada en Buffalo, Nueva York, realizaban trabajos de soldadura sobre un tanque de lodo de 10.000 galones cuando las chispas calientes encendieron vapores inflamables, provocando una explosión que mató a un contratista e hirió gravemente a otro.

El informe final de la CSB y el vídeo de seguridad, titulado “Hot Work: Hidden Hazards”, se dieron a conocer en una reunión pública celebrada el 19 de abril de 2012.

La CSB determinó que una de las causas principales de la explosión fue que la empresa no exigió que se controlara el interior de los tanques de almacenamiento en los que se iban a realizar trabajos en caliente para detectar vapores inflamables.

La CSB emitió una recomendación en la que instaba a DuPont a exigir la supervisión del interior y los alrededores de los tanques de almacenamiento antes de realizar cualquier trabajo en caliente.

Fire Watch General Safety Stats and Facts

FACTS

HOT WORK WILL BE OCCURRING IN THE BUILDING

1. While “hot work” is most typically associated with welding and cutting, it can mean any type of work that produces a spark or flame, including using a torch or grinding. Hot work

is leading cause of industrial fires.

2. Hot work can throw sparks and molten material more than 35 feet during welding, cutting, and grinding. These sparks and hot slag typically burning above 1,000F—more than enough to easily ignite paper, wood, flammable liquids, vapors, and any other combustibles in the area.
3. There are few locations in the average facility that consistently lack combustible materials within 35 feet in all directions. Cracks in floor openings and ducts can transmit sparks to hidden locations as well. The intense heat generated by hot work can also ignite nearby combustibles, such as walls with combustible coverings or insulation.

STATS

- U.S. fire departments responded to an average of 4,630 structure fires involving hot work per year in 2013-2017. These fires caused an average of 15 civilian deaths, 198 civilian injuries and \$355 million in direct property damage per year.
- Forty-three percent of the fires involving hot work in 2013-2017 occurred in or on homes, including one or two-family homes and apartments or other multi-family homes, while 57 percent occurred in or on non-home properties.
- Welding torches ranked first among the type of hot work equipment involved in fires with 36 percent of the fires. The leading types of hot work equipment involved in structure fires were different in homes than in non-home properties.
- The peak areas for home fires involving hot work were wall assemblies or concealed spaces (16 percent), and bathrooms or lavatories (13 percent). Exterior roof surfaces (12 percent) and processing or manufacturing areas (11 percent) were peak for non-home fires.
- From 2001-2018, five firefighters were fatally injured in four unintentional fires started by torches.

Fire Watch General Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

SE REALIZARÁN TRABAJOS EN CALIENTE EN EL EDIFICIO

1. Aunque el “trabajo en caliente” se asocia normalmente con la soldadura y el corte, puede significar cualquier tipo de trabajo que produzca una chispa o una llama, incluido el uso de un soplete o una rejilla. El trabajo en caliente es la principal causa de los incendios industriales.
2. El trabajo en caliente puede lanzar chispas y material fundido a más de 35 pies durante la soldadura, el corte y el esmerilado. Estas chispas y la escoria caliente suelen arder por encima de los 1.000F -más que suficiente para encender fácilmente el papel, la madera, los líquidos inflamables, los vapores y cualquier otro combustible en la zona.
3. Hay pocos lugares en una instalación media que carezcan sistemáticamente de materiales combustibles en un radio de 35 pies en todas las direcciones. Las grietas en las aberturas del suelo y los conductos pueden transmitir chispas a lugares ocultos también. El intenso calor generado por el trabajo en caliente también puede encender los combustibles cercanos, como las paredes con revestimientos o aislamientos combustibles.

ESTADÍSTICAS

- Los departamentos de bomberos de Estados Unidos respondieron a una media de 4.630 incendios de estructuras que implicaban trabajos en caliente por año en 2013-2017. Estos incendios causaron una media de 15 muertes de civiles, 198 lesiones de

civiles y 355 millones de dólares en daños materiales directos al año.

- El 43% de los incendios relacionados con trabajos en caliente entre 2013 y 2017 se produjeron en o sobre viviendas, incluidas las viviendas unifamiliares o bifamiliares y los apartamentos u otras viviendas multifamiliares, mientras que el 57% se produjeron en o sobre propiedades que no son viviendas.
- Los sopletes de soldadura ocuparon el primer lugar entre el tipo de equipo de trabajo caliente involucrado en los incendios con el 36 por ciento de los incendios. Los principales tipos de equipos de trabajo caliente implicados en los incendios de estructuras fueron diferentes en los hogares que en las propiedades no residenciales.
- Las áreas más importantes en las que se produjeron incendios en viviendas con trabajos calientes fueron los conjuntos de paredes o espacios ocultos (16%) y los baños o lavabos (13%). Las superficies exteriores de los tejados (12 por ciento) y las áreas de procesamiento o fabricación (11 por ciento) fueron los picos de los incendios no domésticos.
- Entre 2001 y 2018, cinco bomberos resultaron heridos de muerte en cuatro incendios no intencionados iniciados por sopletes.