

Ladder Safety Meeting Kit

Ladder Use General Safety Talk

Ladders are an essential tool on many job sites and at home across the United States. Because of their wide spread use and the inherent danger of working at heights, they are responsible for a significant number of injuries both on and off the job. Understanding the hazards of using a ladder, following the necessary safe work practices, and avoiding complacency can be a life saver.

4 Main Types of Ladder Accidents: Ladder accidents are extremely common even though they are entirely preventable. Ladder accidents can come from a wide variety of issues but the **following four causes** account for the vast majority. If these simple loss prevention tips for each cause are followed, ladder accidents could almost be eliminated.

1. **Selecting the Wrong Type of Ladder:** Like most other jobs, choosing the right tool can make all the difference when it comes to safety and this is the same for ladders. One thing to consider when selecting an appropriate ladder is the ladder's weight capacity. Each ladder is designed to support a maximum weight limit and if the climber exceeds that limit the ladder could break and cause the user to fall or become injured.
2. **Using Worn or Damaged Ladders:** Another common contributing factor to ladder accidents is the use of old, worn, or damaged ladders. Like everything else, ladders have a shelf life; after a couple of years the stress of being climbed up and down on causes ladders to break down. Damaged ladders are extremely dangerous as they can easily break while being used and cause serious injuries.
3. **Incorrect Use of Ladders:** Human error is by far the leading cause of ladder accidents. Never use a ladder in any other way than what the manufacturer intended it to be used for. Also, do not lengthen or alter a ladder in any way.

While using a ladder always maintain 3 points of contact with the ladder to ensure stability. Also, never attempt to reach for something while on the ladder. It is much safer to get off the ladder, move it, and then climb back up.

4. **Incorrect Placement of Ladders:** A good practice to ensure a ladder is secure is to always have a helper support the base while a ladder is being used. If the ladder can not be held by someone else, make sure it has an appropriate foot to prevent it from slipping. The feet of the ladder can be staked if you are using a ladder outside and no one is available to support the feet of the ladder.

BEST LADDER WORK PRACTICES

- Read and follow all labels/markings on the ladder.
- Avoid electrical hazards. Look for overhead power lines before handling a ladder. Avoid using a metal ladder near power lines or exposed energized electrical equipment.
- Always inspect the ladder prior to using it. If the ladder is damaged, remove it from service and tag it until repaired or discarded.
- Always maintain a three-point (two hands and a foot, or two feet and a hand) contact on the ladder when climbing. Keep your body near the middle of the step, and always face the ladder while climbing.
- Only use ladders and appropriate accessories (ladder levelers, jacks or hooks) for their designed purposes.
- Ladders must be free of any slippery material on the rungs, steps, or feet.
- Do not use a self-supporting ladder (e.g., step ladder) as a single ladder or in a partially closed position.
- Do not use the top step/rung of a ladder as a step/rung unless it was designed for that purpose.
- Use a ladder only on a stable and level surface, unless it has been secured (top or bottom) to prevent displacement.
- Do not place a ladder on boxes, barrels, or other unstable bases to obtain additional height.
- Do not move or shift a ladder while a person or equipment is

on the ladder.

- An extension or straight ladder used to access an elevated surface must extend at least three feet above the point of support. Do not stand on the three top rungs of a straight, single, or extension ladder.
- The proper angle for setting up a ladder is to place its base a quarter of the working length of the ladder from the wall or other vertical surface.
- A ladder placed in any location where it can be displaced by other work activities must be secured to prevent displacement, or erect a barricade to keep traffic away from the ladder.
- Be sure that all locks on an extension ladder are properly engaged.
- Do not exceed the maximum load rating of a ladder. Be aware of the ladder's load rating and of the weight it is supporting, including the weight of any tools or equipment.
- Only use ladders for their designed purpose.
- Make sure you're using the right type of ladder for the job.
- Make sure that your shoes are clean of any substances which could cause you to slip.
- Protect your ladder at the base to prevent people or objects bumping into it.
- Do not carry objects that could cause loss of balance.
- Avoid using the ladder if you feel dizzy or tired or are impaired.
- If using a ladder outside, do not use in windy or inclement weather.
- Make certain the ladder is free of grease, oil, mud and other sticky or slippery materials.
- Wear slip-resistant shoes with clean soles for maximum traction.
- Face the ladder and always grip the rungs, not the side rails.
- Extension ladders should extend 3 feet above the roof or platform you're trying to reach.
- Do not stand higher than the step indicated on the label marking the highest standing level.

- Don't lean or overreach; reposition the ladder instead.
- Do not move the ladder while in use.
- Take your time when climbing down so you don't skip any steps.

FINAL WORD

Ladders are used at home and the workplace. People who use them at home often do not use ladders in the workplace; rules at home are often more relaxed than in the workplace. Using a ladder improperly causes many accidents resulting in injuries and even death.

Ladder Safety Stats and Facts

FACTS

1. Falls from ladders are the leading cause of deaths on construction sites.
2. Over the past decade, the number of people who have died from falls from ladders has tripled.
3. Falls from ladders are the leading cause of ladder-related injuries, followed by using a ladder improperly, using a faulty or defective ladder, and simple carelessness.
4. Ladders are available in many forms ranging from: attic ladders, orchard ladders, and roof ladders to sectional ladders, cat ladders, Christmas tree ladders,
5. There are 4 main types of ladder injuries. These include injuries related to: selecting the wrong type of ladder, using worn/damaged ladders, using ladders incorrectly, and placing ladders incorrectly.

STATS

- According to the World Health Organization, the United States leads the world in ladder deaths. Each year, there are more than 164,000 emergency room-treated injuries and 300 deaths in the U.S. that are caused by falls from ladders.
 - Most ladder deaths are from falls of 10 feet or less.
 - More than 500,000 people receive emergency room treatment from ladder-related injuries every year.
 - More than 300 of these falls end up being fatal.
 - According the Bureau of Labor Statistics, 50% of all ladder-related accidents were due to individuals carrying items as they climbed.
 - Over the last 10 years the amount of ladder-related injuries has increased 50%.
 - OSHA believes 100% of all ladder accidents could be prevented if proper attention to equipment and climber training were provided.
 - These deaths account for 15% of all occupational deaths.
 - Elevated falls account for almost 700 occupational deaths annually.
 - More than 90,000 people receive emergency room treatment from ladder-related injuries every year.
 - The most common type of ladder-related injury, with 32%, is fractures.
 - According to the Bureau of Labor Statistics, at least 50 percent of ladder-related accidents were due to individuals carrying items while they climbed. Additionally, each year, more than 900,000 people receive emergency room treatment from ladder-related injuries.
-

Ladder Safety Fatality Report

Ladder Fatality from Fall

On Friday, Aug. 25, 2017, four gutter installation specialists arrived on the construction site of a new private residence for the purpose of installing gutters. This was their first day on the site. At approximately 11:00 a.m., the victim and a co-worker gathered two, 16 ft. aluminum extension ladders and approached the front porch.

The workers set up the first ladder on the side of the house in order to access the porch roof. The two then worked together to carry the second ladder up to the porch roof, where they positioned it in order to take measurements of the house roof. The victim ascended the second ladder while his coworker held the base of it in order to keep it in place.

The victim took measurements and verbally communicated the results to the owner of the company who was located on the ground below.

In an interview with the coworker who was holding the ladder, he stated that as the victim completed his measurements and began descending the ladder that was placed on the porch roof, the steep angle of the porch roof caused the base of the ladder to 'kick out' and strike the employee who was holding the ladder. This resulted in the victim, the coworker and ladder all falling 10 ft. 9 in. from the porch roof to the ground below.

As the incident occurred, the owner of the company stated that he had his back turned away from the house and was walking away in order to cut the guttering material when he heard the noise behind him. As he turned, he observed the two employees and the ladder on the ground.

The coworker was uninjured, but the victim had landed on his head and neck area, and was unresponsive. The owner of the company rushed to the victim and called 911. Emergency services arrived within five minutes of the call and transported the victim to a local hospital where he was pronounced dead at 3:13 p.m. the same

day.

Cause of Death

The cause of death was blunt force head and torso injuries due to a fall from height.

Ladder Safety – Picture This



What is wrong in this picture? There is a guy trying to climb one more step but the position of his ladder is so bad that there is a high percentage of him falling without realizing it.

When climbing a ladder, it is safest to utilize Three Points-of-Contact because it minimizes the chances of slipping and falling from the ladder. At all times during ascent, descent, and working, the climber must face the ladder and have two hands and one foot, or two feet and one hand in contact with the ladder steps, rungs and/or side rails. In this way, the climber is not likely to become unstable in the event one limb slips during the climb. It is important to note that the climber must not carry any objects in either hand that can interfere with a firm grip on the ladder.

Ladder Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Charla de seguridad general sobre el uso de las escaleras

Las escaleras son una herramienta esencial en muchos lugares de trabajo y en el hogar en todo Estados Unidos. Debido a su amplio uso y al peligro inherente al trabajo en altura, son responsables de un número significativo de lesiones tanto dentro como fuera del trabajo. Entender los peligros de usar una escalera, seguir las prácticas de trabajo seguras necesarias y evitar la complacencia puede salvar vidas.

CUÁL ES EL PELIGRO

4 tipos principales de accidentes con escaleras: Los accidentes con escaleras son extremadamente comunes, aunque son totalmente prevenibles. Los accidentes con escaleras pueden deberse a una gran variedad de problemas, pero las siguientes cuatro causas representan la gran mayoría. Si se siguen estos sencillos consejos

de prevención de pérdidas para cada una de las causas, los accidentes de escalera podrían casi eliminarse.

1. **Elegir el tipo de escalera equivocado:** Al igual que en la mayoría de los trabajos, la elección de la herramienta adecuada puede marcar la diferencia en lo que respecta a la seguridad, y lo mismo ocurre con las escaleras. Una de las cosas que hay que tener en cuenta a la hora de seleccionar una escalera adecuada es la capacidad de peso de esta. Cada escalera está diseñada para soportar un límite de peso máximo y si el escalador supera ese límite, la escalera podría romperse y hacer que el usuario se caiga o se lesione.
2. **Utilizar escaleras desgastadas o dañadas:** Otro factor común que contribuye a los accidentes con escaleras es el uso de escaleras viejas, desgastadas o dañadas. Como todo lo demás, las escaleras tienen una vida útil; después de un par de años, el estrés de ser subido y bajado hace que las escaleras se rompan. Las escaleras dañadas son extremadamente peligrosas, ya que pueden romperse fácilmente mientras se utilizan y causar graves lesiones.
3. **Uso incorrecto de las escaleras:** El error humano es, con mucho, la principal causa de los accidentes con escaleras. No utilice nunca una escalera de forma distinta a la prevista por el fabricante. Además, no alargue ni modifique una escalera de ninguna manera.
4. Cuando utilice una escalera, mantenga siempre tres puntos de contacto con ella para garantizar la estabilidad. Además, nunca intente alcanzar algo mientras está en la escalera. Es mucho más seguro bajarse de la escalera, moverla y volver a subirse.
5. **Colocación incorrecta de las escaleras:** Una buena práctica para asegurarse de que una escalera es segura es tener siempre un ayudante que sostenga la base mientras se utiliza la escalera. Si la escalera no puede ser sostenida por otra persona, asegúrese de que tiene un pie apropiado para evitar que se deslice. Los pies de la escalera se pueden fijar con estacas si está utilizando una escalera en el exterior y no hay nadie disponible para apoyar los pies de la escalera.

COMO PROTEGERSE

MEJORES PRÁCTICAS DE TRABAJO CON ESCALERAS

- Lea y siga todas las etiquetas/marcas de la escalera.
- Evite los riesgos eléctricos. Busque líneas eléctricas aéreas antes de manipular una escalera. Evite utilizar una escalera metálica cerca de líneas eléctricas o de equipos eléctricos expuestos.
- Inspeccione siempre la escalera antes de utilizarla. Si la escalera está dañada, retírela del servicio y etiquétela hasta que sea reparada o desechada.
- Mantenga siempre un contacto de tres puntos (dos manos y un pie, o dos pies y una mano) en la escalera al subir. Mantenga su cuerpo cerca del centro del peldaño, y siempre de cara a la escalera mientras sube.
- Utilice las escaleras y los accesorios adecuados (niveladores de escaleras, gatos o ganchos) únicamente para los fines previstos.
- Las escaleras deben estar libres de cualquier material resbaladizo en los peldaños, escalones o pies.
- No utilice una escalera autoportante (por ejemplo, una escalera de mano) como una escalera simple o en una posición parcialmente cerrada.
- No utilices el peldaño superior de una escalera como peldaño a no ser que haya sido diseñada para ello.
- Utilice una escalera sólo en una superficie estable y nivelada, a menos que haya sido asegurada (arriba o abajo) para evitar su desplazamiento.
- No coloque una escalera sobre cajas, barriles u otras bases inestables para obtener una altura adicional.
- No mueva o desplace una escalera mientras haya una persona o un equipo en ella.
- Una escalera de extensión o recta utilizada para acceder a una superficie elevada debe extenderse al menos tres pies por encima del punto de apoyo. No se sitúe en los tres peldaños superiores de una escalera recta, simple o de extensión.

- El ángulo adecuado para colocar una escalera es situar su base a un cuarto de la longitud de trabajo de la escalera desde la pared u otra superficie vertical.
- Una escalera colocada en cualquier lugar donde pueda ser desplazada por otras actividades de trabajo debe ser asegurada para evitar su desplazamiento, o erigir una barricada para mantener el tráfico alejado de la escalera.
- Asegúrese de que todos los cierres de una escalera extensible están bien enganchados.
- No supere la capacidad de carga máxima de la escalera. Sea consciente de la capacidad de carga de la escalera y del peso que soporta, incluyendo el peso de cualquier herramienta o equipo.
- Utilice las escaleras únicamente para el fin para el que han sido diseñadas.
- Asegúrese de que utilizas el tipo de escalera adecuado para el trabajo.
- Asegúrese de que tus zapatos están limpios de cualquier sustancia que pueda hacerte resbalar.
- Proteja su escalera en la base para evitar que personas u objetos choquen con ella.
- No lleve objetos que puedan hacer perder el equilibrio.
- Evite utilizar la escalera si te sientes mareado o cansancio o está indispuesto.
- Si utiliza una escalera en el exterior, no la utilice cuando haya viento o mal tiempo.
- Asegúrese de que la escalera este libre de grasa, aceite, barro y otros materiales pegajosos o resbaladizos.
- Use zapatos antideslizantes con suelas limpias para una máxima tracción.
- Colóquese de cara a la escalera y agárrese siempre a los peldaños, no a los raíles laterales.
- Las escaleras de extensión deben extenderse 3 pies por encima del techo o la plataforma que está tratando de alcanzar.
- No se sitúe a una altura superior a la indicada en la etiqueta que marca el nivel más alto para estar de pie.
- No se incline ni se extienda en exceso; en su lugar, cambie

la posición de la escalera.

- No mueva la escalera mientras la esté utilizando.
- Tómese tu tiempo al bajar para no saltarse ningún escalón.

CONCLUSIÓN

Las escaleras se utilizan en casa y en el lugar de trabajo. Las personas que las usan en casa no suelen utilizar las escaleras en el lugar de trabajo; las normas en casa suelen ser más relajadas que en el lugar de trabajo. El uso inadecuado de una escalera provoca muchos accidentes con resultado de lesiones e incluso de muerte.

Ladder Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Las caídas desde escaleras son la principal causa de muerte en las obras de construcción.
2. En la última década se ha triplicado el número de personas que han muerto por caídas desde escaleras de mano.
3. Las caídas desde escaleras son la principal causa de lesiones relacionadas con las mismas, seguidas por el uso inadecuado de la escalera, el uso de una escalera defectuosa y el simple descuido.
4. Las escaleras están disponibles en muchas formas que van desde: escaleras de ático, escaleras de huerto y escaleras de tejado hasta escaleras seccionales, escaleras para gatos y escaleras para árboles de Navidad,
5. Hay cuatro tipos principales de lesiones por escaleras. Se trata de lesiones relacionadas con: la selección de un tipo

de escalera incorrecto, el uso de escaleras desgastadas o dañadas, el uso incorrecto de las escaleras y la colocación incorrecta de las mismas.

ESTADÍSTICAS

- Según la Organización Mundial de la Salud, Estados Unidos está a la cabeza del mundo en muertes por caídas desde escaleras. Cada año se producen más de 164.000 lesiones tratadas en urgencias y 300 muertes en Estados Unidos por caídas desde escaleras.
- La mayoría de las muertes por escaleras se producen por caídas de 3 metros o menos.
- Más de 500.000 personas reciben tratamiento en urgencias por lesiones relacionadas con escaleras cada año.
- Más de 300 de estas caídas acaban siendo mortales.
- Según la Oficina de Estadísticas Laborales, el 50% de todos los accidentes relacionados con escaleras se debieron a personas que llevaban objetos mientras subían.
- En los últimos 10 años, la cantidad de lesiones relacionadas con escaleras ha aumentado un 50%.
- OSHA cree que el 100% de los accidentes con escaleras podrían evitarse si se prestara la debida atención al equipo y a la formación de los escaladores.
- Estas muertes representan el 15% de todas las muertes laborales.
- Las caídas en altura suponen casi 700 muertes laborales al año.
- Más de 90.000 personas reciben tratamiento en urgencias por lesiones relacionadas con escaleras cada año.
- El tipo más común de lesiones relacionadas con escaleras, con un 32%, son las fracturas.
- Según la Oficina de Estadísticas Laborales, al menos el 50% de los accidentes relacionados con escaleras se debieron a que las personas cargaban con objetos mientras subían. Además, cada año, más de 900.000 personas reciben tratamiento en urgencias por lesiones relacionadas con escaleras.

Ladder Safety Fatality Report – Spanish

Víctima mortal de una escalera por caída.

El viernes 25 de agosto de 2017, cuatro especialistas en la instalación de canalones llegaron a la obra de una nueva residencia privada con el fin de instalar canalones. Este era su primer día en la obra. Aproximadamente a las 11:00 a.m., la víctima y un compañero de trabajo reunieron dos escaleras de extensión de aluminio de 16 pies y se acercaron al porche delantero.

Los trabajadores colocaron la primera escalera en el lateral de la casa para acceder al tejado del porche. A continuación, ambos trabajaron juntos para llevar la segunda escalera hasta el tejado del porche, donde la colocaron para tomar medidas del tejado de la casa. La víctima subió la segunda escalera mientras su compañero de trabajo la sujetaba por la base para mantenerla en su sitio.

La víctima tomó las medidas y comunicó verbalmente los resultados al propietario de la empresa, que se encontraba en el suelo.

En una entrevista con el compañero de trabajo que sujetaba la escalera, éste declaró que cuando la víctima terminó sus mediciones y comenzó a descender la escalera que estaba colocada en el techo del porche, el ángulo pronunciado del techo del porche hizo que la base de la escalera “saliera disparada” y golpeará al empleado que la sujetaba. Esto provocó que la víctima, el compañero de trabajo y la escalera cayeran desde el techo del porche hasta el suelo.

Cuando se produjo el incidente, el propietario de la empresa declaró que estaba de espaldas a la casa y se alejaba para cortar el material de los canalones cuando oyó el ruido a su espalda. Al girarse, observó a los dos empleados y la escalera en el suelo.

El compañero de trabajo no estaba herido, pero la víctima había caído sobre la zona de la cabeza y el cuello, y no respondía. El propietario de la empresa corrió hacia la víctima y llamó al 911. Los servicios de emergencia llegaron a los cinco minutos de la llamada y trasladaron a la víctima a un hospital local, donde fue declarada muerta a las 15:13 horas del mismo día.

Causa de la muerte

La causa de la muerte fueron las lesiones en la cabeza y el torso provocadas por una caída de altura.

Ladder Safety – Picture This – Spanish



¿Qué hay de malo en esta foto? Hay un tipo intentando subir un peldaño más, pero la posición de su escalera es tan mala que hay un alto porcentaje de que se caiga sin darse cuenta.

Al subir una escalera, lo más seguro es utilizar los Tres Puntos de Contacto, ya que se minimizan las posibilidades de resbalar y caer de la escalera. En todo momento, durante el ascenso, el descenso y el trabajo, el escalador debe estar de cara a la escalera y tener dos manos y un pie, o dos pies y una mano en contacto con los peldaños, los peldaños y/o los raíles laterales de la escalera. De esta manera, el escalador no puede quedar inestable en caso de que una extremidad resbale durante el ascenso. Es importante tener en cuenta que el escalador no debe llevar ningún objeto en ninguna de sus manos que pueda interferir con el agarre firme de la escalera.

Report All Injuries Meeting Kit

IMPORTANCE OF ALL INJURIES

Work-related incidents are tracked and investigated so that preventative measures can be implemented. The information contained in the reports is essential to maintain successful safety programs. The facts are necessary to develop procedures that can control both the conditions and acts that contribute to incidents.

We are all trained to report any near misses, injuries, or incidents to a supervisor or safety representative. Often times however many of these incidents, especially first aid type injuries, are not reported. Injuries are not reported because of many different reasons, but it is important to understand why all of them need to be.

Reasons Why Incidents Go Unreported

There are many reasons why incidents such as property damage, near misses, spills, and injuries go unreported. A major reason is often the individual's pride. Most people do not want to admit their mistakes to others, especially at work. They may also fear the outcome from sharing what occurred with a supervisor. This fear may come from being afraid of being disciplined, what others think, or the repercussions from the incident. Another reason a person may not want to report an incident is because of the paperwork or energy involved in doing so. There are many other reasons why an individual may not want to share what happened to them, but this should never be the case.

Why it is Important to Report Injuries

There are many reasons why you should report any type of injury,

no matter the severity. The most important reason is to make sure the situation or hazard is made safe for not only yourself, but the others at the worksite. Another reason is to further share your experience or the lessons learned from the incident with others to prevent it from occurring in the future.

Minor Injuries

With injuries, even just minor ones, it is important to get them looked at by a supervisor or safety representative. While many injuries, such as a small cut or an insect sting, may not seem like a big deal they can turn into one.

Example

You are bit by some type of insect on a Friday afternoon at work, but decide not to tell anyone for various reasons. You leave work and are home for a few hours when you notice that the bite area is beginning to swell up. Along with the swelling, you notice that you have hives and are having trouble breathing. You realize it is a serious allergic reaction and need medical attention. You tell the doctor you were bit or stung at work and the treatment he gives you ends up being considered “medical attention”. Because it happened at work and you needed medical attention beyond first aid it is now an OSHA recordable injury.

In this situation there are a few problems since the injury was not reported to someone at work immediately.

1. There is no record or witness to it happening at work which could raise concern by the employer whether or not the injury occurred at work. This may end up in a drawn out dispute since there has been many people in the past who have faked or had injuries off the job, but stated it occurred at work in an attempt for it to be paid through worker's compensation.
2. If the injury was reported immediately someone may have been able to recognize that it may develop into an allergic reaction. There could have been options for first aid instead of medical treatment to treat the issue before it

worsened which would have saved you a trip to the hospital and the company an OSHA recordable.

STEPS IN REPORTING AN ACCIDENT AT WORK

You may not be able to prevent accidents from happening at work but, if they do happen, you must handle them in a manner that satisfies your obligations.

Generally, you should to complete an incident report form for every incident however minor, and keep a record of every workplace accident. At a minimum, this must be available at all times, and each report should contain the following information:

- Name of injured worker/s.
- Worker's occupation or job title at the time of the injury.
- Worker's age at the time of the injury.
- Time and date of injury.
- The nature of the industry in which the injury was sustained.
- Exact location of the worker at the time of injury.
- Exact description of how the injury was sustained (cause).
- If any treatment was provided to the injured, and if so, what kind of treatment.
- Nature of injury and the body part/s affected.
- Names of people who witnessed the incident take place.
- Date of entry in the register.
- Name of person making the entry.

You must also review the incident to find out whether there are steps you could take to stop it from happening again. A serious injury, or risk to plant and equipment, will need a more in-depth health and safety investigation.

FINAL WORD

All injuries need to be reported, no matter how small. Not only does it protect you, but it also protects the company as a whole

by possibly preventing a first aid injury developing into an OSHA recordable. You never know when something that seems minor in nature will develop into something more serious. There are always lessons that can be learned, even from just minor injuries, to prevent others from occurring in the future.

Report All Injuries Stats and Facts

FACTS

There are three basic classes of information obtainable by means of accident recording:

1. Information identifying where the accidents occur – that is, sectors, trades, work processes and so on. This knowledge can be used to determine where preventive action is needed.
2. Information showing how the accidents occur, the situations in which they occur and the ways in which the injuries come about. This knowledge can be used to determine the type of preventive action needed.
3. Information relating to the nature and seriousness of the injuries, describing, for example, the parts of the body affected and the health consequences of the injuries. Such knowledge is to be used for prioritizing preventive action in order to ensure that action is taken where the risk is highest.

STATS

- Private industry employers reported 2.8 million nonfatal workplace injuries and illnesses in 2019, unchanged from 2018, the Bureau of Labor Statistics reported today. These

estimates are from the Survey of Occupational Injuries and Illnesses (SOII).

- In 2019, the incidence rate of total recordable cases (TRC) in private industry was 2.8 cases per 100 fulltime equivalent (FTE) workers, which was the rate reported in 2018 and 2017. The incidence rate of days away from work (DAFW) cases was 0.9 cases per 100 FTE workers and the incidence rate of days of job transfer and restriction only (DJTR) cases was 0.7 cases per 100 FTE workers, which were the rates reported in 2018.
- There were 888,220 nonfatal injuries and illnesses that caused a private industry worker to miss at least one day of work in 2019, essentially unchanged from 2018.
- 5,333 workers died on the job in 2019 (3.5 per 100,000 full-time equivalent workers) – on average, more than 100 a week or about 15 deaths every day. About 20% (1,061) of worker fatalities in private industry in calendar year 2019 were in construction – accounting for one in five worker deaths for the year.
- In order from the most job-related injuries to least, BLS's workplace injury statistics for 2019 indicated that the 10 most-dangerous occupations for workers (excluding fatal injuries) in the prior year were as follows:
 - Health care and social assistance (544,800 workplace injuries and 32,700 workplace illnesses)
 - Retail trade (401,100 workplace injuries and 8,800 workplace illnesses)
 - Manufacturing (395,300 workplace injuries and 35,000 workplace illnesses)
 - Accommodation and food services (271,000 workplace injuries and 7,600 workplace illnesses)
 - Transportation and warehousing (213,100 workplace injuries and 8,300 workplace illnesses)
 - Construction (195,600 workplace injuries and 3,600 workplace illnesses)
 - Wholesale trade (157,100 workplace injuries and 3,700 workplace illnesses)
 - Administrative and waste services (112,800 workplace

injuries and 5,800 workplace illnesses)

- Other services (except public administration) (70,800 workplace injuries and 1,900 workplace illnesses)
- Professional and technical services (66,100 workplace injuries and 4,400 workplace illnesses).

Report All Injuries Fatality Report

Maine Man Dies in Work Accident When Scissor Lift Tips Over

Police in Maine said a man died in a workplace accident in which a scissor lift he was using tipped over at a job site.

The accident killed James Thompson, 58, of Yarmouth, police said. Thompson was painting the inside of a garage at Atlantic Motorcar Center in Wiscasset from a 12-foot scissor lift when a garage door opened and hit the lift's cage, the Portland Press Herald reported.

Police said Thompson died at the scene on Friday. He had been employed by Theodore Logan & Son Inc. of Portland.

The Occupational Safety and Health Administration and Lincoln County District Attorney's Office are both responding to Thompson's death, police said.

Report All Injuries – Picture

This



Source: <https://blog.employmenthub.co>

Report All Injuries Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

IMPORTANCIA DE TODAS LAS LESIONES

Los incidentes relacionados con el trabajo se rastrean e investigan para poder aplicar medidas preventivas. La información contenida en los informes es esencial para mantener el éxito de los programas de seguridad. Los hechos son necesarios para desarrollar procedimientos que puedan controlar tanto las condiciones como los actos que contribuyen a los incidentes.

Todos estamos formados para informar de cualquier casi accidente, lesión o incidente a un supervisor o representante de seguridad. Sin embargo, a menudo muchos de estos incidentes, especialmente las lesiones del tipo de primeros auxilios, no se notifican. Las lesiones no se notifican por muchas razones diferentes, pero es importante entender por qué todas ellas deben serlo.

CUÁL ES EL PELIGRO

Razones por las que no se notifican los incidentes

Hay muchas razones por las que no se notifican incidentes como daños a la propiedad, cuasi accidentes, derrames y lesiones. Una de las principales razones suele ser el orgullo del individuo. La mayoría de las personas no quieren admitir sus errores ante los demás, especialmente en el trabajo. También pueden temer el resultado de compartir lo ocurrido con un supervisor. Este miedo puede provenir del temor a ser disciplinado, a lo que piensen los demás o a las repercusiones del incidente. Otra razón por la que una persona puede no querer denunciar un incidente es por el papeleo o la energía que supone hacerlo. Hay muchas otras razones por las que una persona puede no querer compartir lo que le ha sucedido, pero este no debería ser nunca el caso.

Por qué es importante notificar las lesiones

Hay muchas razones por las que se debe informar de cualquier tipo de lesión, independientemente de su gravedad. La razón más importante es asegurarse de que la situación o el peligro se hace

seguro no sólo para usted, sino para los demás en el lugar de trabajo. Otra razón es compartir su experiencia o las lecciones aprendidas del incidente con otros para evitar que ocurra en el futuro.

Lesiones leves

En el caso de las lesiones, aunque sean leves, es importante que las examine un supervisor o un representante de seguridad. Aunque muchas lesiones, como un pequeño corte o una picadura de insecto, pueden no parecer un gran problema, pueden convertirse en uno.

Ejemplo

Le pica algún tipo de insecto un viernes por la tarde en el trabajo, pero decide no decírselo a nadie por diversas razones. Sale del trabajo y está en casa durante unas horas cuando nota que la zona de la picadura empieza a hincharse. Junto con la hinchazón, nota que tiene urticaria y que le cuesta respirar. Se da cuenta de que es una reacción alérgica grave y necesita atención médica. Le dice al médico que le han mordido o picado en el trabajo y el tratamiento que te da acaba considerándose “atención médica”. Como ha ocurrido en el trabajo y has necesitado atención médica más allá de los primeros auxilios, ahora es una lesión registrable por la OSHA.

En esta situación hay algunos problemas, ya que la lesión no se comunicó a alguien del trabajo inmediatamente.

1. No hay ningún registro o testigo de que haya ocurrido en el trabajo, lo que podría hacer que el empleador se preocupara de si la lesión se produjo o no en el trabajo. Esto puede terminar en una disputa prolongada ya que ha habido muchas personas en el pasado que han fingido o tenido lesiones fuera del trabajo, pero declararon que se produjo en el trabajo en un intento de que se pague a través de la compensación del trabajador.
2. Si la lesión se hubiera notificado inmediatamente, alguien

podría haber reconocido que podría convertirse en una reacción alérgica. Podría haber habido opciones de primeros auxilios en lugar de tratamiento médico para tratar el problema antes de que empeorara, lo que le habría ahorrado un viaje al hospital y a la empresa un registro de la OSHA.

COMO PROTEGERSE

PASOS PARA NOTIFICAR UN ACCIDENTE DE TRABAJO

Es posible que no pueda evitar que se produzcan accidentes en el trabajo, pero, si ocurren, debe gestionarlos de manera que satisfaga sus obligaciones.

Por lo general, debe rellenar un formulario de notificación de incidentes, por pequeños que sean, y mantener un registro de todos los accidentes laborales. Como mínimo, debe estar disponible en todo momento, y cada informe debe contener la siguiente información

- Nombre del trabajador o trabajadores accidentados.
- Ocupación o puesto de trabajo del trabajador en el momento de la lesión.
- Edad del trabajador en el momento de la lesión.
- Hora y fecha de la lesión.
- Naturaleza del sector en el que se produjo la lesión.
- Ubicación exacta del trabajador en el momento de la lesión.
- Descripción exacta de cómo se produjo la lesión (causa).
- Si se proporcionó algún tratamiento al lesionado y, en caso afirmativo, qué tipo de tratamiento.
- Naturaleza de la lesión y parte o partes del cuerpo afectadas.
- Nombres de las personas que han presenciado el incidente.
- Fecha de anotación en el registro.
- Nombre de la persona que realiza la anotación.

También debe revisar el incidente para averiguar si hay medidas que pueda tomar para evitar que se repita. Una lesión grave, o un riesgo para las instalaciones y el equipo, requerirá una investigación de salud y seguridad más profunda.

CONCLUSIÓN

Todas las lesiones deben notificarse, por pequeñas que sean. No sólo le protege a usted, sino que también protege a la empresa en su conjunto al evitar que una lesión de primeros auxilios se convierta en una lesión registrable por la OSHA. Nunca se sabe cuándo algo que parece menor se convertirá en algo más serio. Además, siempre hay lecciones que se pueden aprender, incluso de lesiones menores, para evitar que se produzcan otras en el futuro.

Report All Injuries Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Hay tres clases básicas de información que se pueden obtener mediante el registro de accidentes:

1. Información que identifica dónde se producen los accidentes, es decir, sectores, oficios, procesos de trabajo, etc. Este conocimiento puede utilizarse para determinar dónde es necesario adoptar medidas preventivas.
2. Información que muestre cómo se producen los accidentes, las situaciones en las que se producen y la forma en que se producen las lesiones. Este conocimiento puede utilizarse para determinar el tipo de acción preventiva necesaria.
3. Información relativa a la naturaleza y la gravedad de las lesiones, describiendo, por ejemplo, las partes del cuerpo afectadas y las consecuencias para la salud de las lesiones. Este conocimiento debe utilizarse para priorizar la acción preventiva con el fin de garantizar que se actúe allí donde el riesgo es mayor.

ESTADÍSTICAS

- Los empleadores de la industria privada informaron de 2,8 millones de lesiones y enfermedades laborales no mortales en 2019, sin cambios con respecto a 2018, informó hoy la Oficina de Estadísticas Laborales. Estas estimaciones provienen de la Encuesta de Lesiones y Enfermedades Ocupacionales (S0II).
- En 2019, la tasa de incidencia de casos totales registrables (TRC) en la industria privada fue de 2,8 casos por cada 100 trabajadores equivalentes a tiempo completo (FTE), que fue la tasa reportada en 2018 y 2017. La tasa de incidencia de los casos de días fuera del trabajo (DAFW) fue de 0,9 casos por cada 100 trabajadores FTE y la tasa de incidencia de los casos de días de transferencia y restricción de trabajo solamente (DJTR) fue de 0,7 casos por cada 100 trabajadores FTE, que fueron las tasas reportadas en 2018.
- Hubo 888,220 lesiones y enfermedades no mortales que causaron que un trabajador de la industria privada perdiera al menos un día de trabajo en 2019, esencialmente sin cambios desde 2018.
- 333 trabajadores murieron en el trabajo en 2019 (3,5 por cada 100.000 trabajadores equivalentes a tiempo completo) – en promedio, más de 100 a la semana o alrededor de 15 muertes cada día. Alrededor del 20% (1.061) de las muertes de trabajadores en la industria privada en el año natural 2019 fueron en la construcción – representando una de cada cinco muertes de trabajadores para el año.
- En orden de mayor a menor número de lesiones relacionadas con el trabajo, las estadísticas de lesiones en el lugar de trabajo de BLS para 2019 indicaron que las 10 ocupaciones más peligrosas para los trabajadores (excluyendo las lesiones mortales) en el año anterior fueron las siguientes:
 - Atención sanitaria y asistencia social (544.800 lesiones en el lugar de trabajo y 32.700 enfermedades en el lugar de trabajo)
 - Comercio minorista (401.100 lesiones en el lugar de trabajo y 8.800 enfermedades laborales)

- Industria (395.300 accidentes de trabajo y 35.000 enfermedades profesionales)
 - Servicios de alojamiento y alimentación (271.000 accidentes laborales y 7.600 enfermedades laborales)
 - Transporte y almacenamiento (213.100 accidentes de trabajo y 8.300 enfermedades profesionales)
 - Construcción (195.600 accidentes de trabajo y 3.600 enfermedades profesionales)
 - Comercio al por mayor (157.100 accidentes de trabajo y 3.700 enfermedades profesionales)
 - Servicios administrativos y de residuos (112.800 accidentes de trabajo y 5.800 enfermedades profesionales)
 - Otros servicios (excepto administración pública) (70.800 lesiones y 1.900 enfermedades laborales)
 - Servicios profesionales y técnicos (66.100 accidentes de trabajo y 4.400 enfermedades profesionales).
-

Report All Injuries Fatality Report – Spanish

Un hombre de Maine muere en un accidente de trabajo al volcarse un elevador de tijera

La policía de Maine dijo que un hombre murió en un accidente laboral en el que un elevador de tijera que estaba utilizando se volcó en un sitio de trabajo.

El accidente mató a James Thompson, de 58 años, de Yarmouth, dijo la policía. Thompson estaba pintando el interior de un garaje en Atlantic Motorcar Center en Wiscasset desde un elevador de tijera de 12 pies cuando una puerta del garaje se abrió y golpeó la jaula del elevador, informó el Portland Press Herald.

La policía dijo que Thompson murió en el lugar de los hechos el viernes. Había sido empleado por Theodore Logan & Son Inc. de

Portland.

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional y la Oficina del Fiscal del Condado de Lincoln están respondiendo a la muerte de Thompson, dijo la policía.

Report All Injuries – Picture This – Spanish

Durante el turno típico de Target, los trabajadores pueden **enfrentar varios peligro**, en el lugar de trabajo, los cuales incluyen:

AUTOS Y CAMIONES QUE CIRCULAN POR EL ESTACIONAMIENTO DE FORMA NEGLIGENTE E IMPRUDENTE



DEFECTOS Y SUPERFICIES DESIGUALES DEL ESTACIONAMIENTO MIENTRAS SE AYUDA A LOS CLIENTES A SUBIR A SUS AUTOMÓVILES O RECUPERAR CARROS



PISOS MOJADOS DEBIDO A QUE, DERRAMAN PRODUCTOS O GOTEAN UNIDADES DE REFRIGERADOR



SUPERFICIES RESBALADIZAS DE PISOS RECIÉN LIMPIADOS



MERCANCÍA QUE SE CAE



CLIENTES BELIGERANTES



Newsletter – January 2022

- Why Workers Don't Use PPE;
 - Safety Talks on PPE Maintenance, Portable Ladders, Substance Abuse, Stacking & Racking;
 - Fatality Reports;
 - Handling Materials Safely;
 - Why Pretty Good Isn't Good Enough;
 - and more...
-

Respirator Donning, Doffing, and Seal Checks Stats and Facts

FACTS

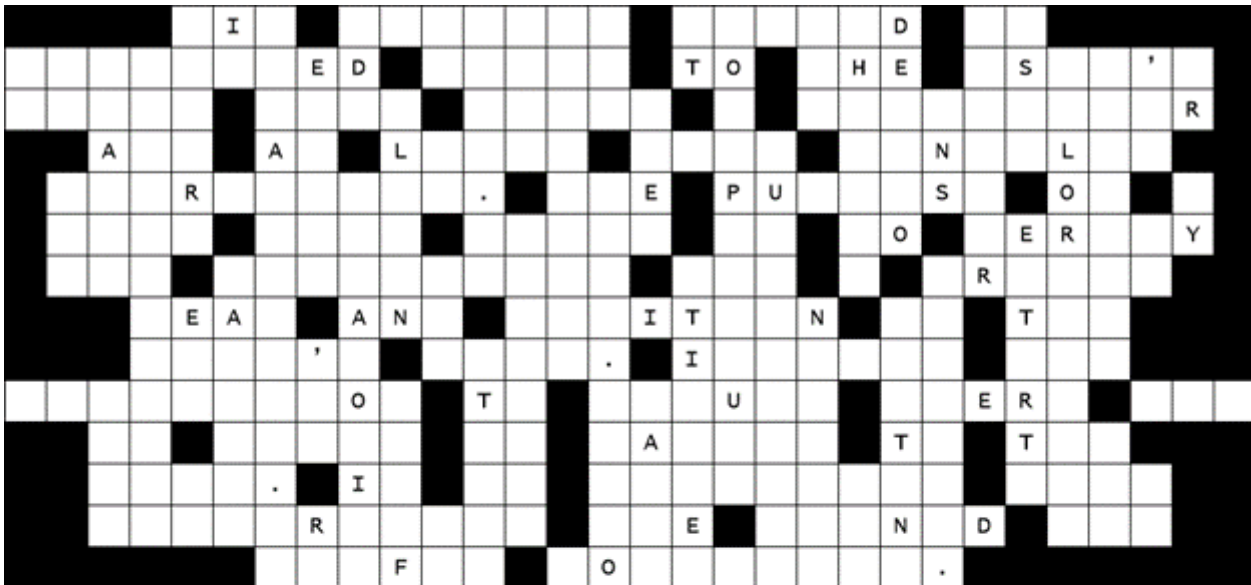
1. Many employees continue to struggle with respiratory protection in the workplace despite an entire industry dedicated to respiratory PPE, air quality monitoring and engineering control techniques.
2. Occupational respiratory mortality is due to years of repeated exposures that eventually result in chronic, terminal respiratory illnesses like silicosis, mesothelioma, pneumoconiosis and other lung diseases. By the time workers are aware of their symptoms, it's often too late.
3. The use of respirators prevents the spread of infectious agents, but leakage hampers its protection.

4. Occupational respiratory disease surveillance is the ongoing, systematic collection, analysis, and dissemination of health and hazard data to monitor the extent and severity of occupationally-related lung disease and related workplace exposures for use in public health education and in disease prevention.

STATS

- NIOSH National Occupational Respiratory Mortality System (NORMS) data shows that between 2006 and 2016, 51,822 U.S. residents died from occupational-related respiratory illnesses. That's an average of more than 5,000 each year. In 2016 alone, occupational-related respiratory illnesses took the lives of 4,500 Americans. That makes occupational respiratory illness the single greatest cause of occupational fatalities.
 - Respiratory exposure to harmful substances rarely results in immediate, on-the-job fatality. In fact, the BLS Census for Fatal Occupational Injuries (CF0I) 2011-2017 shows that in 2016, inhalation of harmful substances resulted in just 39 of the 5,190 on-the-job fatalities recorded that year.
 - The N95 respirator is designed to prevent inhalation of droplets but ill-fitting respirators, the average penetration by ambient aerosol was found to be 33%, compared with 4% for well-fitting respirators.
 - OSHA's Respiratory Protection Standard introduced in 1998 have helped to gradually lower the rate of fatal occupational respiratory illness from greater than 24 per 100,000 workers pre-1998, to around 15 per 100,000 workers by 2016.
-

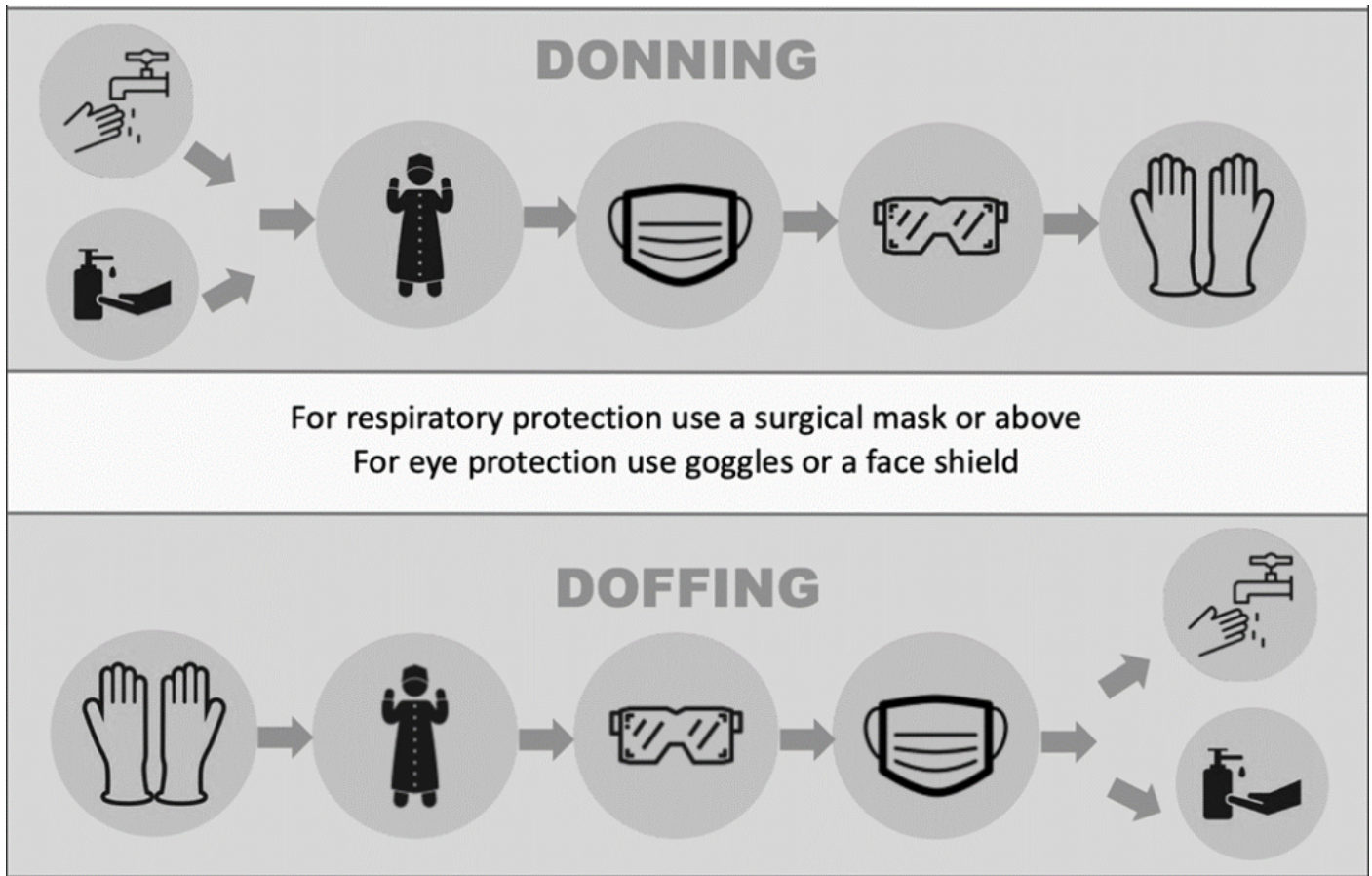
Respirator Donning, Doffing, and Seal Checks Fallen Phrases



F D S
A S T I H C L
N A I H C R I R U L A
S S D R T E S A O E N A O E L H N
S O T R T I M S E D T I R A S E A N H E R
R E S R I A A T F R C O E O S E G R E Y N E E D
T H P S E A S P L E R S O G R H H R T N S P U E H T O
E N E O R E F T E P C S T I K N N D R P N E I T H E Y
T H S I P M T F E D A I E C R S O O T T O T E A H E T
F E M E R E E T A T O A R N A M P A S O A O O B O P F R S
R U R E F K L E S R R O S T S N R I S P A T T V R A I A R
P I R U S T T O R I R U P O D G M C E T E C P U T A E F A E

Fit testing should be performed prior to the user's first time using a respirator and at least once annually thereafter. The purpose of a user seal check is to verify the respirator has a proper seal and position on the user's face. inspect the respirator to ensure there are no tears or damage to the mask. It is important that respirators are donned and doffed correctly.

Respirator Donning, Doffing, and Seal Checks – Picture This



Source: <https://www.registerednursing.org>

Respirator Donning, Doffing, and Seal Checks Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

PRUEBA DE AJUSTE Y COMPROBACIÓN DE SELLADO

Una comprobación del sellado del usuario no es lo mismo que una prueba de ajuste. La prueba de ajuste debe realizarse antes de que el usuario utilice por primera vez una mascarilla de respiración y, a partir de entonces, al menos una vez al año.

El propósito de la comprobación del sellado del usuario es verificar que el respirador tiene un sellado y una posición adecuados en la cara del usuario. Esto debe hacerse cada vez que se coloque.

CUÁL ES EL PELIGRO

RESPIRADOR FILTRANTE DESECHABLE GENERAL (N-95 O MÁSCARA ANTIPOLVO)

Colocación: En primer lugar, inspeccione el respirador para asegurarse de que no hay desgarros ni daños en la máscara. Si identifica algún daño, reemplácela ya que este tipo de respirador es desechable. A continuación, con una mano, colóquese la mascarilla en la cara, asegurándose de que cubra el puente de la nariz y cubra la barbilla. Con la otra mano, tire de la correa superior por encima de la cabeza. La correa debe quedar alta en la parte posterior de la cabeza. A continuación, tire de la correa inferior por encima de la cabeza. La correa inferior debe colocarse alrededor del cuello y por debajo de las orejas. Es fundamental que la nariz y la boca queden cubiertas por el respirador y que las correas no se crucen. Si el respirador tiene una pieza nasal de metal, utilice las yemas de los dedos para moldear la pieza de metal a la forma de su nariz para crear el sello adecuado.

Comprobación del sellado por parte del usuario: Deben realizarse dos comprobaciones diferentes del sellado del usuario (positiva y negativa). Para realizar la comprobación positiva del sellado, exhale suavemente para ver si la mascarilla facial se abomba ligeramente. Para realizar la comprobación negativa del sellado, respire rápida y profundamente para ver si la máscara se hunde ligeramente. En cualquiera de estas comprobaciones, si se produce una fuga de aire entre su cara y el sello facial, no tiene un sello adecuado. Debe reajustar el respirador y repetir las

comprobaciones de sellado anteriores. Si no puede crear un sello adecuado, no entre en el área peligrosa y busque la ayuda de un supervisor para determinar cómo resolver el problema.

Cómo quitarse la mascarilla: Para quitarse la mascarilla de respiración, debe quitársela sin tocar la pieza facial exterior, ya que puede estar contaminada. Consulte la política de su empresa para conocer los procedimientos para desprenderse del respirador como corresponde.

COMO PROTEGERSE

CÓMO FUNCIONAN LOS RESPIRADORES

Para que un respirador sea eficaz se requieren tres factores clave (1) el respirador debe colocarse correctamente y usarse durante la exposición; (2) el respirador debe ajustarse bien a la cara del usuario para minimizar el número de partículas que pasan por el filtro y llegan a la zona de respiración a través de los espacios entre la piel del usuario y el sello del respirador; y (3) el filtro del respirador debe ser altamente efectivo para capturar las partículas que pasan por el filtro.

USO DEL RESPIRADOR EN EL TRABAJO

Todos los empleadores que tengan empleados que deban utilizar una mascarilla de respiración deben (1) proporcionar formación sobre cómo ponerse una mascarilla de respiración y cuándo debe utilizarse; (2) asegurarse de que la mascarilla de respiración es cómoda y se ajusta al usuario mediante un protocolo de prueba de ajuste realizado por un profesional de la seguridad; y (3) utilizar una mascarilla de respiración aprobada por el NIOSH que haya demostrado cumplir un determinado nivel de eficacia de filtración (por ejemplo, 95% o más). Además, los trabajadores que participan en un programa completo de protección respiratoria reciben una evaluación médica para asegurarse de que pueden usar con seguridad el respirador asignado para el peligro y la tarea de trabajo.

PROGRAMA ESCRITO DE PROTECCIÓN RESPIRATORIA

Un empleador está obligado a desarrollar e implementar un programa respiratorio escrito con los procedimientos y elementos específicos del lugar de trabajo para el uso requerido del respirador. El programa escrito debe incluir un proceso de selección de la mascarilla de respiración; evaluaciones médicas; pruebas de ajuste; procedimientos de uso; procedimientos y horarios de limpieza, desinfección, almacenamiento, inspección, reparación y desecho; procedimientos para garantizar una calidad, cantidad y flujo de aire adecuados; formación sobre los riesgos respiratorios; formación sobre las limitaciones de uso y mantenimiento; y procedimientos para evaluar periódicamente la eficacia del programa.

Un empleador debe evaluar los riesgos respiratorios en el lugar de trabajo antes de seleccionar un respirador. Esta evaluación debe identificar los contaminantes en su estado químico y forma física, e incluir una estimación razonable del nivel de exposición del empleado. Si un empleador no puede identificar o estimar razonablemente la exposición del empleado, debe considerar que la atmósfera es inmediatamente peligrosa para la vida y la salud.

MEJORES PRÁCTICAS DE LOS EMPLEADOS PARA EL USO DEL RESPIRADOR

- Asegúrese de que su N95 FFR desechable haya sido aprobado por el NIOSH o autorizado por la FDA para su uso público.
- Si ha sido sometido a una prueba de ajuste y utiliza una mascarilla de respiración en el trabajo, utilice el mismo modelo y tamaño de mascarilla en casa.
- Siga atentamente las instrucciones del fabricante para ponerse la mascarilla correctamente cada vez. Las instrucciones del fabricante que aparecen en el paquete o en el prospecto de la mascarilla de respiración le ayudarán a elegir el mejor tamaño de la mascarilla y a ponérsela correctamente. Un rostro bien afeitado permitirá que el respirador quede bien ajustado.
- Asegúrese de que la mascarilla de respiración se ajusta correctamente, incluso si no se ha probado su ajuste, realizando una comprobación del sellado por parte del usuario.

- Si está planeando usar una mascarilla de respiración reutilizable de media cara o de cara completa y tiene una enfermedad pulmonar o cardíaca, considere hablar primero con su médico u otro proveedor de servicios médicos.
- Si es posible, tome descansos frecuentes (cada hora aproximadamente) lejos del peligro respiratorio. Aproveche este tiempo para mantenerse hidratado y quitarse el respirador.
- Intente evitar tocar la superficie contaminada del N95 FFR (la superficie exterior) para no transferir partículas potencialmente dañinas a sus manos.
- Cuando termine de usar el N95 FFR, deséchelo adecuadamente para que otras personas (por ejemplo, niños) no puedan entrar en contacto con él.
- Siga las recomendaciones del fabricante para desechar el respirador. Los N95 FFR son desechables y están diseñados para ser usados una sola vez. Algunas situaciones pueden permitirle “reutilizar” o ponerse el mismo respirador varias veces, pero el rendimiento del respirador se degradará con el tiempo.

CONCLUSIÓN

Es importante que los respiradores se pongan y se quiten correctamente. Después de ponerse un respirador, siempre se deben realizar comprobaciones de sellado para asegurarse de que se ha formado un sello adecuado. Si no puede crear un sellado adecuado, no debe entrar en el área peligrosa, ya que no tendrá la protección adecuada.

Respirator Donning, Doffing,

and Seal Checks Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Muchos empleados siguen luchando con la protección respiratoria en el lugar de trabajo a pesar de que existe toda una industria dedicada a los EPP respiratorios, a la monitorización de la calidad del aire y a las técnicas de control de ingeniería.
2. La mortalidad respiratoria laboral se debe a años de exposiciones repetidas que acaban provocando enfermedades respiratorias crónicas y terminales como la silicosis, el mesotelioma, la neumoconiosis y otras enfermedades pulmonares. Cuando los trabajadores son conscientes de sus síntomas, a menudo es demasiado tarde.
3. El uso de respiradores evita la propagación de agentes infecciosos, pero las fugas dificultan su protección.
4. La vigilancia de las enfermedades respiratorias profesionales es la recopilación, el análisis y la difusión continuos y sistemáticos de datos sobre la salud y los riesgos para supervisar el alcance y la gravedad de las enfermedades pulmonares relacionadas con el trabajo y las exposiciones laborales conexas para su uso en la educación en materia de salud pública y en la prevención de enfermedades.

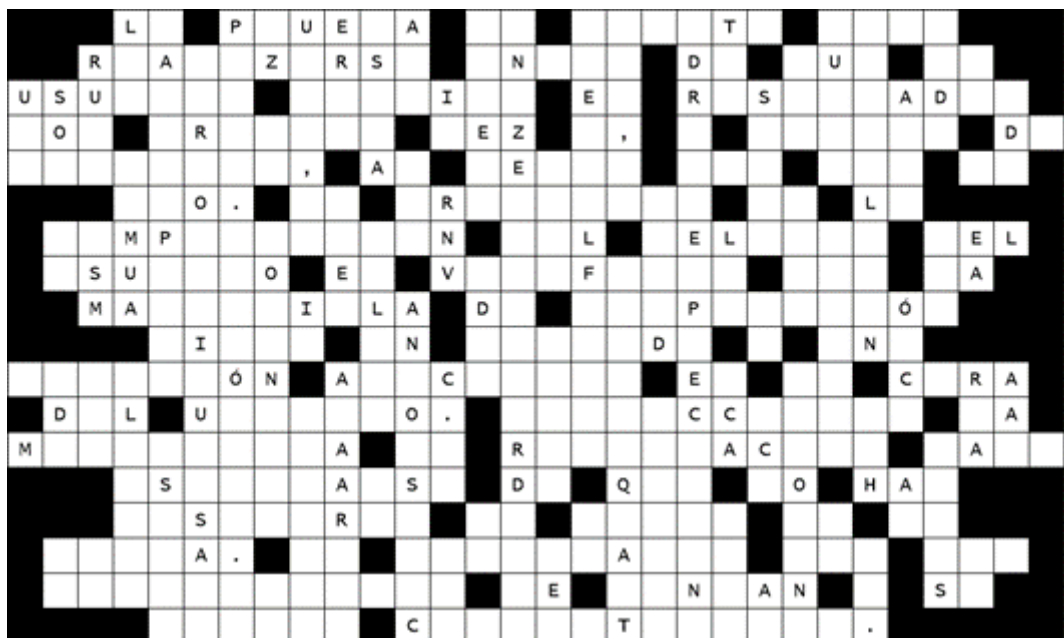
ESTADÍSTICAS

- Los datos del Sistema Nacional de Mortalidad Respiratoria Ocupacional (NORMS) del NIOSH muestran que entre 2006 y 2016, 51.822 residentes de Estados Unidos murieron por enfermedades respiratorias relacionadas con el trabajo. Eso supone una media de más de 5.000 cada año. Solo en 2016, las enfermedades respiratorias relacionadas con el trabajo se cobraron la vida de 4.500 estadounidenses. Eso hace que las

enfermedades respiratorias ocupacionales sean la mayor causa de muertes laborales.

- La exposición respiratoria a sustancias nocivas rara vez resulta en una fatalidad inmediata en el trabajo. De hecho, el Censo de Lesiones Ocupacionales Fatales (CF0I) 2011-2017 del BLS muestra que en 2016, la inhalación de sustancias nocivas resultó en sólo 39 de las 5.190 muertes en el trabajo registradas ese año.
- El respirador N95 está diseñado para evitar la inhalación de gotas, pero los respiradores mal ajustados, la penetración media por el aerosol ambiental se encontró que era del 33%, en comparación con el 4% para los respiradores bien ajustados.
- Las normas de protección respiratoria de la OSHA, introducidas en 1998, han contribuido a reducir gradualmente la tasa de enfermedades respiratorias profesionales mortales de más de 24 por cada 100.000 trabajadores antes de 1998, a unos 15 por cada 100.000 trabajadores en 2016.

Respirator Donning, Doffing, and Seal Checks Fallen Phrases – Spanish



N G N
 A G A R A L E N
 P O S A E T S P Ñ I D E
 Ñ E I T E I D E E S E O E T D R A
 A A L E U E R Ó E D D L I N R N N Q U Y N
 D R I I N L R U S C I N C I S A S D E R E E
 E C Q R E A A C O P U A E S S U U E P A Ó O A
 M S O S C I A U N R L N O I E A I O I R A U A L Y
 R O E M I I L R S B E V S S R R S C T N A L U E Z R A
 N T S P C R U E T A E E A R Ó T J S S E N O C E B L O
 O R A A R I M R O I D E R P E O P T A G L P E E A P L R
 P C I S C I O B E R S L S O E N Y S A O R I A I N I D E R
 P U E I T U S R E L D E M P E E O P U O E E Q V T R E O L A
 E A S A E R A R D L I I O M I L D A E M E Y Q A I A L L S E

Respuesta: La prueba de ajuste debe realizarse antes de que el usuario utilice el respirador por primera vez y, a partir de entonces, al menos una vez al año. El propósito de la comprobación del sellado del usuario es verificar que la mascarilla de respiración tiene un sellado y una posición adecuados en la cara del usuario. inspeccionar la mascarilla de respiración para asegurarse de que no hay desgarros ni daños en la misma. Es importante que los respiradores se pongan y se quiten correctamente.

Respirator Donning, Doffing, and Seal Checks – Picture This – Spanish

Este documento ilustra cómo revisar y colocarse el respirador de cara completa North.

INSPECCIÓN:

Revise el respirador antes de cada uso. Si alguna parte falta o está dañada, reemplace esa parte o la máscara completa.

Nota: La RU6500 viene con una suspensión de correas de 5 puntos o con una correa de 4 puntos con red de cabeza de malla.



Revise sello facial, correas (si red de cabeza) y las conexiones de cartuchos. Asegúrese que no estén deformadas, agrietadas, rotas, entorpecidas, quebradas o cualquier otro daño que comprometa la correcta colocación y sellado.



Verifique válvulas de inhalación y de exhalación. No debe faltar ninguna o presentar deformaciones, roturas u obstrucciones.



Revise el lente para asegurarse de que no esté quebrado ni muestre signos de agrietamiento.

COLOCACIÓN DE FILTROS Y CARTUCHOS:

En caso de que no se empleen filtros reemplazables para partículas, vaya al paso 6.



Solo para filtros de aerosolización. Coloque el pre-filtro dentro de la cubierta en posición correcta según indica el texto (solo pre-filtro).



Colocar soporte con pre-filtro encima de cartucho con la ranura hacia arriba, presionar hasta que quede firme (un cartucho se requiere el soporte para pre-filtro N700037).



Enrosque los cartuchos o conjuntos de filtro de filtro sin forzar la rosca, solo al tope natural.

COLOCACIÓN DEL RESPIRADOR:

Si usa un casco, primero complete el proceso de colocación del respirador, incluyendo las pruebas de ajuste con los cartuchos. Luego de haber hecho esto, puede colocarse el casco. Si usa gafas recetadas, debe usar un inserto de gafas.



Entre las correas al mástil.



Separe las correas del sismo con sus manos.



Deslice las manos con el sismo abierto sobre su cabeza hasta que la máscara esté centrada y cuando que el cabello no interfiera con el sello. No ajustar todavía.



Coloque su máscara desde el mentón hacia el puente nasal cambiando su cara y sosteniendo desde la boquilla presionar para lograr el sello facial en todo el rostro.



Comience ajustando las correas inferiores hacia atrás y de manera uniforme o bien sosteniendo con una mano y con la otra ajustando alternadamente. Luego continúe con las correas superiores de la misma manera (dentro de red RU6500) empurre la red desde la parte superior de la cabeza hacia atrás para que quede plana).



Para 7500 (5 conexiones) ajuste la correa superior de manera cómoda y centrada. Nunca ajustar de más ninguna correa.



Para retirar solo tiene que levantar hacia arriba hasta que las correas se deslican suavemente.

COMPROBACION DE AJUSTE POR PARTE EL USUARIO:

Una comprobación de presión positiva o negativa del sellado por parte del usuario le garantiza que el respirador esté colocado correctamente y que se encuentre en buenas condiciones de funcionamiento. Antes de realizar la verificación de sellado, exhale enérgicamente.



Comprobación positiva del ajuste: Coloque la palma de la mano sobre la válvula de exhalación, de manera que quede completamente sellado, y exhale suavemente. Si el sellado es bueno, la máscara se apartará ligeramente de su rostro.

Si se detecta fuga de aire durante alguna de las pruebas anteriores, retire a porciones la máscara e intente a ajustar las correas de la cabeza (a efectos, si se han ajustado de más). Repita las pruebas anteriores hasta obtener el sellado.



Comprobación negativa del ajuste: Coloque las palmas de las manos sobre los dos cartuchos o filtros, de manera que queden completamente sellados, e inhale. Mantenga la respiración durante 5 segundos. Si el sellado es bueno, la máscara debe retraerse hacia su rostro.

NORTH

by Honeywell

www.honeywellsafety.com/la

Fatigue on the Roadways Meeting Kit

DRIVER FATIGUE ON THE JOB

Fatigue can result when you do not get enough sleep, or quality sleep. It can impair your ability to safely perform tasks, including driving. Job-related factors (e.g., long hours of work and driving, long commutes) can contribute to workers' risk of driver fatigue. The good news: A fatigue risk management system will help employers and workers work together to reduce the risks of driver fatigue.

Fatigue can result when you do not get enough sleep or do not get quality sleep. It can impair your driving, similar to alcohol impairment. A survey of the U.S population found that 37% of workers got less than the recommended minimum of 7 hours of sleep.

WHAT CAUSES FATIGUE?

- Being awake for many consecutive hours
- Not getting enough sleep over multiple days
- Time of day: Your body has a sleep/wake cycle that tells you when to be alert and when it's time to sleep. The urge to sleep is the most intense in the early morning hours.
- Monotonous tasks or long periods of inactivity
- Health factors such as sleep disorders or medications that cause drowsiness

DRIVING WHILE FATIGUED

We have all been there- our eyes get heavy, we begin to close them, and then our head suddenly jerks up after hitting the rumble

strips on the side of the road. When this occurs it will wake an individual up, but only for a short period. This is an unsafe act that is quite common on our roadways.

Fatigued driving can be caused by any number of factors. The most common cause of fatigued driving is lack of sleep. It can also be caused or made worse by untreated sleep disorders, medications, drinking alcohol, or shift work.

HOW FATIGUE AFFECTS YOUR DRIVING

Fatigue has a huge impact on your driving and can affect your ability to drive safely, similar to the effect of drink driving. Research shows that being awake for 17 hours has the same affect on your driving ability as a BAC (blood alcohol concentration) of 0.05. Going without sleep for 24 hours has the same affect as a BAC of 0.1, double the legal limit.

While driving tired you might find you:

- Have trouble remembering the last few kilometres driven, day dream or miss exits or traffic signs
- Drift from your lane, tailgate, hit a shoulder rumble strip or have difficulty maintaining a consistent, correct speed

WHAT ARE THE EFFECTS OF DRIVER FATIGUE?

- Nodding off
- Reacting more slowly to changing road conditions, other drivers, or pedestrians
- Making poor decisions
- Drifting from your lane
- Experiencing “tunnel vision” (when you lose sense of what’s going on in the periphery)
- Experiencing “microsleeps” (brief sleep episodes lasting from a fraction of a second up to 30 seconds)
- Forgetting the last few miles you drove

WHAT CAN WORKERS DO TO PREVENT DRIVER FATIGUE ON THE JOB?

- Get enough sleep (7-9 hours each day). If fatigue persists after adequate sleep, get screened for health problems that may be affecting your sleep.
- Plan your activities outside work to allow enough time for adequate sleep.
- Create a sleeping environment that helps you sleep well: a dark, quiet, cool room with no electronics.
- If you feel fatigued while driving: pull over, drink a cup of coffee, and take a 15-30 minute nap before continuing. The effects are only temporary – the only “cure” for fatigue is sleep.
- Watch yourself and your co-workers for signs of fatigue.
- Report instances of fatigue in yourself and others to your direct supervisor, who can help to determine the safest course of action.
- If your work schedule is too demanding or the hours you are working are making you feel fatigued every single day, talk with a supervisor. Sometimes responsibilities or schedules can be altered to improve productivity and safety.
- It is important to understand the side effects of medication before using it at work or while driving.
- Take care of your health. Addressing other health issues can greatly improve how you feel both at home and at work.
- Eat a better diet. Food to humans is as gasoline is to a car– if you put dirty gas in your car it will not run well. Same goes with your body!

FINAL WORD

Driving is one of the more hazardous tasks we complete often. When you pair it with unsafe acts such as driving while fatigued, you not only put yourself at risk, but you also put everyone around you at risk. Be proactive in preventing fatigue and drowsiness. When it is affecting you while driving, pull over and get rest before continuing on.