

# Fatigue on the Roadways Stats and Facts

## FACTS

1. When drivers are fatigued or sleepy they are less able to respond quickly to changes in the road environment (that is, reaction time is slower) and they are also less likely to notice things that may pose a risk.
2. When it comes to driving, two types of fatigue matter – physical fatigue and mental fatigue. Both reduce a driver's capability to perform essential driving-related duties.
3. Work often requires us to override those natural sleep patterns. Workers can be sleep-deprived, and those most at risk work the night shift, long shifts or irregular shifts.
4. An over-worked, over-tired condition has become the norm for many. A good night's sleep is not just a novelty, it's a necessity.
5. Safety performance decreases as employees become tired.
6. Adults need an average seven to nine hours of sleep each night.

## STATS

- 62% of night shift workers complain about sleep loss
- Fatigued worker productivity costs employers \$1,200 to \$3,100 per employee annually
- Employees on rotating shifts are particularly vulnerable because they cannot adapt their "body clocks" to an alternative sleep pattern
- You are three times more likely to be in a car crash if you are fatigued
- More than 5,000 people died in drowsy-driving related crashes in 2014
- Losing even two hours of sleep is similar to the effect of having three beers

- Being awake for more than 20 hours is the equivalent of being legally drunk
  - Chronic sleep-deprivation causes depression, obesity, cardiovascular disease and other illnesses
  - Fatigue is estimated to cost employers \$136 billion a year in health-related lost productivity
  - More than 70 million Americans suffer from a sleep disorder
- 

# Fatigue on the Roadways Fatality Report

On Thursday, Sept. 26, 2019 at approximately 8:00 p.m. the involved company notified the victim, 42-year-old male construction workers, of a job assignment that would need to be completed the next day. His task was to travel to an out-of-state location to obtain building materials for an in-state job site.

To complete the job in a timely manner, the victim would have to depart his home by 2:00 a.m. the next morning. After receiving the assignment, the victim and his spouse departed a local sporting event at approximately 8:45 p.m. in hopes of obtaining as much sleep as possible. After arriving home, the victim's spouse stated he made preparations for the trip and went to bed at 10:00 p.m.

According to the spouse, she woke the victim up at 1:30 a.m. on Friday, Sept. 27 and he departed shortly after at 2:00 a.m. in a company-owned, 2013 Chevrolet Silverado. He was traveling on a major, four-lane interstate en route to the destination to pick up supplies when he failed to notice that traffic had stopped due to an earlier collision.

Approximately five hours into the trip, just before sunrise at 7:07 a.m. traffic on the interstate was at complete stop due to a six-vehicle, fatality collision had occurred nearly six-hours

earlier.

Although this section of the highway was straight, for unknown reasons the victim failed to observe the stopped vehicles. As a result, the pickup truck driven by the victim struck the rear, left bumper of a semi-trailer at an estimated speed of 70 mph. The force of the impact severely damaged the driver's portion of the cab. According to police reports, the victim was not wearing a seat belt at the time of the collision. No decelerating scuffs or skid marks were present at the scene which suggest the victim did not attempt to brake prior to the impact.

According to the death certificate, the cause of death was multiple blunt force trauma sustained in a motor vehicle collision.

Occupational injuries and fatalities are often the result of one or more contributing factors or key events in a larger sequence of events that ultimately result in the injury or fatality. National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) investigators identified the following unrecognized hazards as key contributing factors in this incident:

- Advanced warning signage
- Fatigue-related work schedule
- Failing to wear seat belt

---

## **Fatigue on the Roadways – Picture This**

# 5 TIPS FOR AVOIDING DRIVER FATIGUE



One of the most common causes of vehicle accidents is driver fatigue. We've come up with five tips to ensure you don't drive tired.



## 1. Take regular breaks

As a general rule, take a 20 minute break for every two or three hours you're on the road. Get out of your cab, stretch your legs and drink some water.



## 2. Stay away from huge meals



Try and eat light meals while you're on the road. A heavy meal will just make you feel sleepy, so you don't want to eat a large dish of food because it'll just make you feel like nodding off.



## 3. Take advantage of rest stops

Throughout Australia there are a number of rest stops on the side of the road, and you should take advantage of these if you're feeling tired.

## 4. Drink coffee when you can



A cup or two of coffee a day isn't harmful (unless otherwise directed by your doctor) and it can help you to stay awake.



## 5. Regulate your driving

Regulate your driving by making sure you don't drive for more than 10 hours a day. Any longer than this and you'll certainly start to feel drowsy.



Source: [Slideshare.net](https://www.slideshare.net)

# Fatigue on the Roadways Meeting Kit – Spanish

## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

### FATIGA DEL CONDUCTOR EN EL TRABAJO

La fatiga puede producirse cuando no se duerme lo suficiente o no se duerme bien. Puede afectar a su capacidad para realizar tareas de forma segura, incluida la conducción. Los factores relacionados con el trabajo (por ejemplo, largas horas de trabajo y conducción, largos desplazamientos) pueden contribuir al riesgo de fatiga del conductor. La buena noticia: Un sistema de gestión del riesgo de fatiga ayudará a los empleadores y a los trabajadores a trabajar juntos para reducir los riesgos de la fatiga del conductor.

La fatiga puede producirse cuando no se duerme lo suficiente o no se tiene un sueño de calidad. Puede afectar a la conducción, de forma similar a lo que ocurre con el alcohol. Una encuesta realizada entre la población estadounidense reveló que el 37% de los trabajadores dormía menos del mínimo recomendado de 7 horas.

## CUÁL ES EL PELIGRO

### ¿QUÉ CAUSA LA FATIGA?

- Estar despierto durante muchas horas consecutivas
- No dormir lo suficiente durante varios días
- La hora del día: El cuerpo tiene un ciclo de sueño y vigilia que le indica cuándo debe estar alerta y cuándo es el momento de dormir. Las ganas de dormir son más intensas en las primeras horas de la mañana.
- Tareas monótonas o largos periodos de inactividad
- Factores de salud, como trastornos del sueño o medicamentos que provocan somnolencia

### CONDUCIR CON FATIGA

A todos nos ha pasado: nos pesan los ojos, empezamos a cerrarlos y, de repente, nuestra cabeza se levanta de golpe tras chocar con las bandas sonoras del arcén. Cuando esto ocurre, la persona se despierta, pero sólo por un corto período de tiempo. Este es un acto inseguro que es bastante común en nuestras carreteras.

La conducción con fatiga puede ser causada por cualquier número de factores. La causa más común de la conducción fatigada es la falta de sueño. También puede ser causada o empeorada por trastornos del sueño no tratados, medicamentos, consumo de alcohol o trabajo por turnos.

## **CÓMO AFECTA LA FATIGA A SU CONDUCCIÓN**

La fatiga tiene un gran impacto en su conducción y puede afectar a su capacidad para conducir con seguridad, de forma similar al efecto de la conducción bajo los efectos del alcohol. Las investigaciones demuestran que estar despierto durante 17 horas tiene el mismo efecto sobre la capacidad de conducir que una tasa de alcoholemia de 0,05. Estar sin dormir durante 24 horas tiene el mismo efecto que una tasa de alcoholemia de 0,1, el doble del límite legal.

Mientras conduce cansado puede encontrarse con que:

- Tener problemas para recordar los últimos kilómetros recorridos, soñar despierto o saltarse salidas o señales de tráfico
- Desviarse de su carril, ir a rebufo, chocar con una banda sonora en el arcén o tener dificultades para mantener una velocidad constante y correcta.

## **¿CUÁLES SON LOS EFECTOS DE LA FATIGA DEL CONDUCTOR?**

- Asentir con la cabeza
- Reaccionar con más lentitud a las condiciones cambiantes de la carretera, a otros conductores o a los peatones
- Tomar malas decisiones
- Desviarse del carril
- Experimentar una “visión de túnel” (cuando se pierde el sentido de lo que ocurre en la periferia)

- Experimentar “microsueño” (breves episodios de sueño que duran desde una fracción de segundo hasta 30 segundos)
- Olvidar los últimos kilómetros recorridos

## COMO PROTEGERSE

### ¿QUÉ PUEDEN HACER LOS TRABAJADORES PARA EVITAR LA FATIGA DEL CONDUCTOR EN EL TRABAJO?

- Dormir lo suficiente (7-9 horas diarias). Si la fatiga persiste después de haber dormido lo suficiente, hágase un examen para detectar problemas de salud que puedan estar afectando a su sueño.
- Planifique sus actividades fuera del trabajo para disponer de tiempo suficiente para dormir adecuadamente.
- Cree un entorno de sueño que le ayude a dormir bien: una habitación oscura, tranquila y fresca, sin aparatos electrónicos.
- Si te sientes fatigado mientras conduce: párese, tómese una taza de café y haga una siesta de 15 a 30 minutos antes de continuar. Los efectos son sólo temporales: la única “cura” para la fatiga es el sueño.
- Obsérvese a sí mismo y a sus compañeros de trabajo para detectar signos de fatiga.
- Informe de los casos de fatiga en usted mismo y en los demás a su supervisor directo, que puede ayudarlo a determinar el curso de acción más seguro.
- Si tu horario de trabajo es demasiado exigente o las horas que trabajas te hacen sentir fatigado cada día, habla con un supervisor. A veces se pueden modificar las responsabilidades o los horarios para mejorar la productividad y la seguridad.
- Es importante conocer los efectos secundarios de la medicación antes de utilizarla en el trabajo o mientras se conduce.
- Cuide su salud. Abordar otros problemas de salud puede mejorar en gran medida cómo se siente tanto en casa como en el trabajo.
- Lleve una mejor dieta. Los alimentos son para los seres

humanos lo mismo que la gasolina para un coche: si pones gasolina sucia en tu coche, no funcionará bien. Lo mismo ocurre con tu cuerpo.

## CONCLUSIÓN

Conducir es una de las tareas más peligrosas que realizamos a menudo. Cuando se combina con actos inseguros, como conducir con fatiga, no sólo se pone en peligro a sí mismo, sino también a todos los que le rodean. Sea proactivo en la prevención de la fatiga y la somnolencia. Cuando le afecte mientras conduce, deténgase y descanse antes de continuar.

---

# Fatigue on the Roadways Stats and Facts – Spanish

## HECHOS

1. Cuando los conductores están fatigados o somnolientos son menos capaces de responder rápidamente a los cambios en el entorno de la carretera (es decir, el tiempo de reacción es más lento) y también es menos probable que se den cuenta de cosas que puedan suponer un riesgo.
2. Cuando se trata de conducir, hay dos tipos de fatiga: la física y la mental. Ambos reducen la capacidad del conductor para realizar las tareas esenciales relacionadas con la conducción.
3. El trabajo a menudo nos obliga a anular esos patrones naturales de sueño. Los trabajadores pueden estar privados de sueño, y los que corren más riesgo trabajan en el turno de noche, en turnos largos o en turnos irregulares.
4. Una condición de exceso de trabajo y cansancio se ha

convertido en la norma para muchos. Dormir bien no es sólo una novedad, es una necesidad.

5. El rendimiento de la seguridad disminuye a medida que los empleados se cansan.
6. Los adultos necesitan una media de siete a nueve horas de sueño cada noche.

## ESTADÍSTICAS

- El 62% de los trabajadores del turno de noche se quejan de la pérdida de sueño
  - La productividad de los trabajadores fatigados cuesta a las empresas entre 1.200 y 3.100 dólares por empleado al año
  - Los empleados con turnos rotativos son especialmente vulnerables porque no pueden adaptar sus “relojes corporales” a un patrón de sueño alternativo
  - La probabilidad de sufrir un accidente de tráfico es tres veces mayor si se está fatigado
  - Más de 5.000 personas murieron en accidentes relacionados con la conducción somnolienta en 2014
  - Perder incluso dos horas de sueño es similar al efecto de tomarse tres cervezas
  - Estar despierto durante más de 20 horas equivale a estar legalmente borracho
  - La privación crónica del sueño provoca depresión, obesidad, enfermedades cardiovasculares y otras enfermedades
  - Se calcula que la fatiga cuesta a los empresarios 136.000 millones de dólares al año en pérdidas de productividad relacionadas con la salud
  - Más de 70 millones de estadounidenses sufren un trastorno del sueño
-

# Fatigue on the Roadways Fatality Report – Spanish

El jueves 26 de septiembre de 2019, aproximadamente a las 20:00 horas, la empresa implicada notificó a la víctima, un hombre de 42 años de edad, trabajador de la construcción, de una asignación de trabajo que tendría que ser completada al día siguiente. Su tarea era viajar a una ubicación fuera del estado para obtener materiales de construcción para un sitio de trabajo en el estado.

Para completar el trabajo a tiempo, la víctima tendría que salir de su casa antes de las 2:00 de la mañana del día siguiente. Después de recibir el encargo, la víctima y su cónyuge salieron de un evento deportivo local aproximadamente a las 8:45 p.m. con la esperanza de dormir lo más posible. Tras llegar a casa, el cónyuge de la víctima declaró que hizo los preparativos para el viaje y se acostó a las 22:00 horas.

Según el cónyuge, despertó a la víctima a la 1:30 de la madrugada del viernes 27 de septiembre y él partió poco después, a las 2:00 de la madrugada, en un Chevrolet Silverado 2013, propiedad de la empresa. Viajaba por una importante carretera interestatal de cuatro carriles de camino al destino para recoger suministros cuando no se dio cuenta de que el tráfico se había detenido debido a una colisión anterior.

Aproximadamente a las cinco horas de viaje, justo antes del amanecer, a las 7:07 a.m., el tráfico en la interestatal estaba completamente detenido debido a una colisión mortal de seis vehículos que había ocurrido casi seis horas antes.

Aunque este tramo de la autopista era recto, por razones desconocidas la víctima no observó los vehículos detenidos. Como resultado, la camioneta que conducía la víctima golpeó el parachoques trasero izquierdo de un semirremolque a una velocidad estimada de 70 mph. La fuerza del impacto dañó gravemente la parte de la cabina del conductor. Según los informes policiales, la víctima no llevaba puesto el cinturón de seguridad en el momento

de la colisión. En el lugar de los hechos no se observaron raspones de desaceleración ni marcas de derrape, lo que sugiere que la víctima no intentó frenar antes del impacto.

Según el certificado de defunción, la causa de la muerte fue un traumatismo múltiple por objeto contundente sufrido en una colisión de vehículos de motor.

Las lesiones y las muertes en el trabajo suelen ser el resultado de uno o más factores contribuyentes o de acontecimientos clave en una secuencia más amplia de eventos que, en última instancia, dan lugar a la lesión o la muerte. Los investigadores del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (NIOSH) identificaron los siguientes peligros no reconocidos como factores clave que contribuyeron a este incidente:

- Señalización avanzada de advertencia
- Horario de trabajo relacionado con la fatiga
- No llevar el cinturón de seguridad

---

## **Fatigue on the Roadways – Picture This – Spanish**

# INFLUENCIA DE LA FATIGA



La DGT informa de que el **20-30% de los accidentes** se producen por la **fatiga**. Las posibilidades de **dormirse** o distraerse por estar cansado aumentan al **conducir "monótonamente"**, sobre todo por la noche.

La fatiga causa, afirma Francesco Peverini, director de la Fundación para la Investigación y el Tratamiento de los Trastornos del sueño:

**>1000**  
**mue**

**120.000**  
**heridos**

**casi 3**  
**al día**

Cuando está **fatigado, el organismo reacciona quedándose dormido**, especialmente al conducir por autopista sin hacer pausas, lo que puede tener fatales consecuencias.

Para evitar accidentes, debes estar atento a las **señales de cansancio**: párpados pesados, **visión borrosa**, sequedad bucal e incapacidad para conducir con **una trayectoria recta**.



Para combatir la fatiga al volante, **duerme bien** antes de emprender un viaje y **evita la monotonía**, el calor y la oscuridad.

Haz **paradas periódicas** aunque no estés cansado y **realiza** ejercicios de **estiramiento** y relajación.



## Skid Steer Safety Meeting Kit

### WHAT IS A SKID STEER?

This type of heavy equipment is available with a track or wheels. It is a smaller piece of equipment with a metal structure and two lifting arms on each side. It's compact size makes it a popular machine in smaller work projects and locations.

The cab is often caged and a more popular attachment is a bucket.

### RISK OF INJURY

Skid steer loaders put workers at risk of rollover and runover incidents.

For example, the operator's seat and controls are between the lift arms and in front of the lift arm pivot points. Thus operators of

skid steer loaders must enter and exit from the loader through the front of the machine and over the bucket. If the worker does not exit or enter properly, a foot or hand control may be activated and may cause movement of the lift arms, bucket, or other attachment. Such an incident could cause death or serious injury.

## **HAZARDS ASSOCIATED WITH OPERATING A SKID STEER**

- Struck-by hazards pose a serious threat for those working around skid steers. The operation of these machines often includes working in high traffic areas. Reversing is also a common necessity during work tasks. These factors paired with blind spots creates a huge risk for struck-by incidents to occur.
- Crushed-by hazards are also a major concern while operating a skid steer. Workers who are on the ground around this equipment can be pinned and crushed between a skid steer and another object if they find themselves in the line of fire. Those operating the skid steer can also fall victim to being crushed by their own machine.
- Tip overs or roll overs are another leading cause for fatalities of the operators of skid steers.
- Pinch points are common on skid steers and can easily lead to injuries to body parts.

## **WORKERS BEWARE**

**Workers need to take these steps to protect themselves.**

### **1. Follow safe operating procedures:**

- Operate the loader from the operator's compartment—never from the outside.
- Stay seated when operating the loader controls.
- Work with the seat belt fastened and the restraint bar in place.
- Keep your arms, legs, and head inside the cab while operating the loader.

- Load, unload, and turn on level ground when possible.
- Travel and turn with the bucket in the lowest position possible.
- Operate on stable surfaces only.
- Do not travel across slopes. Travel straight up or down, with the heavy end of the machine pointed uphill.
- Keep bystanders away from the work area.
- Never disable safety devices.

## **2. Enter and exit from the loader safely:**

- Enter the loader only when the bucket is flat on the ground—or when the lift arm supports are in place.
- When entering the loader, face the seat and keep a three point contact with handholds and steps.
- Never use foot or hand controls for steps or handholds.
- Keep all walking and working surfaces clean and clear.
- Before leaving the operator's seat,
  - lower the bucket flat to the ground,
  - set the parking brake, and
  - turn off the engine.

## **3. Maintain the machine in safe operating condition:**

- Follow the manufacturer's instructions.
- Keep the foot controls free of mud, ice, snow, and debris.
- Regularly inspect and maintain
  - Interlocked controls
  - Safety belts
  - Restraint bars
  - Side screens
  - Rollover protective structures (ROPS)

## **RECOMMENDATIONS FOR EMPLOYEES AND EMPLOYERS**

- Always use and maintain the safety devices provided by manufacturers:
  - Lift arm supports
  - Interlocked controls
  - Seat belts
  - ROPS

- Follow safe operating procedures.
- Follow safe mounting and dismounting procedures.
- Follow proper maintenance procedures.
- Train workers to read and follow the manufacturer's procedures for operating and servicing skid steer loaders.

## **FINAL WORD**

While skid steers are not as imposing as huge articulating dump trucks or excavators, they still are dangerous to operate. Lack of training and complacency of the danger of these machines results in many injuries every single year.

---

# **Skid Steer Safety Stats and Facts**

## **FACTS**

1. Skid steer loaders put workers at risk of rollover and runover incidents.
2. The operator's seat and controls are between the lift arms and in front of the lift arm pivot points. Thus operators of skid steer loaders must enter and exit from the loader through the front of the machine and over the bucket. If the worker does not exit or enter properly, a foot or hand control may be activated and may cause movement of the lift arms, bucket, or other attachment. Such an incident could cause death or serious injury.
3. These machines can also be lethal if not used according to the manufacturer's instructions.
4. Skid steer loader accidents occur because manufacturers' designs are not safe, and manufacturers neglect to warn you

of all the ways you can be injured while using these heavy machines.

## STATS

- According to the 2016 WSIB Statistical Report by the Numbers, Struck By/Caught in Objects has accounted for **13%** of all workplace fatalities in Ontario over the last ten years (2007–2016). It's the third-highest cause of work-related deaths behind Motor-Vehicle Incidents (**36%**) and falls (**18%**).
- **37%** of the 7,571 farm who died on the job between 1992 and 2005 were involved in tractor accidents, according to the U.S. Centers for Disease Control and Prevention.
- A staggering 93,000 farm suffered non-fatal, on-the-job injuries, **12%** of which occurred as a result of working with farm equipment.
- Both farm equipment crashes and rollovers are common on the job. The National Institute for Occupational Safety and Health reports that approximately 5.2 deaths per 100,000 farm occur each year due to traffic-related motor vehicle crashes. Tractor rollovers account for one of every three farm worker fatalities, according to the U.S. Bureau of Labor Statistics.
- A 2007 U.S. Department of Agriculture report finds that the farm industries' crash fatality rate is the third highest when compared to other industries.
- Rollovers account for the majority of injuries and deaths on a farm. According to the National Institute for Occupational Safety and Health, 1,538 agricultural died from skid steer rollovers
- Of the 4.8 million skid steer currently operated in the U.S., for example, **50%** don't have ROPS or seat belts.
- Even when equipment does have ROPS, fatalities can still occur. The U.S. Department of Labor Occupational Safety and Health Administration investigated more than 50 roller/compactor rollover incidents involving a variety of equipment models. It found that **10%** of these occurred with an ROP system. However, none of these accidents resulted in

a fatality—a result also associated with operator use of seat belts.

- NIOSH looked at 37 fatalities involving skid steers found that 29 (**78%**) of them resulted from “pinning between the bucket and frame or between a lift arm and frame”.
- 

# Skid Steer Safety Fatality Report

## Case No. 1—Defeat of Interlocked Controls

On February 7, 2015, a 37yearold male farmer died after he was struck by the falling bucket of a skid steer loader. The incident occurred after the victim used the loader for chores and parked it in an open garage without cleaning accumulated mud, snow, and manure from the foot operated lift arm and bucket controls. When the victim shut down the machine and exited from it, he stepped on the lift arm control, moving it to the lift position. The debris then froze, locking the controls in place. After about an hour, the victim returned, entered the loader, and started the engine. The lift arms rose until the bucket contacted the header over the open garage door. The victim shut down the machine, dismounted, knelt on the ground under the raised bucket in front of the machine, and began cleaning the frozen controls with a pry bar. While cleaning, he unintentionally moved the lift arm foot pedal control to the down position. The lift arms suddenly moved down, pinning the victim between the bucket and frame of the machine. The victim was discovered by his wife, who immediately boarded the machine, started the engine, and attempted to raise the bucket. However, the controls had frozen again, and she was not able to activate the lift control pedal. A farm employee unsuccessfully tried to raise the bucket with a jack. The victim was freed by a local fire department. Resuscitation efforts began at the scene

and continued during transport of the victim to a local hospital, but they were unsuccessful. The victim was pronounced dead at the hospital emergency room.

Although several factors contributed to the injury, two factors were critical:

- The interlock system for the lift arm control had been defeated by a glove that was jammed into the linkage connected to the seat belt. A working interlock system would have prevented the lift arms from rising when the victim started the engine.
- The clearance inside the garage was low and prevented the lift arms from rising enough to use the lift arm supports (sliding pins) mounted near the top of the ROPS.

---

## **Skid Steer Safety – Picture This**

# SKID STEER LOADER SAFETY



Skid steer loaders are a useful tool on nearly every construction jobsite. Whether you're digging, loading, pushing or grading, this jack-of-all-trades tool can be counted on to get the job done.

Do you know how to operate this versatile machinery? Are you familiar with the necessary safety precautions to protect yourself and others while using the equipment?

## CHECK OUT THE HELPFUL TIPS BELOW TO UTILIZE YOUR SKID STEER LOADER PROPERLY:



Always read and understand the operator's manual before using the piece of equipment. Always follow the manufacturer's recommendations and specifications when operating it.



Once the skid steer loader's engine is on, do not leave the operator's seat. Never attempt to activate controls unless properly seated, with the seatbelt properly fastened and the seat bar lowered. Keep all body parts inside the cab at all times.



Never permit riders on skid steer loaders, in the bucket or attachment, or in the operator's compartment, unless it's designed to accommodate a second rider.



Never attempt maintenance or other work while lift arms or attachments are raised, without using an approved lift arm support device.



Never modify, bypass, disable or override safety systems. Also, never operate equipment in which safety systems have been modified or are not working properly.



Equipment with modified or malfunctioning safety systems should be taken out of service until repaired or replaced.



When not in use, be sure the bucket or attachment is lowered to flat on the ground. Do not attempt to activate the skid steer loader's controls from outside the operator's compartment.

For more information, please contact your local Amerisure risk management consultant at (800) 257 – 1900 or [riskmanagement@amerisure.com](mailto:riskmanagement@amerisure.com).

*These instructions do not supersede local, state, or federal regulations. This document is for general information only and is not intended to provide, and should not be relied upon for, ergonomic, training or medical advice in any particular circumstance or fact situation.*



Source: Occupational Safety and Health Administration

Source:

[https://www.amerisure.com/Resources/Tips/19RM108802SkidSteerLoaderInfographic-\(1\).aspx](https://www.amerisure.com/Resources/Tips/19RM108802SkidSteerLoaderInfographic-(1).aspx)

---

# Skid Steer Safety Meeting Kit – Spanish

## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

### ¿QUÉ ES UNA MINICARGADORA?

Este tipo de equipo pesado está disponible con una o con ruedas. Es un equipo más pequeño con una estructura metálica y dos brazos de elevación a cada lado. Su tamaño compacto hace que sea una máquina popular en proyectos y lugares de trabajo más pequeños.

La cabina suele estar enjaulada y un accesorio más popular es la cuchara.

## CUÁL ES EL PELIGRO

### RIESGO DE LESIONES

Las minicargadoras ponen a los trabajadores en riesgo de incidentes de vuelco y atropello.

Por ejemplo, el asiento y los mandos del operador se encuentran entre los brazos de elevación y delante de los puntos de giro de los mismos. Por lo tanto, los operadores de las minicargadoras deben entrar y salir de la cargadora por la parte delantera de la máquina y por encima de la cuchara. Si el trabajador no sale o entra correctamente, puede activarse un control de pie o de mano y provocar el movimiento de los brazos de elevación, la cuchara u otro accesorio. Un incidente de este tipo podría causar la muerte o lesiones graves.

## **PELIGROS ASOCIADOS A LA OPERACIÓN DE UNA MINICARGADORA**

Los peligros de atropello suponen una grave amenaza para quienes trabajan cerca de las minicargadoras. La operación de estas máquinas a menudo incluye el trabajo en áreas de alto tráfico. La marcha atrás es también una necesidad común durante las tareas de trabajo. Estos factores, junto con los puntos ciegos, crean un gran riesgo de que se produzcan incidentes de atropello.

Los peligros de aplastamiento también son una preocupación importante al operar una minicargadora. Los trabajadores que están en el suelo alrededor de este equipo pueden quedar atrapados y aplastados entre una minicargadora y otro objeto si se encuentran en la línea de fuego. Los que operan la minicargadora también pueden ser víctimas de ser aplastados por su propia máquina.

Los vuelcos son otra de las principales causas de muerte de los operadores de minicargadores.

Los puntos de pellizco son comunes en las minicargadoras y pueden provocar fácilmente lesiones en partes del cuerpo.

## **COMO PROTEGERSE**

### **ATENCIÓN A LOS TRABAJADORES**

**Los trabajadores deben tomar estas medidas para protegerse.**

#### **1. Siga los procedimientos de funcionamiento seguro:**

- § Opere la cargadora desde el compartimento del operador, nunca desde el exterior.
- § Permanezca sentado cuando maneje los controles de la cargadora.
- § Trabaje con el cinturón de seguridad abrochado y la barra de sujeción colocada.
- § Mantenga los brazos, las piernas y la cabeza dentro de la cabina mientras maneja la cargadora.
- § Cargue, descargue y gire en terreno llano cuando sea posible.

- § Desplácese y gire con la cuchara en la posición más baja posible.
- § Opere sólo en superficies estables.
- § No se desplace por pendientes. Desplácese en línea recta hacia arriba o hacia abajo, con el extremo pesado de la máquina apuntando hacia arriba.
- § Mantenga a los transeúntes alejados del área de trabajo.
- § Nunca desactive los dispositivos de seguridad.

## **2. Entre y salga de la cargadora con seguridad:**

- Entre en la cargadora sólo cuando la cuchara esté plana sobre el suelo, o cuando los soportes del brazo de elevación estén en su sitio.
- Al entrar en la cargadora, mire hacia el asiento y mantenga un contacto de tres puntos con los asideros y los escalones.
- Nunca utilice los controles de pie o de mano para los escalones o asideros.
- Mantenga limpias y despejadas todas las superficies de paso y de trabajo.
- Antes de abandonar el asiento del operador
  - baje el cazo hasta el suelo,
  - ponga el freno de estacionamiento y
  - apague el motor.

## **3. Mantenga la máquina en condiciones de funcionamiento seguras:**

- Siga las instrucciones del fabricante.
- Mantenga los controles de pie libres de barro, hielo, nieve y residuos.
- Inspeccione y mantenga regularmente
  - Controles enclavados
  - Cinturones de seguridad
  - Barras de sujeción
  - Pantallas laterales
  - Estructuras de protección contra el vuelco (ROPS)

## **RECOMENDACIONES PARA EMPLEADOS Y EMPRESARIOS**

- Utilice y mantenga siempre los dispositivos de seguridad proporcionados por los fabricantes:

- Soportes del brazo elevador
  - Controles con enclavamiento
  - Cinturones de seguridad
  - ROPS
- Siga los procedimientos de funcionamiento seguro.
  - Siga los procedimientos seguros de montaje y desmontaje.
  - Siga los procedimientos de mantenimiento adecuados.
  - Formar a los trabajadores para que lean y sigan los procedimientos del fabricante para operar y dar servicio a las minicargadoras.

## CONCLUSIÓN

Aunque las minicargadoras no son tan imponentes como los enormes volquetes articulados o las excavadoras, su manejo sigue siendo peligroso. La falta de formación y la complacencia ante el peligro de estas máquinas provocan muchas lesiones cada año.

---

# Skid Steer Safety Stats and Fact – Spanish

## HECHOS

1. Las minicargadoras ponen a los trabajadores en riesgo de incidentes de vuelco y atropello.
2. El asiento y los controles del operador se encuentran entre los brazos de elevación y delante de los puntos de giro de los mismos. Por lo tanto, los operadores de las minicargadoras deben entrar y salir de la cargadora por la parte delantera de la máquina y por encima de la cuchara. Si el trabajador no sale o entra correctamente, puede activarse un control de pie o de mano y provocar el movimiento de los

brazos de elevación, la cuchara u otro accesorio. Un incidente de este tipo podría causar la muerte o lesiones graves.

3. Estas máquinas también pueden ser letales si no se utilizan según las instrucciones del fabricante.
4. Los accidentes con cargadores de dirección deslizante ocurren porque los diseños de los fabricantes no son seguros, y los fabricantes no le advierten de todas las formas en que puede lesionarse al usar estas máquinas pesadas.

## ESTADÍSTICAS

- Según el informe estadístico de 2016 del WSIB, el atropello/atrapamiento por objetos ha representado el 13% de todas las muertes en el lugar de trabajo en Ontario en los últimos diez años (2007-2016). Es la tercera causa más importante de muertes relacionadas con el trabajo, por detrás de los accidentes de tráfico (36%) y las caídas (18%).
- El 37% de los 7.571 agricultores que murieron en el trabajo entre 1992 y 2005 estuvieron implicados en accidentes de tractor, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de EE.UU.
- Un asombroso número de 93.000 agricultores sufrieron lesiones no mortales en el trabajo, el 12% de las cuales se produjeron por trabajar con maquinaria agrícola.
- Tanto los accidentes con maquinaria agrícola como los vuelcos son habituales en el trabajo. El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo informa de que cada año se producen aproximadamente 5,2 muertes por cada 100.000 explotaciones agrícolas debido a accidentes de vehículos de motor relacionados con el tráfico. Los vuelcos de tractores representan una de cada tres muertes de trabajadores agrícolas, según la Oficina de Estadísticas Laborales de Estados Unidos.
- Un informe del Departamento de Agricultura de EE.UU. de 2007 concluye que la tasa de mortalidad en accidentes de las industrias agrícolas es la tercera más alta en comparación

con otras industrias.

- Los vuelcos representan la mayor parte de las lesiones y muertes en una granja. Según el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, 1.538 agricultores murieron a causa de vuelcos de minicargadores.
  - Por ejemplo, de los 4,8 millones de minicargadores que se utilizan actualmente en Estados Unidos, el 50% no tienen ROPS ni cinturones de seguridad.
  - Incluso cuando los equipos cuentan con ROPS, pueden producirse accidentes mortales. La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional del Departamento de Trabajo de EE.UU. investigó más de 50 incidentes de vuelco de rodillos/compactadores en los que estaban implicados diversos modelos de equipos. Descubrió que el 10% de ellos ocurrieron con un sistema ROP. Sin embargo, ninguno de estos accidentes se saldó con una víctima mortal, un resultado que también se asoció al uso de los cinturones de seguridad por parte del operario.
  - El NIOSH examinó 37 accidentes mortales con minicargadoras y descubrió que 29 (78%) de ellos se produjeron por “atrapamiento entre la cuchara y el bastidor o entre un brazo de elevación y el bastidor”.
- 

# Skid Steer Safety Fatality Report – Spanish

## Caso No. 1-Defensa de los Controles Enclavados

El 7 de febrero de 2015, un agricultor de 37 años murió después de ser golpeado por la caída del cubo de una cargadora de dirección deslizante. El incidente se produjo después de que la víctima utilizara la cargadora para realizar tareas y la aparcara en un garaje abierto sin limpiar el barro, la nieve y el estiércol acumulados en los controles del brazo elevador y del cazo

accionados con el pie. Cuando la víctima apagó la máquina y salió de ella, pisó el mando del brazo elevador, llevándolo a la posición de elevación. A continuación, los restos se congelaron, bloqueando los mandos. Al cabo de una hora, la víctima volvió, entró en la cargadora y puso en marcha el motor. Los brazos de elevación se elevaron hasta que la cuchara entró en contacto con el cabezal sobre la puerta abierta del garaje. La víctima apagó la máquina, se desmontó, se arrodilló en el suelo bajo el cubo elevado delante de la máquina y empezó a limpiar los controles congelados con una palanca. Mientras limpiaba, sin quererlo, movió el control del pedal del brazo de elevación a la posición inferior. Los brazos de elevación se movieron repentinamente hacia abajo, inmovilizando a la víctima entre el cubo y el bastidor de la máquina. La víctima fue descubierta por su mujer, que subió inmediatamente a la máquina, puso en marcha el motor e intentó levantar la cuchara. Sin embargo, los mandos se habían vuelto a congelar y no pudo activar el pedal de control de elevación. Un empleado de la granja intentó sin éxito elevar el cubo con un gato. La víctima fue liberada por los bomberos locales. Los esfuerzos de reanimación comenzaron en el lugar de los hechos y continuaron durante el transporte de la víctima a un hospital local, pero no tuvieron éxito. La víctima fue declarada muerta en la sala de urgencias del hospital.

**Aunque varios factores contribuyeron a la lesión, dos fueron críticos:**

El sistema de enclavamiento del control del brazo elevador había sido anulado por un guante que se había atascado en el enganche conectado al cinturón de seguridad. Un sistema de enclavamiento que funcionara habría impedido que los brazos elevadores se elevaran cuando la víctima arrancara el motor.

El espacio libre en el interior del garaje era escaso e impedía que los brazos de elevación se elevaran lo suficiente como para utilizar los soportes de los brazos de elevación (pasadores deslizantes) montados cerca de la parte superior de la ROPS.

# Skid Steer Safety – Picture This – Spanish

## La operación segura de minicargadoras de dirección deslizante

Mark Hagedorn y  
Cheryl A. Skjolaas



### Conozca su máquina

- El equilibrio es clave para la estabilidad y para girarse en una minicargadora. Aproximadamente 66% del peso de una minicargadora se apoya en los ejes traseros cuando no hay ninguna carga en la pala. El peso se desplaza al extremo delantero cuando hay carga en la pala.
- Una carga excesiva puede hacer que la minicargadora sea extremadamente pesada en la parte delantera, lo que disminuye la estabilidad y la reacción de los controles. No exceda la capacidad operativa nominal de la minicargadora.

- ¡Nunca intente hacer funcionar las palancas de dirección o cualquier otro mando hidráulico mientras esté parada(o) fuera de la cabina! La minicargadora tiene transmisión hidrostática lo cual significa que la máquina responderá de manera instantánea cuando las palancas se activen.
- El funcionamiento de los controles se vuelve casi instintivo para un operador con experiencia. Puede ocasionar confusión para los operadores experimentados tanto los principiantes si cualquiera de los dos busca realizar una serie de funciones a la misma vez. Si esto sucede, generalmente es mejor retirar las manos y los pies de los



Fuente: <https://fyi.extension.wisc.edu>

# Respirator Donning, Doffing, and Seal Checks Meeting Kit

## FIT TEST AND SEAL CHECK

A user seal check is not the same as a fit test. 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. This should be done every time it is put on.

## GENERAL DISPOSABLE FILTERING FACEPIECE RESPIRATOR (N-95 OR DUST MASK)

**Donning:** First, inspect the respirator to ensure there are no tears or damage to the mask. If you identify any damage, replace it as this type of respirator is disposable. Next, using one hand, place the respirator on your face ensuring the respirator covers the bridge of your nose and cups your chin. Using your other hand, pull the top strap over your head. The strap should rest high at the back of your head. Next, pull the bottom strap over your head. The bottom strap should be placed around your neck and below your ears. It is vital that your nose and mouth are covered by the respirator and the straps are not crossed. If the respirator has a metal nosepiece, use your fingertips to mold the metal piece to the shape of your nose to create the proper seal.

**User Seal Check:** Two different user seal checks should be performed (positive and negative). To perform the positive seal check, gently exhale to see if the facepiece bulges slightly. To perform the negative seal check, take a quick, deep breath to see if the facepiece collapses slightly. In either of these checks, if

air leaks between your face and the face seal, you do not have a proper seal. The respirator should be readjusted, and seal checks above should be repeated. If you cannot create a proper seal, do not enter the hazardous area and seek assistance from a supervisor to determine how to resolve the issue.

**Doffing:** To take off the respirator, you should remove it without touching the exterior facepiece as it may be contaminated. Refer to your company's policy for procedures to discard the respirator accordingly.

## **HOW RESPIRATORS WORK**

Three key factors are required for a respirator to be effective: (1) the respirator has to be put on correctly and worn during the exposure; (2) the respirator must fit the user's face snugly to minimize the number of particles that bypass the filter and get into the breathing zone through gaps between the user's skin and the respirator seal; and (3) the respirator filter needs to be highly effective at capturing particles that pass through the filter.

### **RESPIRATOR USE AT WORK**

All employers with employees required to wear a respirator must (1) provide training which covers putting on a respirator and when the respirator should be used; (2) ensure that the respirator is both comfortable and fits the wearer using a fit test protocol conducted by a safety professional; and (3) use a NIOSH-approved respirator demonstrated to meet a certain level of filtration efficiency (e.g., 95% or more). In addition, workers in a complete respiratory protection program, receive a medical evaluation to ensure that they can safely wear their assigned respirator for the hazard and work task.

### **WRITTEN RESPIRATORY PROTECTION PROGRAM**

An employer is required to develop and implement a written respiratory program with required worksite-specific procedures and elements for required respirator use. The written program must

include a respirator-selection process; medical evaluations; fit testing; procedures for use; procedures and schedules for cleaning, disinfecting, storing, inspecting, repairing and discarding; procedures to ensure adequate air quality, quantity and flow; training in respiratory hazards; training in use limitations and maintenance; and procedures for regularly evaluating the program's effectiveness.

An employer must evaluate respiratory hazards in the workplace before selecting a respirator. This evaluation must identify contaminants in their chemical state and physical form, and include a reasonable employee exposure-level estimate. If an employer can't identify or reasonably estimate employee exposure, the employer should consider the atmosphere to be immediately dangerous to life and health.

## **BEST EMPLOYEE PRACTICES FOR RESPIRATOR USE**

- Make sure your disposable N95 FFR has been approved by NIOSH or cleared by the FDA for public use.
- If you have been fit tested and use a respirator at work, then use the same respirator model and size at home.
- Closely follow the manufacturer's instructions so that you put the respirator on correctly each time. The manufacturer's instructions on the respirator package or insert will help you to choose the best size of respirator and to wear it right. Clean-shaven faces will allow the respirator to fit tightly.
- Make sure the respirator fits properly, even if not fit tested, by performing a user seal check.
- If you are planning to wear a reusable half-facepiece or full-face respirator and have lung or heart disease, consider talking to your doctor or other medical provider first.
- If possible, take frequent breaks (every hour or so) away from the respiratory hazard. Use this time to stay hydrated and take the respirator off.
- Try to avoid touching the contaminated surface of the N95 FFR (the outer surface) so that you do not transfer

potentially harmful particles to your hands.

- When done using the N95 FFR, dispose of it properly so that others (for example, children) cannot come in contact with it.
- Follow the manufacturer's recommendations for disposing of the respirator. N95 FFRs are disposable and designed to be worn only once. Some situations may allow you to "reuse" or put the same respirator on multiple times, but the respirator performance will degrade over time.

## **FINAL WORD**

It is important that respirators are donned and doffed correctly. After a respirator is put on, seal checks should always be performed to ensure a proper seal has formed. If you are unable to create a proper seal, then you should not enter the hazardous area as you will not have the proper protection.

---

# **Forklift Fatalities and Injuries Meeting Kit**

## **INTRODUCTION**

The forklift is a commonly used tool that helps people lift and move heavy loads with very little physical effort and excellent precision. Using a forklift lessens the risk of injuries caused by lifting or carrying heavy items. For this reason, many companies employ forklifts and forklift operators to do this kind of labor. These machines are powerful, though, and there is always risk involved when they are used by people who have not been trained on operating them safely.

# HOW DO FORKLIFT ACCIDENTS OCCUR

Here are several scenarios.

- A worker is helping to guide a forklift load into place. He is crushed between the load and a stack of crates.
- Your coworker is operating a forklift near the edge of a loading dock. The wheels roll too close the edge, and the truck falls to the level below. The driver receives disabling injuries.
- A forklift operator reaches through the uprights to the load in front of him. His arm is crushed by the descending lift mechanism.

## THE DO'S AND DON'TS OF FORKLIFT SAFE WORK PRACTICES

### DO's

- Perform a visual and operational check of the forklift at the start of the shift.
- Buckle up as soon as you get on the forklift.
- Place forks as far under the load as possible. Drive with load against heel of rack with mast tilted back. Be sure forks are spaced correctly to support load.
- Operate a forklift smoothly when stopping, starting, lifting and tilting.
- Carry load as low as possible.
- Sound horn before moving forklift when other vehicles or worker may not be able to see forklift movement.
- Match speed to driving surfaces, load and workplace conditions.
- Know that overloading the forklift can cause loss of steering.
- Check for adequate overhead clearance before raising the load.
- Keep forks pointed uphill when traveling with a load on an incline.

- Keep forks pointed downhill when traveling without a load on an incline.
- Travel in reverse when load is blocking frontal vision.
- Sound horn and slow down when approaching pedestrians, doorways, rows aisles, ramps and other forklifts.
- Keep pedestrians away and raise and lower the load smoothly. Any elevated load is hazardous.
- Stop when a group of people are waking across the route being traveled: lower the load to the floor, and wait until the people get by before proceeding.
- Watch out for pedestrians, avoid driving a forklift up to anyone who is standing in front of a bench or other fixed object.
- Stay constantly alert to changing or unusual conditions.
- Always be prepared to stop.
- Whenever anything develops that affects the normal operation of the forklift, tell the supervisor immediately.
- Report any accidents promptly to supervisor, immediately.
- Use only approved personnel platforms, securely fastened to the forks to elevate anyone. Reduce speed when doors, corners and elevations restrict vision. Keep to right unless plant conditions or layout dictate otherwise.
- Park forklift with controls in neutral, brakes applied and forks in a down position with the motor switched off.
- Keep hands, arms, head and feet and legs inside the confines of a moving forklift.
- Observe and obey the load capacity of the forklift.

## **DON'T**

- Do not leave forklifts running inside for long periods of time without ventilation.
- Do not handle steering wheel if your hands or gloves are greasy or slippery.
- Do not try to move or adjust any part of the load, the forklift or the surroundings when on the forklift.
- Do not move loads that are piled or stacked poorly.
- Do not lift a load that extends above the load backrest unless no part of the load can possibly slide back toward

the operator.

- Do not allow anyone but the operator to ride on the forklift.
- Do not use pallets elevated by forklifts as an improvised working platform.
- Do not permit anyone to stand or walk under the elevated part of any forklift, whether loaded or unloaded.
- Do not allow anyone to stand, walk or work under elevated forks.

## **FINAL WORD**

The list of possible forklift hazards can be a long one depending on the work environment and the specific work tasks being performed. Quickly one of the most useful tools on the job can turn into the cause of a fatality for you or a coworker. Treat forklifts with respect and never become complacent to the very real hazards their operation presents.

---

# **Forklift Fatalities and Injuries Stats and Facts**

## **FACTS**

1. National fatality data indicate that the three most common forklift-related fatalities involve forklift overturns, workers on foot being struck by forklifts, and workers falling from forklifts. The case studies indicate that the forklift, the factory environment, and actions of the operator can all contribute to fatal incidents involving forklifts.
2. Forklifts account for only 1% of all warehouse or factory

accidents. But the accidents tend to be more serious than others, accounting for 10% of all physical injuries in those workplaces.

3. They can weigh up to 9.000 pounds, which is three times heavier than many cars.
4. They can travel up to 18 mph unlike a car, forklifts only have brakes in the front, making them harder to stop.
5. Forklifts are heavier in the rear to compensate for the heavy loads being carried in the front. This uneven weight distribution can make a forklift is turned by the rear wheels, causing the rear end to swing outward. This increases the chance of tipping over during tight turns.

## STATS

**Extreme caution in the operation of a forklift is necessary.**

- Forklifts account for around 85 deaths every year.
  - Forklifts accidents that result in serious injury total 34.900 annually.
  - Non-serious injuries related to forklifts accidents reach 61.800 each year.
  - A forklift overturning is the most common incident, accounting for 24% of all forklift accidents.
  - If companies implemented more stringent training policies, the Occupational Safety and Health Administration (OSHA) estimates that about 70% of forklift accidents in the US could be prevented.
  - A forklift is a dangerous piece of machinery. There are some pretty grim accidents statistics to back up that notion. In reality, forklifts account for only 1% of all warehouse or factory accidents. But the accidents tend to be more serious than others, accounting for 10% of all physical injuries in those workplaces.
-

# Forklift Fatalities and Injuries Fatality Report

The incident happened at an agricultural cooperative (co-op). The co-op's retail store was connected to the co-op's tire shop and a warehouse. Also, on the grounds was an equipment storage shed, a fertilizer shed, and an outdoor storage area where 200-pound molasses animal licks were stored. A large flat concrete parking lot extended in front of the store entrance and around one side of the warehouse where a loading dock and ramp were located.

At the time of the incident a customer was helping the victim as he loaded a molasses lick into another customer's trailer using a forklift. Approximately 5 minutes later, the customer heard a loud crashing sound. He ran over to the area where the victim had been operating the forklift and saw the forklift tipped over on its side. The victim was lying face down and pinned under the cage of the forklift and with one leg extended and the other leg doubled up under him.

The customer ran to get help. While he and a co-worker ran back to assist the victim, another coworker ran into the company's store to call 911. The customer and co-worker were unable to lift the forklift manually and told another co-worker to get a front-end loader. As co-workers lifted the forklift off the victim using the front-end loader, the customer pulled the victim clear. The victim was conscious but having difficulty breathing.

The police and fire department responded to the scene at 2:00 p.m., the ambulance was dispatched at 2:08 pm. and responded at 2:09 p.m. EMS personnel examined the victim and inserted an endo-tracheal tube at 2:18 p.m. followed by a needle chest decompression immediately after, to help the victim breathe.

A medical helicopter was dispatched to transport the victim to a trauma center, but while the ambulance was in route to meet the helicopter, the victim's condition deteriorated, and the victim was transported instead to a local hospital. The victim arrived at

the hospital at 2:32 p.m. and was pronounced dead at 3:16 p.m. in the hospital's emergency room.

---

# **Forklift Fatalities and Injuries – Picture This**

# FORKLIFTS AND PEDESTRIAN SAFETY



**NEVER**

POSITION YOURSELF BETWEEN A FORKLIFT AND A SOLID SURFACE WHERE THERE IS NO ESCAPE ROUTE



**NEVER EVER**

WALK UNDER A LIFTED LOAD



**MAKE EYE CONTACT**

BE SURE THE OPERATOR SEES YOU



**STOP.LOOK.POINT**

AT ALL INTERSECTIONS TO MAKE SURE FORKLIFT OPERATORS SEE YOU AND KNOW WHERE YOU ARE GOING



**PUT THE PHONE AWAY**

DON'T WALK AND TALK, WALK AND TEXT, WALK AND TWEET OR WALK AND DO ANYTHING ELSE ON YOUR PHONE



**WALK ONLY IN PEDESTRIAN AISLES  
& KEEP FORKLIFTS OUT**

USE A GUARD RAIL WHERE APPLICABLE



**REMEMBER MOMENTUM  
IS NOT YOUR FRIEND**

IF A FORKLIFT TRIES TO STOP TOO QUICKLY, A LOAD CAN SHIFT AND FALL INJURING YOU OR THE OPERATOR

# Forklift Fatalities and Injuries Meeting Kit – Spanish

## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El montacargas es una herramienta de uso común que ayuda a las personas a levantar y mover cargas pesadas con muy poco esfuerzo físico y excelente precisión. El uso de un montacargas disminuye el riesgo de lesiones causadas por el levantamiento o el transporte de objetos pesados. Por esta razón, muchas empresas emplean montacargas y operadores de montacargas para realizar este tipo de trabajo. Sin embargo, estas máquinas son potentes y siempre existe un riesgo cuando las utilizan personas que no han recibido formación para manejarlas con seguridad.

## CUÁL ES EL PELIGRO

### CÓMO SE PRODUCEN LOS ACCIDENTES CON MONTACARGAS

**He aquí varios escenarios.**

Un trabajador ayuda a colocar la carga de un montacargas en su sitio. Queda aplastado entre la carga y una pila de cajas.

Su compañero de trabajo está manejando un montacargas cerca del borde de un muelle de carga. Las ruedas ruedan demasiado cerca del borde y el montacargas cae al nivel inferior. El conductor sufre lesiones incapacitantes.

Un operario de un montacargas alcanza a través de los montantes la carga que tiene delante. Su brazo es aplastado por el mecanismo de elevación descendente.

# COMO PROTEGERSE

## LO QUE HAY QUE HACER Y LO QUE NO HAY QUE HACER EN LAS PRÁCTICAS DE TRABAJO SEGURAS CON MONTACARGAS

### LO QUE HAY QUE HACER

- Realice una comprobación visual y operativa del montacargas al inicio del turno.
- Abróchese el cinturón de seguridad nada más subir al montacargas
- Coloque las horquillas lo más abajo posible de la carga. Conduzca con la carga contra el talón de la estantería con el mástil inclinado hacia atrás. Asegúrese de que las horquillas están correctamente espaciadas para soportar la carga.
- Maneje el montacargas con suavidad al parar, arrancar, levantar e inclinar.
- Lleve la carga lo más bajo posible.
- Haga sonar la bocina antes de mover el montacargas cuando otros vehículos o trabajadores no puedan ver el movimiento del montacargas.
- Adapte la velocidad a las superficies de conducción, a la carga y a las condiciones del lugar de trabajo.
- Sepa que la sobrecarga del montacargas puede provocar la pérdida de la dirección.
- Compruebe que hay suficiente espacio libre por encima de la cabeza antes de elevar la carga.
- Mantenga las horquillas apuntando hacia arriba cuando viaje con una carga en una pendiente.
- Mantenga las horquillas orientadas hacia abajo cuando se desplace sin carga en una pendiente.
- Viajar en reversa cuando la carga bloquea la visión frontal.
- Haga sonar la bocina y reduzca la velocidad cuando se acerque a peatones, puertas, pasillos, rampas y otros montacargas.
- Mantenga alejados a los peatones y suba y baje la carga suavemente. Cualquier carga elevada es peligrosa.
- Deténgase cuando un grupo de personas esté cruzando la ruta

que se está recorriendo: baje la carga al suelo y espere a que las personas pasen antes de continuar.

- Tenga cuidado con los peatones, evite conducir un montacargas hasta alguien que esté parado frente a un banco u otro objeto fijo.
- Manténgase constantemente alerta ante condiciones cambiantes o inusuales.
- Esté siempre preparado para parar.
- Cuando se produzca cualquier cosa que afecte al funcionamiento normal del montacargas, comuníquelo inmediatamente al supervisor.
- Informe inmediatamente al supervisor de cualquier accidente.
- Utilice únicamente plataformas de personal aprobadas y bien sujetas a las horquillas para elevar a cualquier persona. Reduzca la velocidad cuando las puertas, esquinas y elevaciones restrinjan la visión. Manténgase a la derecha a menos que las condiciones de la planta o la disposición dicten lo contrario.
- Estacione el montacargas con los controles en punto muerto, los frenos aplicados y las horquillas en posición baja con el motor apagado.
- Mantenga las manos, los brazos, la cabeza y los pies y las piernas dentro de los límites de un montacargas en movimiento.
- Respete y obedezca la capacidad de carga del montacargas.

## **LO QUE NO SE DEBE HACER**

- No deje el montacargas en funcionamiento en su interior durante largos periodos de tiempo sin ventilación.
- No manipule el volante si sus manos o guantes están grasientos o resbaladizos.
- No intente mover o ajustar ninguna parte de la carga, del montacargas o del entorno cuando esté en el montacargas.
- No mueva cargas que estén apiladas o mal apiladas.
- No levante una carga que se extienda por encima del respaldo de la carga a menos que ninguna parte de la carga pueda deslizarse hacia el operador.
- No permita que nadie más que el operador se suba al

montacargas.

- No utilice los palés elevados por los montacargas como plataforma de trabajo improvisada.
- No permita que nadie se sitúe o camine bajo la parte elevada de cualquier montacargas, esté cargada o descargada.
- No permita que nadie se pare, camine o trabaje debajo de las horquillas elevadas.

## CONCLUSIÓN

La lista de posibles riesgos de los montacargas puede ser larga, dependiendo del entorno de trabajo y de las tareas específicas que se realicen. Rápidamente, una de las herramientas más útiles en el trabajo puede convertirse en la causa de una fatalidad para usted o un compañero de trabajo. Trate a los montacargas con respeto y no se conforme con los peligros reales que presenta su funcionamiento.

---

# Forklift Fatalities and Injuries Stats and Facts – Spanish

## HECHOS

1. Los datos nacionales sobre accidentes mortales indican que los tres accidentes mortales más comunes relacionados con los montacargas son los vuelcos de éstas, los trabajadores a pie que son golpeados por los montacargas y los trabajadores que se caen de las mismas. Los estudios de casos indican que el montacargas, el entorno de la fábrica y las acciones del operador pueden contribuir a los incidentes mortales

relacionados con los montacargas.

2. Los montacargas sólo representan el 1% de todos los accidentes en almacenes o fábricas. Pero los accidentes tienden a ser más graves que otros, representando el 10% de todas las lesiones físicas en esos lugares de trabajo.
3. Pueden pesar hasta 9.000 libras, es decir, tres veces más que muchos coches.
4. Pueden viajar hasta 18 mph a diferencia de un vehículo, los montacargas sólo tienen frenos en la parte delantera, lo que las hace más difíciles de detener.
5. Los montacargas son más pesadas en la parte trasera para compensar las pesadas cargas que llevan en la parte delantera. Esta distribución desigual del peso puede hacer que un montacargas sea girada por las ruedas traseras, haciendo que la parte trasera se balancee hacia fuera. Esto aumenta la posibilidad de volcar durante los giros cerrados.

## ESTADÍSTICAS

- Es necesario extremar la precaución en el manejo de un montacargas
- Los montacargas son responsables de unas 85 muertes al año.
- Los accidentes con montacargas que provocan lesiones graves ascienden a 34.900 al año.
- Las lesiones no graves relacionadas con accidentes de montacargas alcanzan las 61.800 cada año.
- El vuelco de un montacargas es el incidente más común, ya que representa el 24% de todos los accidentes con montacargas
- Si las empresas aplicaran políticas de formación más estrictas, la Administración de Seguridad y Salud en el Trabajo (OSHA) calcula que podrían evitarse alrededor del 70% de los accidentes con montacargas en Estados Unidos.
- Un montacargas es una pieza de maquinaria peligrosa. Hay algunas estadísticas de accidentes bastante sombrías que respaldan esta noción. En realidad, los montacargas sólo representan el 1% de todos los accidentes en almacenes o fábricas. Pero los accidentes tienden a ser más graves que otros, representando el 10% de todas las lesiones físicas en esos lugares de trabajo.

---

# Forklift Fatalities and Injuries Fatality Report – Spanish

El incidente se produjo en una cooperativa agrícola. La tienda minorista de la cooperativa estaba conectada con la tienda de neumáticos de la cooperativa y con un almacén. Además, en el terreno había un cobertizo de almacenamiento de equipos, un cobertizo de fertilizantes y un área de almacenamiento al aire libre donde se almacenaban lamas de animales de melaza de 200 libras. Un gran aparcamiento de hormigón plano se extendía frente a la entrada de la tienda y alrededor de un lado del almacén, donde se encontraban un muelle de carga y una rampa.

En el momento del incidente, un cliente estaba ayudando a la víctima mientras cargaba un lametón de melaza en el remolque de otro cliente utilizando un montacargas. Aproximadamente 5 minutos después, el cliente oyó un fuerte ruido de choque. Corrió hacia la zona en la que la víctima había estado manejando el montacargas y vio el montacargas volcado sobre un lado. La víctima estaba tumbada boca abajo e inmovilizada bajo la jaula del montacargas y con una pierna extendida y la otra doblada bajo él.

El cliente corrió a buscar ayuda. Mientras él y un compañero de trabajo corrían a socorrer a la víctima, otro compañero de trabajo corrió a la tienda de la empresa para llamar al 911. El cliente y el compañero de trabajo no pudieron levantar el montacargas manualmente y le dijeron a otro compañero que consiguiera un cargador frontal. Mientras los compañeros de trabajo levantaban el montacargas de la víctima utilizando el cargador frontal, el cliente sacó a la víctima. La víctima estaba consciente pero tenía dificultades para respirar.

La policía y los bomberos acudieron al lugar de los hechos a las

14:00 horas, la ambulancia fue enviada a las 14:08 horas y acudió a las 14:09 horas. El personal de los servicios médicos de urgencia examinó a la víctima y le insertó un tubo endotraqueal a las 14:18 horas, seguido de una descompresión torácica con aguja inmediatamente después, para ayudarla a respirar.

Se envió un helicóptero médico para trasladar a la víctima a un centro de traumatología, pero mientras la ambulancia se dirigía a recibir al helicóptero, el estado de la víctima empeoró y se la trasladó a un hospital local. La víctima llegó al hospital a las 14:32 y fue declarada muerta a las 15:16 en la sala de urgencias del hospital.

---

# **Forklift Fatalities and Injuries – Picture This – Spanish**

## REGLAS BÁSICAS EN LA OPERACIÓN SEGURA DE MONTACARGAS



Fuente: <https://casip.com>

# Good Enough Mindset Meeting Kit – Spanish

## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Todos hemos escuchado el dicho "lo suficientemente bueno". Sin embargo, cuando se trata de la seguridad en el lugar de trabajo, la frase "lo suficientemente bueno" no cumple el requisito de seguridad en el lugar de trabajo. La seguridad consiste en identificar y abordar los riesgos en el lugar de trabajo. Hay que dedicar el tiempo y la energía adecuados para eliminar, o al menos

mitigar, los peligros, además de identificarlos.

## CUÁL ES EL PELIGRO

¿Cuál es el origen de la frase “lo suficientemente bueno”?

**Estas son algunas de las razones por las que los trabajadores pueden aceptar un riesgo innecesario en el desempeño de sus responsabilidades.**

1. **La autocomplacencia.** Para las personas que llevan mucho tiempo realizando su trabajo, la autocomplacencia puede ser uno de los mayores retos para evitar una mentalidad “suficientemente buena”.
2. **Falta de formación o comprensión.** Algunos trabajadores, especialmente los menos experimentados, pueden no entender la importancia de tomar ciertas medidas para protegerse a sí mismos y a los que les rodean mientras realizan su trabajo.
3. **La cultura de su grupo de trabajo o de la empresa en su conjunto apoya la tolerancia del riesgo.** Cuando los supervisores o los compañeros de trabajo no siguen las normas o los procedimientos de seguridad, entonces los demás a su alrededor están más dispuestos a no seguir también las normas y a conformarse con lo suficiente.
4. **Falta de energía o fatiga.** Hay muchas veces que no nos sentimos al 100%. La falta de energía es un gran problema en los Estados Unidos con todas las exigencias que tenemos tanto en casa como en el trabajo. Cuando la fatiga o la falta de energía se convierte en un problema, nuestro trabajo se resiente, incluyendo la seguridad en el trabajo.

## COMO PROTEGERSE

### CÓMO EVITAR UNA MENTALIDAD DE LO SUFICIENTEMENTE BUENO

Estos son los consejos que le ayudarán a crear su propia mentalidad de seguridad y a evitar una mentalidad “suficientemente

bueno”:

**ATENCIÓN:** Presta atención. Manténgase alerta a los posibles peligros en su entorno de trabajo para poder tomar medidas para corregirlos o protegerse de ellos. Por ejemplo, saber que hay nieve y hielo en el suelo te ayudará a llevar el calzado correcto y a tener cuidado al caminar por lugares con hielo.

**CONCENTRACIÓN:** Concéntrese en la tarea que tiene entre manos. Las distracciones, el aburrimiento o la fatiga pueden provocar accidentes y otros peligros para la seguridad. Cuídese bien. Descansar mucho y mantenerse alerta puede evitar accidentes.

**FUERTE:** Tenga la fuerza para hacer lo correcto incluso cuando sea más fácil no hacerlo. Siga los procedimientos de seguridad. Recuerde a sus compañeros de trabajo las precauciones de seguridad. Siga la política del distrito en todo momento.

**PACIENCIA:** Tómese el tiempo necesario para hacer las cosas correctamente cada vez, como abrocharse siempre el cinturón de seguridad, incluso en los viajes rápidos. Sea consciente de su entorno, incluso si necesita tomarse un momento para evaluar el entorno. No hay atajos para la seguridad.

**RESPONSABLE:** Asuma la responsabilidad de un entorno de trabajo seguro. Si ve algo fuera de lugar, recójalo o avise a alguien que pueda ayudarlo. Si no lo hace, alguien puede caer sobre ese objeto y lesionarse. No puede dar por sentado que otra persona tomará medidas, ideje que sea usted!

**PIENSE:** Deténgase a pensar antes de actuar. Los accidentes no son el resultado de la mala suerte. Ocurren cuando alguien decide (conscientemente o no) arriesgarse. Sea inteligente y evite correr riesgos innecesarios. Tómese el tiempo necesario para asegurarse de que los objetos están en su sitio y las condiciones son favorables para su actividad antes de empezar.

**MEJORES PRÁCTICAS PARA EVITAR LA MENTALIDAD DE “SUFICIENTEMENTE BUENO”.**

La cultura organizativa y la mentalidad de seguridad subyacentes

determinan el grado en que la seguridad forma parte de los procesos de pensamiento y los hábitos de trabajo cotidianos. Por eso, crear y defender una mentalidad de “la seguridad es lo primero” debe ser tarea de todos.

Las mejores prácticas incluyen:

- Impartir formación en materia de seguridad y/o actualización de conocimientos a todos los trabajadores;
- Proporcionar advertencias en forma de señales, carteles, charlas sobre las herramientas, etc;
- Enviar memorandos de seguridad por correo o correo electrónico;
- Colocar recordatorios de seguridad en los sobres de la nómina de los empleados;
- Ofrecer charlas semanales sobre la caja de herramientas para recordar a los trabajadores la seguridad relacionada con tareas específicas del lugar de trabajo.

## **RESUMEN**

Todos debemos apasionarnos por la seguridad y reforzarla constantemente en nuestra conciencia colectiva. Una cosa es decir “la seguridad es importante”, pero otra es tenerla grabada de forma indeleble en la mente de los trabajadores para que sea algo natural para ellos cuidar de sí mismos y de los miembros de su equipo cada día en el trabajo. Permanecemos seguros juntos. La seguridad como forma de vida es una mentalidad cultural que puede arraigarse y desarrollarse año tras año.

## **CONSEJOS**

- No se haga daño y haga todo lo que pueda para evitar que otras personas se hagan daño.
- La seguridad no cuesta. Es rentable.
- Si no cree que es seguro, no lo haga.

## **CONCLUSIÓN**

Lo “suficientemente bueno” es una mentalidad que afecta a las

personas tanto en el trabajo como en casa en diferentes aspectos de la vida. Cuando aspiramos a menos de lo que sabemos que es nuestro potencial, estamos dejando mucho sobre la mesa. Cuando se trata de la seguridad en el trabajo, aspirar a menos de lo que se espera puede conducir a lesiones graves.