Ground Personnel and Mobile Equipment Fatality File

BLIND SPOT: MINERS DIED WHILE THEIR BOSSES REFUSED SAFETY EQUIPMENT

ORACLE, Arizona – Thomas Benavidez never came home that Father's Day.

His wife and three children knew he had to work, so they didn't make plans to celebrate that Sunday. Instead, they spent it trying to confirm rumors of his death that swirled through this Arizona community of fewer than 4,000 people and quickly spread alongside details of a mining accident posted to Facebook.

Police photos from the scene show the flipped pickup truck Benavidez had parked in an open-pit copper mine in 2010. A 240-ton truck the size of a two-story house, designed to lug rock, drove over the smaller vehicle, flattening it. Benavidez, 52, was caught in one of the haul truck's blind spots and crushed to death.

The mining industry has known for decades about these blind spots and the role they played in dozens of deaths. All the while, the U.S. Department of Labor's Mine Safety and Health Administration (MSHA) has pushed companies to install readily available and relatively cheap safety features that, it says, could save lives.

A Center for Public Integrity review of MSHA investigative reports, police files and court documents reveals that weak oversight has mixed with mistakes at mines to deadly effect, as the industry and its regulators bicker over proposed rules. Various types of heavy machinery have directly or indirectly been involved in nearly 500 deaths, dozens of them caused by blind spots, at underground and surface mines since 2000, according to MSHA data.

A recent analysis by the agency found that 23 deaths could have

been avoided in surface mines alone between 2003 and 2018 if heavy machinery were equipped with safety measures such as backup cameras, proximity sensors or other collision-warning systems.

Benavidez suffered one of those avoidable deaths when a haul truck driver, even after following the mine's safety protocols, never saw Benavidez's Chevrolet pickup and drove over it. A mechanic in the seat next to Benavidez was extricated from the vehicle, but with serious injuries.

Ground Personnel and Mobile Equipment Fatality File – Spanish

PUNTO CIEGO: LOS MINEROS MURIERON MIENTRAS SUS JEFES SE NEGABAN A USAR EL EQUIPO DE SEGURIDAD

ORACLE, Arizona – Thomas Benavidez no llegó a casa ese Día del Padre.

Su mujer y sus tres hijos sabían que tenía que trabajar, así que no hicieron planes para celebrar ese domingo. En su lugar, lo pasaron intentando confirmar los rumores de su muerte, que se extendieron por esta comunidad de Arizona de menos de 4.000 habitantes y se propagaron rápidamente junto con los detalles de un accidente minero publicado en Facebook.

Las fotos de la policía del lugar de los hechos muestran la camioneta volcada que Benavidez había aparcado en una mina de cobre a cielo abierto en 2010. Un camión de 240 toneladas del

tamaño de una casa de dos pisos, diseñado para arrastrar roca, pasó por encima del vehículo más pequeño, aplastándolo. Benavidez, de 52 años, quedó atrapado en uno de los puntos ciegos del camión y murió aplastado.

La industria minera conoce desde hace décadas estos puntos ciegos y el papel que desempeñan en decenas de muertes. Al mismo tiempo, la Administración de Seguridad y Salud en las Minas (MSHA) del Departamento de Trabajo de EE.UU. ha presionado a las empresas para que instalen dispositivos de seguridad fáciles de conseguir y relativamente baratos que, según dice, podrían salvar vidas.

Una revisión del Centro para la Integridad Pública de los informes de investigación de la MSHA, archivos policiales y documentos judiciales revela que la débil supervisión se ha mezclado con los errores en las minas con un efecto mortal, mientras la industria y sus reguladores discuten sobre las normas propuestas. Diversos tipos de maquinaria pesada han estado directa o indirectamente implicados en casi 500 muertes, docenas de ellas causadas por puntos ciegos, en minas subterráneas y de superficie desde el año 2000, según datos de la MSHA.

Un análisis reciente de la agencia encontró que 23 muertes podrían haberse evitado solo en las minas de superficie entre 2003 y 2018 si la maquinaria pesada estuviera equipada con medidas de seguridad como cámaras de respaldo, sensores de proximidad u otros sistemas de alerta de colisión.

Benavidez sufrió una de esas muertes evitables cuando el conductor de un camión de transporte, incluso después de seguir los protocolos de seguridad de la mina, nunca vio la camioneta Chevrolet de Benavidez y la arrolló. Un mecánico que ocupaba el asiento contiguo a Benavidez fue sacado del vehículo, pero con heridas graves.

Ground Personnel and Mobile Equipment Stats and Facts

FACTS

1. Equipment operators, ground workers and pedestrians are injured or killed by mobile equipment as a result of rollovers or by individuals being struck or crushed by equipment.
2. Conditions that contribute to struck-by injuries and fatalities with powered mobile equipment in industrial workplaces.

- Falling materials and loads.
- Equipment operator blind spots.
- An operator dismounting and leaving equipment in gear, or not setting the brakes or wheel chocks.
- Equipment tip-over or rollover.
- Equipment or controls not locked out during maintenance.

1. Deaths, injuries, property damage occur when:

- two vehicles or pieces of mobile equipment
- A vehicle or mobile equipment and a worker on foot
- A vehicle or mobile equipment and a fixed object

STATS

- A U.S. Bureau of Labor Statistics database, an average of nine construction workers were killed each year while loading and unloading mobile equipment from flatbed trucks and trailers.
- Vehicles and mobile heavy equipment were a major source of fatalities in construction, resulting in 7,681 deaths.
- Occupations with the highest number of vehicle- and mobile heavy equipment-related deaths also include foreman, operating engineer, and truck driver. Of these deaths, 63

construction laborers and 22 operating engineers died at road construction sites.
- Fifteen fatalities (30 per cent) were caused by transportation or mobile equipment in 2018, four higher than the 11 fatalities recorded in the previous year.

Ground Personnel and Mobile Equipment Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Los operadores de equipos, los trabajadores de tierra y los peatones resultan heridos o muertos por equipos móviles como consecuencia de vuelcos o por personas que son golpeadas o aplastadas por los equipos.
2. Condiciones que contribuyen a las lesiones y muertes por atropello con equipos móviles motorizados en los lugares de trabajo industriales.

- Caída de materiales y cargas.
- Puntos ciegos del operador del equipo.
- Un operador que se desmonta y deja el equipo en marcha, o que no pone los frenos o los calzos en las ruedas.
- Vuelco del equipo.
- Equipo o controles no bloqueados durante el mantenimiento.

1. Se producen muertes, lesiones y daños materiales cuando

- dos vehículos o equipos móviles
- Un vehículo o equipo móvil y un trabajador a pie
- Un vehículo o equipo móvil y un objeto fijo

ESTADÍSTICAS

- Según una base de datos de la Oficina de Estadísticas Laborales de Estados Unidos, una media de nueve trabajadores de la construcción murieron cada año mientras cargaban y descargaban equipos móviles de camiones y remolques de plataforma.
- Los vehículos y la maquinaria pesada móvil fueron una de las principales fuentes de mortalidad en la construcción, con un resultado de 7.681 muertes.
- Entre las ocupaciones con mayor número de muertes relacionadas con vehículos y equipos pesados móviles se encuentran también las de capataz, ingeniero de operaciones y conductor de camión. De estas muertes, 63 obreros de la construcción y 22 ingenieros de explotación murieron en obras de construcción de carreteras.
- Quince muertes (30%) fueron causadas por el transporte o el equipo móvil en 2018, cuatro más que las 11 muertes registradas el año anterior.

Four Focus Items for Work Area Inspections Picture This



Four Focus Items for Work Area Inspections Picture This – Spanish



Front End Loader Safety Meeting Kit

FRONT END LOADER SAFETY TOOLBOX TALK

Front end loaders are one of the most commonly used types of heavy equipment. These machines are found in a variety of industries completing a magnitude of different tasks. These machines may not be the largest or viewed as the most hazardous on a job but still are responsible for injuries and deaths year in and year out.

HAZARDS CREATED BY FRONT END LOADER OPERATION

Common types of front-end loader incidents that can result in serious injuries or fatalities are struck-by incidents, caught-in or between incidents, and tip-overs.

Struck- by incidents- Many of the fatalities listed on OSHA's database were a result of a struck-by incident. All too often ground personnel find themselves in a blind spot and an operator will strike them with the loader. Also, the load carried by a front-end loader can strike personnel on the ground causing serious injuries.

Caught-in or between- Similar to struck-by incidents, caught-in or between incidents are responsible for many injuries and fatalities. Workers can find themselves pinned in between the front end loader and another object such as a wall. The load the machine is carrying or working underneath the attachment in the front of the machine can also create an incident where a worker suffers a caught-in or between injury.

Tip-overs- When a front loader is operated outside of its design limits or in an unsafe way, they are susceptible to tip-over incidents. Loads that are too heavy, uneven terrain, and unsafe speeds are a few common factors for tip-over incidents.

BEST PRACTICES WHILE OPERATING A FRONT END LOADER

- Operate the equipment within its design limits. Read the operator's manual prior to using any front end loader.
- Ensure you have the proper training for the equipment you are using.
- Never overload the equipment. Always use proper lifting and rigging techniques when lifting a load with a front end loader. Travel with loads or attachments low to the ground.
- Setup work areas and tasks in such a way that foot traffic

is eliminated or minimized around where heavy equipment is operating.

- Utilize a spotter for tasks when personnel or property can be struck.
- Minimize backing as much as possible. Backing leads to more incidents than when moving forward.

OPERATIONAL PRECAUTIONS

Back Up Cautiously: Accidents occur most frequently when backing. Just because you have a backup alarm on your loader, it is not safe to travel in reverse without concern—for any distance. You must still be aware of your surroundings, use properly adjusted rear-view mirrors and, when lighting is poor, use both front and rear lights. Never throw the engine into reverse without looking behind you. Don’t be afraid to use your horn, too. Backup alarms soon become part of the din on a jobsite. If someone ventures into the danger zone around where you are working, sounding a warning blast and stopping would certainly be in order.

Permit No Riders: No one, other than the operator, should ride the equipment. The bouncing and jarring can cause passengers to be thrown off. The usual result is, the passenger is run over. The cage, (the Roll Over Protective Structure) is designed to protect the operator in the event of a rollover. In order to provide this protection, the operator must be inside the cage, using his seat belt. A passenger is outside and obviously not protected.

Extreme Caution In Pivot Areas: Articulated loaders have a very nasty pinch point at the pivot. Operators should always check both sides of the machine before moving it, to make sure no one is in this dangerous area. If you are the mechanic or oiler, you put yourself at serious risk every time you get in the pivot area. Install the safety bars or links before working in this area of articulated equipment. These will help protect you by preventing the machine from turning.

Overhead Hazards: Be cautious if you are around, between, or under a raised bucket or its arms. When you need to enter these “danger

zones," make sure the machine is shut off. Have the operator step down from the machine and give you the keys. Instruct him to remain off the equipment until you tell him it is all right to remount. Has the bucket lowered to the ground unless the work you plan to do requires that it be raised? Install jacks or blocks under raised buckets or arms so they cannot fall on you if something goes wrong.

Use a front-end loader only for its specific purpose. Never use it for such things as removing fence posts, towing or to knock something down. Never allow people to ride in the bucket. Never walk or work under a raised loader. Raise and lower the loader arms slowly and steadily. Never move or swing a load with people in the work area. If the tractor is to be used in tillage operations, remove the bucket first.

Load the bucket evenly, and avoid overloading to prevent upsets. Do not exceed the load limits listed in the operator's manual. Keep the bucket low while carrying loads and operating on hills. A hole or sudden bump can easily upset the tractor if the bucket is carried and the rougher the terrain, the greater the danger of an upset.

Travel slowly with front-end loaders filled. Carry the load low, to maintain stability and visibility. However, make sure the load is high enough to avoid contact with the pavement. Be careful when turning with loads, especially those that may shift or slide. Add extra weight on the rear of the tractor to counter-balance the weight of the load of the front end loader. Check the operator's manual for specific recommendations.

Keep the tractor wheels spread as widely as possible. Avoid using loaders on tricycle-type tractors, because the chances of a sideways upset will increase.

When operating a front-end loader, watch the road or field. Avoid holes, rocks, loose fill or any other obstacle that could upset the tractor. Watch for overhead wire and obstacles when the loader is raised. If working inside buildings, watch for low ceiling beams and doorways to prevent being pinned or crushed between them

and the tractor. Also, be sure there is enough ventilation so carbon monoxide from the tractor engine will not build up.

Be very careful when back filling. The weight of the fill material plus the weight of the tractor and loader could cause the new construction of collapse. Avoid undercutting high banks. Watch for falling rocks and cave-ins if a high bank must be undercut. Stay away from the outer edge when working along high banks and slopes.

FINAL WORD

Front end loaders are extremely versatile and useful to have on the job. That being said, they also can be very dangerous to operate or work around. Take the time to evaluate the hazards of the tasks involving front end loader use. Eliminate as many hazards as possible prior to work beginning.

Front End Loader Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

CHARLA SOBRE LA SEGURIDAD DE LOS CARGADORES FRONTALES

Los cargadores frontales son uno de los tipos de equipos pesados más utilizados. Estas máquinas se encuentran en una gran variedad de industrias que realizan una gran cantidad de tareas diferentes. Puede que estas máquinas no sean las más grandes o no se consideren las más peligrosas en un trabajo, pero aun así son responsables de lesiones y muertes año tras año.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS CREADOS POR EL FUNCIONAMIENTO DE LOS CARGADORES FRONTALES

Los tipos más comunes de incidentes con cargadores frontales que pueden resultar en lesiones graves o muertes son los incidentes de golpes, los incidentes de atrapamiento o entre los incidentes, y los vuelcos.

Incidentes de atropello: muchas de las muertes que figuran en la base de datos de la OSHA fueron el resultado de un incidente de atropello. Con demasiada frecuencia, el personal de tierra se encuentra en un punto ciego y un operador le golpea con la cargadora. Además, la carga transportada por una cargadora frontal puede golpear al personal que se encuentra en el suelo, causándole graves lesiones.

Atrapados o Aplastado por – Al igual que los incidentes de atropello, los incidentes de atrapados o aplastado por son responsables de muchas lesiones y muertes. Los trabajadores pueden quedar atrapados entre el cargador frontal y otro objeto, como una pared. La carga que transporta la máquina o el hecho de trabajar debajo del accesorio en la parte delantera de la máquina también pueden crear un incidente en el que un trabajador sufra una lesión por atrapamiento o entre dos objetos.

Vuelcos – Cuando un cargador frontal se maneja fuera de sus límites de diseño o de forma insegura, son susceptibles de sufrir incidentes de vuelco. Las cargas demasiado pesadas, los terrenos irregulares y las velocidades inseguras son algunos de los factores comunes de los incidentes de vuelco.

COMO PROTEGERSE

MEJORES PRÁCTICAS AL OPERAR UN CARGADOR FRONTAL

- Opere el equipo dentro de sus límites de diseño. Lea el manual del operador antes de utilizar cualquier cargador

frontal.

- Asegúrese de tener la formación adecuada para el equipo que está utilizando.
- No sobrecargue nunca el equipo. Utilice siempre las técnicas de elevación y aparejo adecuadas cuando levante una carga con un cargador frontal. Viaje con cargas o implementos a poca altura del suelo.
- Configure las áreas de trabajo y las tareas de tal manera que se elimine o minimice el tráfico peatonal alrededor del lugar en el que está operando el equipo pesado.
- Utilice un observador para las tareas en las que el personal o la propiedad puedan ser golpeados.
- Reduzca al máximo el retroceso. El retroceso provoca más incidentes que el avance.

PRECAUCIONES OPERATIVAS

- **Retroceda con precaución:** Los accidentes se producen con mayor frecuencia al dar marcha atrás. Sólo por el hecho de tener una alarma de retroceso en su cargadora, no es seguro viajar en reversa sin preocupación-para cualquier distancia. Debe seguir siendo consciente de su entorno, utilizar los espejos retrovisores correctamente ajustados y, cuando la iluminación sea escasa, utilizar tanto las luces delanteras como las traseras. Nunca pongas el motor en marcha atrás sin mirar detrás de usted. No tenga miedo de utilizar también el claxon. Las alarmas de retroceso pronto se convierten en parte del estruendo en una obra. Si alguien se adentra en la zona de peligro alrededor de donde usted está trabajando, hacer sonar una ráfaga de advertencia y detenerse sería ciertamente lo correcto.
- **No permita que nadie se acerque:** Nadie, aparte del operador, debe subirse al equipo. Los rebotes y las sacudidas pueden hacer que los pasajeros salgan despedidos. El resultado habitual es que el pasajero sea atropellado. La jaula, (la estructura de protección antivuelco) está diseñada para proteger al operador en caso de vuelco. Para proporcionar esta protección, el operador debe estar dentro de la jaula,

utilizando su cinturón de seguridad. Un pasajero está fuera y obviamente no está protegido.

- **Extreme las precauciones en las zonas de giro:** Las cargadoras articuladas tienen un punto de pellizco muy desagradable en el pivote. Los operadores deben comprobar siempre ambos lados de la máquina antes de moverla, para asegurarse de que no hay nadie en esta zona peligrosa. Si usted es el mecánico o el engrasador, se pone en grave riesgo cada vez que se mete en la zona del pivote. Instale las barras o eslabones de seguridad antes de trabajar en esta zona del equipo articulado. Éstas le ayudarán a protegerse impidiendo que la máquina gire.
- **Peligros por encima de la cabeza:** Tenga cuidado si se encuentra alrededor, entre o debajo de un cazo elevado o de sus brazos. Cuando tenga que entrar en estas "zonas de peligro", asegúrese de que la máquina está apagada. Haga que el operador se baje de la máquina y le dé las llaves. Indíquele que permanezca fuera del equipo hasta que usted le diga que puede volver a montar. ¿Ha bajado el cazo al suelo, a menos que el trabajo que vaya a realizar requiera que esté elevado? Instale gatos o bloques debajo de los cubos o brazos elevados para que no puedan caer sobre usted si algo va mal.
- **Utilice una cargadora frontal sólo para su propósito específico**. Nunca la utilice para cosas como quitar postes de la valla, remolcar o derribar algo. No permita nunca que las personas se suban a la cuchara. Nunca camine o trabaje debajo de una cargadora elevada. Suba y baje los brazos de la pala cargadora de forma lenta y constante. Nunca mueva o balancee una carga con personas en el área de trabajo. Si el tractor se va a utilizar en operaciones de labranza, retire primero la cuchara.
- **Cargue la cuchara de manera uniforme y evite la sobrecarga para evitar que se produzcan desprendimientos.** No exceda los límites de carga indicados en el manual del operador. Mantenga el cazo bajo cuando transporte cargas y trabaje en pendientes. Un agujero o un bache repentino pueden volcar fácilmente el tractor si se lleva la cuchara y cuanto más

accidentado sea el terreno, mayor será el peligro de un vuelco.

- **Desplácese lentamente con los cargadores frontales llenos.** Lleve la carga baja, para mantener la estabilidad y la visibilidad. Sin embargo, asegúrese de que la carga es lo suficientemente alta para evitar el contacto con el pavimento. Tenga cuidado al girar con las cargas, especialmente con aquellas que puedan desplazarse o deslizarse. Añada peso adicional en la parte trasera del tractor para contrarrestar el peso de la carga del cargador frontal. Consulte el manual del operador para obtener recomendaciones específicas.
- **Mantenga las ruedas del tractor lo más separadas posible**. Evite utilizar cargadores en tractores de tipo triciclo, ya que aumentan las posibilidades de un vuelco lateral.
- **Cuando maneje un cargador frontal, observe la carretera o el campo.** Evite los agujeros, las rocas, el relleno suelto o cualquier otro obstáculo que pueda volcar el tractor. Esté atento a los cables aéreos y a los obstáculos cuando la cargadora esté elevada. Si trabaja en el interior de edificios, preste atención a las vigas del techo y a las puertas bajas para evitar quedar atrapado o aplastado entre ellas y el tractor. Además, asegúrese de que hay suficiente ventilación para que no se acumule el monóxido de carbono del motor del tractor.
- **Tenga mucho cuidado al rellenar.** El peso del material de relleno más el peso del tractor y de la pala cargadora pueden hacer que la nueva construcción se derrumbe. Evite socavar los bancos altos. Tenga cuidado con la caída de rocas y los derrumbes si hay que socavar un banco alto. Manténgase alejado del borde exterior cuando trabaje a lo largo de bancos y laderas altas.

CONCLUSIÓN

Las cargadoras frontales son extremadamente versátiles y útiles para tener en el trabajo. Dicho esto, también pueden ser muy peligrosas para operar o trabajar alrededor de ellas. Tómese el

tiempo necesario para evaluar los peligros de las tareas que implican el uso de la cargadora frontal. Elimine todos los peligros posibles antes de comenzar el trabajo.

Front End Loader Safety Fatality File

Worker Dies Under Front-End Loader

Tom probably never knew what hit him, and Dean, driving the front-end loader, did not know he just ran over and killed a co-worker.

Tom, 31, was working at a construction site where asphalt and concrete were being recycled. Dean’s job was to pick up uncrushed material and drive up an earthen ramp where he dumped it into the crusher. He would then back down the ramp, drive across the worksite and pick up additional material.

The Investigation

Investigators found the loader was equipped with an audible back-up alarm, but it wasn’t working at the time of the incident.

Dean just finished dumping material into the crusher. He backed down the ramp and continued to drive backwards across the worksite. He knew that Tom was in the general vicinity, but he didn’t know he was walking near the loader. As he was backing across the site, he felt the front tire strike something. Dean suddenly saw Tom lying on the ground in front of the loader.

Investigators learned that prior to the incident, the back-up alarm had malfunctioned (it would make a steady sound instead of an intermittent sound). Dean said he subsequently disabled the

warning device by cutting the alarm’s wire.

The following recommendations were made after Tom’s death:

- Mobile equipment should be equipped with an audible backup warning device as well as sensing units to detect pedestrian workers in blind spots.
- Equipment should always be maintained in proper working condition. If equipment is found to need repair, it should be taken out of service until it is fixed.
- Mobile equipment should be driven in a forward direction as much as possible. When equipment is driven in reverse, bystanders are at greater risk of being run over.
- Employers should design, develop and implement a comprehensive safety program that trains employees to recognize and avoid hazardous work conditions.

Front End Loader Safety Fatality File – Spanish

Un trabajador muere bajo una cargadora frontal

Probablemente Tom nunca supo qué le golpeó, y Dean, que conducía la cargadora frontal, no sabía que acababa de atropellar y matar a un compañero de trabajo.

Tom, de 31 años, trabajaba en una obra donde se reciclaba asfalto y hormigón. El trabajo de Dean consistía en recoger el material sin triturar y subir por una rampa de tierra donde lo volcaba en la trituradora. A continuación, bajaba la rampa, atravesaba la

obra y recogía más material.

La investigación

Los investigadores descubrieron que la cargadora estaba equipada con una alarma sonora de retroceso, pero no funcionaba en el momento del incidente.

Dean acababa de terminar de verter el material en la trituradora. Retrocedió por la rampa y siguió conduciendo hacia atrás por el lugar de trabajo. Sabía que Tom estaba en las inmediaciones, pero no sabía que estaba caminando cerca de la cargadora. Mientras retrocedía por la obra, sintió que el neumático delantero golpeaba algo. De repente, Dean vio a Tom tirado en el suelo delante de la cargadora.

Los investigadores se enteraron de que, antes del incidente, la alarma de retroceso había funcionado mal (emitía un sonido constante en lugar de uno intermitente). Dean dijo que posteriormente desactivó el dispositivo de advertencia cortando el cable de la alarma.

Tras la muerte de Tom se hicieron las siguientes recomendaciones

Los equipos móviles deben estar equipados con un dispositivo de advertencia audible de reserva, así como con unidades de detección para detectar a los trabajadores que se encuentren en puntos ciegos.

El equipo debe mantenerse siempre en buenas condiciones de funcionamiento. Si el equipo necesita ser reparado, debe ser retirado del servicio hasta que sea reparado.

Los equipos móviles deben conducirse hacia delante en la medida de lo posible. Cuando el equipo se conduce marcha atrás, los transeúntes corren un mayor riesgo de ser atropellados.

Los empleadores deben diseñar, desarrollar y aplicar un programa de seguridad integral que capacite a los empleados para reconocer y evitar las condiciones de trabajo peligrosas.

Four Focus Items for Work Area Inspections Meeting Kit

FOUR FOCUS ITEMS FOR WORK AREA INSPECTION

Tool condition- Often times many tools are used way past their life cycle. Inspect all hand tools for broken handles, chipping, bending, or just improper functioning in general.

Organization of work area- The way we have a work area setup often does not change much even when there are better ways that it could be organized. Complacency often sets in when it comes to how we choose to organize tools, materials, and equipment. Take an honest look at how your work area is set up. Are there overhead hazards? Are heavy objects that need to be lifted from the floor repeatedly? Are important parts or materials getting dirty or damaged from where they are placed?

Trip hazards- Objects on the floor, objects hanging from shelves, and uneven ground are just a few common examples of trip hazards in the workplace. Trip hazards are some of the easiest hazards to completely eliminate from our work areas.

Hand hazards- Some common types of injuries to our hands include burns, cuts, crushed-by, and fractures. Hazards that cause these injuries can be found virtually anywhere in our workplaces. Pinch points, moving parts, unguarded equipment, hot surfaces, dropped objects, etc. are all hazards that should be looked at when addressing hand hazards during a work area inspection.

BOILER PLATE WORKPLACE HAZARDS

- **Safety hazards** such as those caused by inadequate machine guards, unsafe workplace conditions, unsafe work practices.
- **Biological hazards** caused by organisms such as viruses, bacteria, fungi and parasites.
- **Chemical hazards** caused by a solid, liquid, vapour, gas, dust, fume or mist.
- **Ergonomic hazards** caused by physiological and psychological demands on the worker, such as repetitive and forceful movements, awkward postures arising from improper work methods, and improperly designed workstations, tools, and equipment.
- **Physical hazards** caused by noise, vibration, energy, weather, heat, cold, electricity, radiation and pressure.
- **Psychosocial hazards** that can affect mental health or well-being such as overwork, stress, bullying, or violence.

PLANNING IS ESSENTIAL FOR AN EFFECTIVE INSPECTION

What to Examine

Every inspection must examine **who, what, where, when and how.** Pay particular attention to items that are or are most likely to develop into unsafe or unhealthy conditions because of stress, wear, impact, vibration, heat, corrosion, chemical reaction or misuse. Include areas where no work is done regularly, such as parking lots, rest areas, office storage areas and locker rooms.

Inspections should be done prior to the start of work as well as periodically throughout the shift and at the end of the work task. Workplace inspections serve the purpose of identifying any hazards in a work area. After hazards are identified, they need to be corrected before work proceeds or continues. There can always additional hazards present in any work area that were not planned for.

INSPECTION TEAM

Health and safety committee members are obvious choices of personnel to carry out formal inspections, especially if they have received training or certification. Other criteria for selecting the inspection team.

- Knowledge of regulations and procedures
- knowledge of potential hazards
- experience with work procedures involved

Engineers, maintenance personnel, occupational hygienists, health and safety professionals, supervisors or managers may be a part of the inspection team.

INSPECTION PRINCIPLES

- Draw attention to the presence of any immediate danger – other items can await the final report.
- Shut down and "lock out" any hazardous items that cannot be brought to a safe operating standard until repaired.
- Do not operate equipment. Ask the operator for a demonstration. If the operator of any piece of equipment does not know what dangers may be present, this is cause for concern. Never ignore any item because you do not have knowledge to make an accurate judgement of safety.
- Look up, down, around and inside. Be methodical and thorough. Do not spoil the inspection with a "once-over-lightly" approach.
- Clearly describe each hazard and its exact location in your rough notes. Allow "on-the-spot" recording of all findings before they are forgotten. Record what you have or have not examined in case the inspection is interrupted.
- Ask questions, but do not unnecessarily disrupt work activities. This interruption may interfere with efficient assessment of the job function and may also create a potentially hazardous situation.
- Consider the static (stop position) and dynamic (in motion) conditions of the item you are inspecting. If a machine is

shut down, consider postponing the inspection until it is functioning again.
- Consider factors such as how the work is organized or the pace of work and how these factors impact safety.
- Discuss as a group, “Can any problem, hazard or accident generate from this situation when looking at the equipment, the process or the environment?” Determine what corrections or controls are appropriate.
- Do not try to detect all hazards simply by relying on your senses or by looking at them during the inspection. You may have to monitor equipment to measure the levels of exposure to chemicals, noise, radiation or biological agents.

FINAL WORD

The foundation of a successful and effective investigation starts with strategic and thoughtful planning by all the stakeholders in the management and worker paradigm.

Four Focus Items for Work Area Inspections Meeting Kits – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

CUATRO PUNTOS DE ATENCIÓN PARA LA INSPECCIÓN DEL ÁREA DE TRABAJO

Estado de las herramientas – A menudo, muchas herramientas se utilizan mucho más allá de su ciclo de vida. Inspeccione todas las herramientas de mano en busca de mangos rotos, astillados, doblados o simplemente un funcionamiento inadecuado en general.

Organización del área de trabajo- La forma en que tenemos un área de trabajo a menudo no cambia mucho, incluso cuando hay mejores formas en que se podría organizar. La complacencia a menudo se establece cuando se trata de cómo elegimos organizar las herramientas, los materiales y el equipo. Analice con sinceridad cómo está organizada su área de trabajo. ¿Hay riesgos por encima de la cabeza? ¿Hay objetos pesados que deban levantarse del suelo repetidamente? ¿Se ensucian o dañan las piezas o materiales importantes por el lugar donde están colocados?

Peligros de tropiezo – Los objetos en el suelo, los objetos que cuelgan de las estanterías y los suelos irregulares son sólo algunos ejemplos comunes de peligros de tropiezo en el lugar de trabajo. Los peligros de tropiezo son algunos de los más fáciles de eliminar por completo de nuestras áreas de trabajo.

Peligros para las manos- Algunos tipos comunes de lesiones en nuestras manos incluyen quemaduras, cortes, aplastamientos y fracturas. Los peligros que causan estas lesiones pueden encontrarse prácticamente en cualquier lugar de nuestros lugares de trabajo. Los puntos de pellizco, las piezas móviles, los equipos no protegidos, las superficies calientes, los objetos que se caen, etc., son todos ellos peligros que deben tenerse en cuenta al abordar los riesgos para las manos durante una inspección del área de trabajo.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS DEL LUGAR DE TRABAJO DE LA CALDERA

- **Peligros de seguridad** como los causados por protecciones inadecuadas de las máquinas, condiciones inseguras del lugar de trabajo, prácticas de trabajo inseguras.
- **Peligros biológicos** causados por organismos como virus, bacterias, hongos y parásitos.
- **Riesgos químicos** causados por un sólido, un líquido, un vapor, un gas, un polvo, un humo o una niebla.
- **Riesgos ergonómicos** causados por las exigencias fisiológicas y psicológicas del trabajador, como los movimientos

repetitivos y enérgicos, las posturas incómodas derivadas de métodos de trabajo inadecuados y los puestos de trabajo, herramientas y equipos mal diseñados.
- **Peligros físicos** causados por el ruido, las vibraciones, la energía, el clima, el calor, el frío, la electricidad, la radiación y la presión.
- **Peligros psicosociales** que pueden afectar a la salud mental o al bienestar, como el exceso de trabajo, el estrés, el acoso o la violencia.

COMO PROTEGERSE

LA PLANIFICACIÓN ES ESENCIAL PARA UNA INSPECCIÓN EFICAZ

Qué examinar

Toda inspección debe examinar quién, qué, dónde, cuándo y cómo. Preste especial atención a los elementos que estén o tengan más probabilidades de convertirse en condiciones inseguras o insalubres a causa del estrés, el desgaste, los impactos, las vibraciones, el calor, la corrosión, las reacciones químicas o el mal uso. Incluya las zonas en las que no se trabaja habitualmente, como los aparcamientos, las zonas de descanso, los almacenes de las oficinas y los vestuarios.

Las inspecciones deben realizarse antes del inicio del trabajo, así como periódicamente a lo largo del turno y al final de la tarea. Las inspecciones del lugar de trabajo sirven para identificar cualquier peligro en un área de trabajo. Una vez identificados los peligros, es necesario corregirlos antes de continuar con el trabajo. Siempre puede haber peligros adicionales presentes en cualquier área de trabajo que no se hayan previsto.

Inspecciones de seguridad de la industria en general

Llevar a cabo auto inspecciones rutinarias que cubran todo el lugar de trabajo con una frecuencia al menos mensual y que cubran todo el lugar de trabajo al menos trimestralmente.

EQUIPO DE INSPECCIÓN

Los miembros del comité de seguridad y salud son opciones obvias de personal para llevar a cabo inspecciones formales, especialmente si han recibido formación o certificación. Otros criterios para seleccionar el equipo de inspección:

- Conocimiento de la normativa y los procedimientos
- Conocimiento de los peligros potenciales
- Experiencia con los procedimientos de trabajo implicados

Pueden formar parte del equipo de inspección ingenieros, personal de mantenimiento, higienistas laborales, profesionales de la salud y la seguridad, supervisores o gerentes.

PRINCIPIOS DE INSPECCIÓN

- Llame la atención sobre la presencia de cualquier peligro inmediato; los demás elementos pueden esperar al informe final.
- Apague y “bloquee” cualquier elemento peligroso que no pueda ser llevado a un estándar de funcionamiento seguro hasta que sea reparado.
- No haga funcionar el equipo. Pida al operador que le haga una demostración. Si el operador de cualquier equipo no sabe qué peligros puede haber, es motivo de preocupación. Nunca ignore ningún elemento porque no tenga conocimientos para emitir un juicio preciso sobre la seguridad.
- Mire arriba, abajo, alrededor y dentro. Sea metódico y minucioso. No estropee la inspección con un enfoque de “una vez por todas”.
- Describa claramente cada peligro y su ubicación exacta en sus notas aproximadas. Registre “in situ” todos los hallazgos antes de que se olviden. Anote lo que ha examinado o no ha examinado en caso de que se interrumpa la inspección.
- Haga preguntas, pero no interrumpa innecesariamente las actividades laborales. Esta interrupción puede interferir en la evaluación eficaz de la función del trabajo y también

puede crear una situación potencialmente peligrosa.

- Tenga en cuenta las condiciones estáticas (posición de parada) y dinámicas (en movimiento) del elemento que está inspeccionando. Si una máquina está parada, considere la posibilidad de posponer la inspección hasta que vuelva a funcionar.
- Considere factores como la organización del trabajo o el ritmo de trabajo y cómo estos factores afectan a la seguridad.
- Discuta en grupo: "¿Puede generarse algún problema, peligro o accidente a partir de esta situación al observar el equipo, el proceso o el entorno?" Determine qué correcciones o controles son adecuados.
- No intente detectar todos los peligros simplemente confiando en sus sentidos o mirándolos durante la inspección. Es posible que tenga que controlar los equipos para medir los niveles de exposición a sustancias químicas, ruido, radiación o agentes biológicos.

CONCLUSIÓN

La base de una investigación exitosa y eficaz comienza con una planificación estratégica y reflexiva por parte de todas las partes interesadas en el paradigma de la gestión y los trabajadores.

Four Focus Items for Work Area Inspections Fatality File – Spanish

Los familiares del hombre de Danbury que murió en un accidente industrial en la fábrica de New Milford presentaron una demanda de

muerte por negligencia contra la empresa.

Daniel Kendrick murió el 7 de junio, después de enredarse en un sistema de cinta transportadora en New Milford Block & Supply en Danbury Road.

El joven de 29 años, natural de Florida, había trabajado en la empresa de fabricación de bloques y ladrillos de hormigón como operario de producción durante menos de un año.

Sus hermanas y los administradores de su patrimonio, Leah Kendrick y Leslie Stieber, presentaron una demanda contra New Milford Block & Supply y The Montfort Group en el Tribunal Superior del estado en Danbury – alegando que "el descuido y la negligencia" resultaron en la muerte de su hermano.

Kendrick murió a causa de lesiones contundentes y de compresión en la cabeza y el torso después de caer en una cinta transportadora en New Milford Block & Supply – un negocio propiedad de The Monfort Group, que también tiene lugares en Fishkill y New Windsor, Nueva York.

En la demanda se alega que New Milford Block & Supply y The Montfort Group tenían la obligación de "ejercer el cuidado de mantener las instalaciones en una condición razonablemente segura" y no lo hicieron.

Las hermanas de Kendrick acusan a la empresa de crear unas condiciones de trabajo peligrosas al no disponer de salvaguardias adecuadas y/o apropiadas, como dispositivos de parada de emergencia, barandillas laterales y protección de escaleras.

Tras la notificación de la muerte en el lugar de trabajo, la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional inició una investigación sobre posibles violaciones de las normas de seguridad en el lugar de trabajo en New Milford Block & Supply.

La OSHA citó 21 infracciones graves, una repetida y tres "otras" en su inspección de la empresa -que van desde escaleras, carretillas industriales motorizadas, escaleras y formación hasta sistemas de protección contra caídas, espacios confinados con

permiso, controles de energía peligrosa y requisitos de las máquinas- e impuso casi 150.000 dólares en multas.

“El empleador no proporcionó un empleo y un lugar de trabajo libres de peligros reconocidos que causaran o pudieran causar la muerte o daños físicos graves a los empleados”, señala una de las infracciones señaladas en la inspección.

New Milford Block & Supply fue citada anteriormente por varias violaciones de la OSHA en 2018 y 2013, según el Departamento de Trabajo de Estados Unidos.

Los seres queridos de Kendrick lo recordaban como una persona divertida, cariñosa y carismática

“Habría hecho cualquier cosa por cualquiera”, dijo Shelby Pritchard, que conoció a Kendrick hace cinco años a través del padre de su hijo y primo de Kendrick, Dwight Johnson.

“Daniel se hizo amigo de todo el mundo”, dijo. “Era un tío, un primo, un sobrino, un hijo, un hermano y un amigo muy cariñoso. Nos lo arrebataron demasiado joven”.

Las hermanas de Kendrick piden al menos 15.000 dólares por daños y perjuicios y “cualquier otra reparación que el tribunal considere justa y equitativa”, según la demanda.

Four Focus Items for Work Area Inspections Fatality File

The relatives of the Danbury man killed in an industrial accident at New Milford factory filed a wrongful death suit against the company.

Daniel Kendrick died June 7, after becoming entangled in a conveyor belt system at New Milford Block & Supply on Danbury

Road.

The 29-year-old Florida native had worked at the concrete block and brick manufacturing company as a production operator for less than a year.

His sisters and the administrators of his estate, Leah Kendrick and Leslie Stieber, filed a lawsuit against New Milford Block & Supply and The Montfort Group in state Superior Court in Danbury — alleging that "carelessness and negligence" resulted in their brother's death.

Kendrick died from blunt and compressive injuries to his head and torso after falling onto a conveyor belt at New Milford Block & Supply — a business owned by The Monfort Group, which also has locations in Fishkill and New Windsor, N.Y.

The lawsuit claims that New Milford Block & Supply and The Montfort Group had a duty to "exercise care to maintain the premises in a reasonably safe condition" and failed to do so.

Kendrick's sisters are accusing the company of creating dangerous workplace conditions by failing to have adequate and/or appropriate safeguards, such as emergency stop devices, side rails and stair protection.

Upon notification of the workplace fatality, the Occupational Safety and Health Administration launched an investigation into possible workplace safety standard violations at New Milford Block & Supply.

The OSHA cited 21 serious, one repeat and three "other" violations in its inspection of the company — ranging from ladders, powered industrial trucks, stairways and training to fall protection systems, permit-required confined spaces, hazardous energy controls and machine requirements — and imposed nearly $150,000 in fines.

"The employer did not furnish employment and a place of employment which were free from recognized hazards that were causing or likely to cause death or serious physical harm to employees,"

states one of the violations noted in the inspection.

New Milford Block & Supply was previously cited for several OSHA violations in 2018 and 2013, according to the U.S. Department of Labor.

Kendrick’s loved ones remembered him as a funny, caring and charismatic person

“He would have done anything for anyone,” said Shelby Pritchard, who met Kendrick five years ago through her son’s father and Kendrick’s cousin, Dwight Johnson.

“Daniel made friends with everyone,” she said. “He was a loving uncle, cousin, nephew, son, brother and friend. He was taken from us way to young.”

Kendrick’s sisters are seeking at least $15,000 in monetary damages and “such other and further relief as the court deems fair and equitable,” according to the lawsuit.

Four Focus Items for Work Area Inspections Stats and Facts

FACTS

Workplace Hazards lack above and below the surface of the workplace scene.

1. Safety hazards caused by inadequate machine guards, unsafe workplace conditions, unsafe work practices.
2. Biological hazards caused by organisms such as viruses, bacteria, fungi and parasites.
3. Chemical hazards caused by a solid, liquid, vapor, gas,

dust, fume or mist.
4. Ergonomic hazards caused by physiological and psychological demands on the worker, such as repetitive movements, arising from improper work methods, and improperly designed workstations, tools, and equipment.
5. Physical hazards caused by noise, vibration, energy, weather, heat, cold, electricity, radiation and pressure.
6. Psychosocial hazards can affect mental health as overwork, stress, bullying, or violence.

STATS

- 6,098 Canadian and U.S. workers died in 2017 from work-related injuries or illnesses.
- One worker dies on the job, on average, nearly every day in Canada, according to the Association of Workers' Compensation Boards of Canada, AWCBC.
- 951 workers died in Canada in 2017 – AWCBC
    - 217 in construction
    - 160 in manufacturing
    - 70 in transportation and storage
- Every 7 seconds a worker in the U.S. is injured on the job – NSC, Bureau of Labor Statistics
    - 510/hour
    - 12,300/day
    - 86,500/week
    - 5 million/year
- 5,147 workers were killed on the job in 2017 in the U.S. – Bureau of Labor Statistics
    - Over 99 a week
    - Over 14 deaths a day
    - 2,077 transportation-related fatalities
    - 887 fatal falls
    - 272 unintentional overdoses from nonmedical use of drugs or alcohol at work – 5th consecutive

Four Focus Items for Work Area Inspections Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Los peligros del lugar de trabajo carecen de la superficie del escenario del lugar de trabajo.

1. Peligros de seguridad causados por protecciones inadecuadas de las máquinas, condiciones inseguras del lugar de trabajo, prácticas de trabajo inseguras.
2. Peligros biológicos causados por organismos como virus, bacterias, hongos y parásitos.
3. Peligros químicos causados por un sólido, un líquido, un vapor, un gas, un polvo, un humo o una niebla.
4. Peligros ergonómicos causados por las exigencias fisiológicas y psicológicas del trabajador, como los movimientos repetitivos, derivados de métodos de trabajo inadecuados y de puestos de trabajo, herramientas y equipos mal diseñados.
5. Riesgos físicos causados por el ruido, las vibraciones, la energía, el clima, el calor, el frío, la electricidad, la radiación y la presión.
6. Los riesgos psicosociales pueden afectar a la salud mental como el exceso de trabajo, el estrés, el acoso o la violencia.

ESTADÍSTICAS

- 6.098 trabajadores canadienses y estadounidenses murieron en 2017 por lesiones o enfermedades relacionadas con el

trabajo.

- Un trabajador muere en el trabajo, de media, casi cada día en Canadá, según la Asociación de Juntas de Compensación de Trabajadores de Canadá, AWCBC.
- 951 trabajadores murieron en Canadá en 2017 – AWCBC
    - 217 en la construcción
    - 160 en la industria manufacturera
    - 70 en el transporte y el almacenamiento
- Cada 7 segundos un trabajador en Estados Unidos se lesiona en el trabajo – NSC, Bureau of Labor Statistics
    - 510/hora
    - 12.300/día
    - 86.500/semana
    - 5 millones/año
- 5.147 trabajadores murieron en el trabajo en 2017 en los Estados Unidos – Oficina de Estadísticas Laborales
    - Más de 99 a la semana
    - Más de 14 muertes al día
    - 2.077 muertes relacionadas con el transporte
    - 887 caídas mortales
    - 272 sobredosis no intencionadas por el uso no médico de drogas o alcohol en el trabajo – 5º año consecutivo en que esta cifra ha aumentado al menos un 25%.

Food Allergies Meeting Kit

INTRODUCTION TO FOOD ALLERGIES

A food allergy is a medical condition in which exposure to a food triggers a harmful immune response. An immune response occurs when the immune system views normally harmless proteins in the food as

intruders and attacks. These proteins are called allergens. The eight major food allergens – milk, egg, peanut, tree nuts, wheat, soy, fish and crustacean shellfish – result in most of the serious food allergy reactions. In severe cases, allergic reactions can cause anaphylactic shock, difficulty swallowing or breathing, asthma, and death.

ALLERGIC REACTIONS TO FOOD

Allergic reactions to food most often involve the skin, the gastrointestinal tract, the cardiovascular system and the respiratory tract. According to the American College of Allergy, Asthma, and Immunology, allergic reactions to food may surface in the following ways:

- Vomiting and/or stomach cramps
- Hives
- Shortness of breath
- Wheezing
- Repetitive cough
- Shock or circulatory collapse
- Tight, hoarse throat; trouble swallowing
- Swelling of the tongue, affecting the ability to talk or breathe
- Weak pulse
- Pale or blue coloring of skin
- Dizziness or feeling faint
- Anaphylaxis

COMMON FOOD ALLERGIES

People can have allergies to any food, but the Food Standards Agency lists 14 named allergens that are most common. Eight of these cause around 90% of allergic reactions (known as the big 8 food allergies).

The 14 most common food allergies are:

1. Celery and celeriac.

2. Cereals containing gluten, e.g. wheat.
3. Crustaceans, such as lobster and prawns.
4. Eggs.
5. Fish.
6. Lupin, which you can find in certain baked goods.
7. Molluscs, including mussels, oysters, and squid.
8. Milk.
9. Mustard.
10. Nuts, e.g. walnuts, hazelnuts, cashews, and pistachios.
11. Peanuts (despite the name, these are legumes, not nuts).
12. Sesame seeds.
13. Soy beans.
14. Sulphur dioxide and sulphites. Sulphur dioxide is usually present in preservatives, while sulphites exist in all sorts of food, including dried fruits and fruit juices.

These allergens can cause a range of symptoms. Mild reactions result in rashes and sneezing, while extreme symptoms include swelling of the face and difficulty breathing. A severe reaction can cause unconsciousness and put the person's life at risk.

Severe food allergies are called severe for a reason. They're life-threatening, and should be taken very seriously. When someone with food allergies ingests food that contains the triggering allergen, they can go into anaphylaxis. If not administered epinephrine (an EpiPen) in time to treat the **anaphylactic reaction,** the reaction can be fatal.

ACCOMMODATING EMPLOYEES WITH FOOD ALLERGIES IN THE WORKPLACE

What does this mean for the workplace? As with any employee who has a disability, the employee is responsible for informing the employer of the food allergy and the need for **a reasonable accommodation.**

A reasonable accommodation is any change in the work environment or in the way a job is performed that enables a person with a disability to enjoy equal employment opportunities, unless it

would cause undue hardship for the business. There are three categories of "**reasonable accommodations**": (1) changes to a job application process; (2) changes to the work environment, or to the way a job is usually done; and (3) changes that enable an employee with a disability to enjoy equal benefits and privileges of employment. Equal benefits and privileges of employment include, but are not limited to, employer-sponsored: (1) training, (2) services (e.g., employee assistance programs (EAP's), cafeterias, lounges, gymnasiums, auditoriums,), and (3) parties or other social functions (e.g., retirement and birthday celebrations and company outings).

Ensure that all employees can perform their job and have access to the benefits and privileges of employment. However, employees with food allergies may need reasonable accommodations in order to be able to enjoy all aspects of their jobs. Under the ADA, each situation must be reviewed on a case-by-case basis.

- Implement a policy restricting certain foods from the workplace.
- Post signs at entrances to the building and in hallways, restrooms, waiting rooms, classrooms, and cafeterias alerting people that certain foods are restricted due to a severe food allergy.
- Modify workplace policies to allow an employee to eat at his/her desk or in his/her office.

IDEAS FOR MAKING YOUR WORKPLACE ALLERGY AWARE:

1. Wear medical jewelry, such as a MedicAlert® bracelet, watch or necklace.
2. Have an Anaphylaxis Emergency Plan and share it with your manager and human resources department.
3. Teach your co-workers how to prevent reactions from happening, recognize the signs and symptoms of an allergic reaction and how to use an epinephrine auto-injector properly.

4. Be open about your allergies.
5. When events are being planned, get involved. As a planner, you can help to ensure the event is allergy aware.
6. Know your allies, and work together to raise awareness.

FINAL WORD

Food allergies affect an estimated 15 million individuals in the United States. Each year, food allergies result in over 200,000 people requiring emergency medical care due to allergic reactions to food. Making changes to the work environment and providing reasonable accommodations can ensure that all of your employees can enjoy and participate in the same benefits and opportunities as other employees at your company.

Food Allergies Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

INTRODUCCIÓN A LAS ALERGIAS ALIMENTARIAS

Una alergia alimentaria es una condición médica en la que la exposición a un alimento desencadena una respuesta inmunitaria perjudicial. La respuesta inmunitaria se produce cuando el sistema inmunitario considera que las proteínas normalmente inofensivas de los alimentos son intrusas y las ataca. Estas proteínas se denominan alérgenos. Los ocho principales alérgenos alimentarios - leche, huevo, cacahuete, frutos secos, trigo, soja, pescado y mariscos crustáceos- provocan la mayoría de las reacciones alérgicas alimentarias graves. En casos graves, las reacciones alérgicas pueden provocar un shock anafiláctico, dificultad para

tragar o respirar, asma y la muerte.

CUÁL ES EL PELIGRO

REACCIONES ALÉRGICAS A LOS ALIMENTOS

Las reacciones alérgicas a los alimentos suelen afectar a la piel, el tracto gastrointestinal, el sistema cardiovascular y las vías respiratorias. Según el Colegio Americano de Alergia, Asma e Inmunología, las reacciones alérgicas a los alimentos pueden aparecer de las siguientes maneras:

- Vómitos y/o calambres estomacales
- Urticaria
- Dificultad para respirar
- Sibilancias
- Tos repetitiva
- Choque o colapso circulatorio
- Garganta tensa y ronca; problemas para tragar
- Hinchazón de la lengua, que afecta a la capacidad de hablar o respirar
- Pulso débil
- Coloración pálida o azulada de la piel
- Mareos o sensación de desmayo
- Anafilaxia

ALERGIAS ALIMENTARIAS COMUNES

Las personas pueden ser alérgicas a cualquier alimento, pero la Agencia de Normas Alimentarias enumera los 14 alérgenos más comunes. Ocho de ellos causan alrededor del 90% de las reacciones alérgicas (conocidas como las 8 grandes alergias alimentarias). Puede descargar nuestro póster gratuito sobre los alérgenos alimentarios en el que se muestran los 14 alérgenos con nombre, aquí.

Las 14 alergias alimentarias más comunes son:

1. Apio y apionabo.

2. Los cereales que contienen gluten, por ejemplo, el trigo.
3. Crustáceos, como la langosta y las gambas.
4. Huevos.
5. Pescado.
6. Lupino, que se puede encontrar en ciertos productos de panadería.
7. Moluscos, entre ellos los mejillones, las ostras y los calamares.
8. La leche.
9. Mostaza.
10. Frutos secos, por ejemplo, nueces, avellanas, anacardos y pistachos.
11. Cacahuetes (a pesar del nombre, son legumbres, no frutos secos).
12. Semillas de sésamo.
13. Semillas de soja.
14. Dióxido de azufre y sulfitos. El dióxido de azufre suele estar presente en los conservantes, mientras que los sulfitos existen en todo tipo de alimentos, incluidos los frutos secos y los zumos de frutas.

Estos alérgenos pueden provocar una serie de síntomas. Las reacciones leves provocan erupciones y estornudos, mientras que los síntomas extremos incluyen hinchazón de la cara y dificultad para respirar. Una reacción grave puede provocar la inconsciencia y poner en peligro la vida de la persona.

Las alergias alimentarias graves se llaman graves por una razón. Son potencialmente mortales y deben tomarse muy en serio. Cuando una persona con alergia alimentaria ingiere un alimento que contiene el alérgeno desencadenante, puede entrar en anafilaxia. Si no se administra epinefrina (un EpiPen) a tiempo para tratar la reacción anafiláctica, ésta puede ser mortal.

COMO PROTEGERSE

CÓMO ACOMODAR A LOS EMPLEADOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS EN EL LUGAR DE TRABAJO

¿Qué significa esto para el lugar de trabajo? Como en el caso de cualquier empleado que tenga una discapacidad, el empleado es responsable de informar al empleador de la alergia alimentaria y de la necesidad de un ajuste razonable.

Un ajuste razonable es cualquier cambio en el entorno de trabajo o en la forma de realizar un trabajo que permita a una persona con discapacidad disfrutar de la igualdad de oportunidades en el empleo, a menos que suponga una dificultad excesiva para la empresa. Existen tres categorías de "adaptaciones razonables": (1) cambios en el proceso de solicitud de empleo; (2) cambios en el entorno de trabajo, o en la forma en que se realiza habitualmente un trabajo; y (3) cambios que permiten a un empleado con discapacidad disfrutar de la igualdad de beneficios y privilegios en el empleo. La igualdad de beneficios y privilegios en el empleo incluye, pero no se limita a, los patrocinados por el empleador: (1) la formación, (2) los servicios (por ejemplo, los programas de asistencia a los empleados (EAP), las cafeterías, los salones, los gimnasios, los auditorios,), y (3) las fiestas u otras funciones sociales (por ejemplo, las celebraciones de jubilación y de cumpleaños y las salidas de la empresa).

Garantizar que todos los empleados puedan realizar su trabajo y tener acceso a los beneficios y privilegios del empleo. Sin embargo, los empleados con alergias alimentarias pueden necesitar adaptaciones razonables para poder disfrutar de todos los aspectos de su trabajo. Según la ADA, cada situación debe ser revisada caso por caso.

- Implemente una política que restrinja ciertos alimentos en el lugar de trabajo.
- Coloque carteles en las entradas del edificio y en los pasillos, los baños, las salas de espera, las aulas y las cafeterías para avisar de que ciertos alimentos están restringidos debido a una alergia alimentaria grave.
- Modificar las políticas del lugar de trabajo para que el empleado pueda comer en su mesa o en su despacho.

IDEAS PARA CONCIENCIAR SOBRE LAS ALERGIAS EN EL LUGAR DE TRABAJO

1. Lleve joyas médicas, como una pulsera, un reloj o un collar MedicAlert®.
2. Tenga un Plan de Emergencia de Anafilaxia y compártalo con su gerente y el departamento de recursos humanos.
3. Enseñe a sus compañeros de trabajo cómo prevenir las reacciones, reconocer los signos y síntomas de una reacción alérgica y cómo utilizar un auto inyector de epinefrina correctamente.
4. Sea abierto sobre sus alergias.
5. Cuando se planifiquen eventos, participa en ellos. Como planificador, puede ayudar a garantizar que el evento sea consciente de las alergias.
6. Conozca a sus aliados y trabaje con ellos para aumentar la concienciación.

CONCLUSIÓN

Las alergias alimentarias afectan a unos 15 millones de personas en Estados Unidos. Cada año, las alergias alimentarias hacen que más de 200.000 personas necesiten atención médica de urgencia debido a reacciones alérgicas a los alimentos. Hacer cambios en el entorno de trabajo y proporcionar ajustes razonables puede garantizar que todos sus empleados puedan disfrutar y participar en los mismos beneficios y oportunidades que los demás empleados de su empresa.

Food Allergies Fatality File

A 33-year-old man with tree nut allergies has died in a rare case of anaphylaxis related to sandblasting with walnut shells at an

Edmonton fire station that is under renovation. On Oct. 2, David Mathews says his son, Justin Mathews, arrived at the Rossdale fire station construction site to conduct air quality testing, since another company had been in the station sandblasting old lead paint off the walls. Justin was in the building for about 20 minutes before he had difficulty breathing, and collapsed outside. “He walked out of the building, he was trying to get air,” his father told Allergic Living. At the University of Alberta Hospital, doctors told Mathews and his wife that Justin had suffered cardiac arrest during a severe anaphylactic reaction from his walnut exposure. The family suspects Justin inhaled a lot of walnut particles from the blasting, and Alberta Occupational Health and Safety investigators are now investigating. Justin didn’t have an epinephrine auto-injector with him and neither did the first responders at Rossdale fire station. They performed CPR until the ambulance arrived and took the young man to the hospital. Doctors told the family that Justin wouldn’t recover because of brain damage; he was taken off life support on Oct. 7.

Food Allergies Fatality File – Spanish

Un hombre de 33 años con alergia a los frutos secos ha muerto en un extraño caso de anafilaxia relacionado con el chorro de arena con cáscaras de nuez en una estación de bomberos de Edmonton que está siendo renovada. El 2 de octubre, David Mathews dice que su hijo, Justin Mathews, llegó a las obras de la estación de bomberos de Rossdale para realizar pruebas de calidad del aire, ya que otra empresa había estado en la estación limpiando con chorro de arena la vieja pintura con plomo de las paredes. Justin estuvo en el edificio durante unos 20 minutos antes de tener dificultades para respirar, y se desplomó fuera. “Salió del edificio y trató de tomar aire”, dijo su padre a Allergic Living. En el Hospital de la

Universidad de Alberta,
los médicos informaron a Mathews y a su esposa de que Justin había sufrido un paro cardíaco durante una grave reacción anafiláctica por la exposición a las nueces. La familia sospecha que Justin inhaló muchas partículas de nogal procedentes de la voladura, y los investigadores de Salud y Seguridad Laboral de Alberta están ahora investigando. Justin no llevaba consigo un autoinyector de epinefrina y tampoco lo tenían los socorristas del parque de bomberos de Rossdale. Le practicaron la reanimación cardiopulmonar hasta que llegó la ambulancia y se llevó al joven al hospital. Los médicos dijeron a la familia que Justin no se recuperaría debido a los daños cerebrales; se le retiró el soporte vital el 7 de octubre.

Food Allergies Stats and Facts

FACTS

1. A food allergy is a medical condition in which exposure to a food triggers a harmful immune response. The immune response, called an allergic reaction, occurs because the immune system attacks proteins in the food that are normally harmless. The proteins that trigger the reaction are called allergens.
2. The symptoms of an allergic reaction to food can range from mild (itchy mouth, a few hives) to severe (throat tightening, difficulty breathing).
3. Anaphylaxis is the most serious reaction to allergens there is. Anaphylaxis is a life-threatening whole-body allergic reaction that can impair your breathing, cause a dramatic drop in your blood pressure, and affect your heart rate. Anaphylaxis requires immediate medical treatment, including an injection of epinephrine and a trip

to a hospital emergency room. If it isn't treated properly, anaphylaxis can be fatal.
4. Food allergies are not to be confused with food intolerances which are unpleasant but not threatening.
5. More than 170 foods have been reported to cause allergic reactions.
6. Eight major food allergens – milk, egg, peanut, tree nuts, wheat, soy, fish and crustacean shellfish – are responsible for most of the serious food allergy reactions in the United States.

STATS

Researchers estimate that 32 million Americans have food allergies, including 5.6 million children under age 18. That's one in 13 children, or roughly two in every classroom. Studies published in 2018 and 2019 estimate the number of Americans of all ages who have convincing symptoms of allergy to specific foods:

- shellfish: 8.2 million
- milk: 6.1 million
- peanut: 6.1 million
- tree nuts: 3.9 million
- egg: 2.6 million
- fin fish: 2.6 million
- wheat: 2.4 million
- soy: 1.9 million
- sesame: 0.7 million

Food Allergies Are on the Rise

- The Centers for Disease Control & Prevention reports that the prevalence of food allergy in children increased by 50 percent between 1997 and 2011.
- Between 1997 and 2008, the prevalence of peanut or tree nut allergy appears to have more than tripled in U.S. children.
- Food Allergy Reactions Are Serious and Can Be Life-Threatening.

- Every three minutes, a food allergy reaction sends someone to the emergency room.
- Each year in the U.S., 200,000 people require emergency medical care for allergic reactions to food.
- Childhood hospitalizations for food allergy tripled between the late 1990s and the mid-2000s.

Food Allergies Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Una alergia alimentaria es una condición médica en la que la exposición a un alimento desencadena una respuesta inmunitaria perjudicial. La respuesta inmunitaria, denominada reacción alérgica, se produce porque el sistema inmunitario ataca a las proteínas del alimento que normalmente son inofensivas. Las proteínas que desencadenan la reacción se llaman alérgenos.
2. Los síntomas de una reacción alérgica a los alimentos pueden ser desde leves (picor de boca, algunas ronchas) hasta graves (opresión de garganta, dificultad para respirar).
3. La anafilaxia es la reacción a los alérgenos más grave que existe. La anafilaxia es una reacción alérgica de todo el cuerpo que pone en peligro la vida y que puede dificultar la respiración, provocar un descenso drástico de la presión arterial y afectar al ritmo cardíaco. La anafilaxia requiere un tratamiento médico inmediato, que incluye una inyección de epinefrina y un viaje a la sala de emergencias de un hospital. Si no se trata adecuadamente, la anafilaxia puede ser mortal.
4. Las alergias alimentarias no deben confundirse con las

intolerancias alimentarias, que son desagradables pero no amenazantes.

5. Se han registrado más de 170 alimentos que provocan reacciones alérgicas.
6. Ocho de los principales alérgenos alimentarios -leche, huevo, cacahuete, frutos secos, trigo, soja, pescado y marisco- son responsables de la mayoría de las reacciones alérgicas alimentarias graves en Estados Unidos.

ESTADÍSTICAS

Los investigadores calculan que 32 millones de estadounidenses tienen alergias alimentarias, entre ellos 5,6 millones de niños menores de 18 años. Eso es uno de cada 13 niños, o aproximadamente dos en cada aula.

Los estudios publicados en 2018 y 2019 estiman el número de estadounidenses de todas las edades que tienen síntomas convincentes de alergia a alimentos específicos:

- marisco: 8,2 millones
- leche: 6,1 millones
- cacahuete: 6,1 millones
- frutos secos: 3,9 millones
- huevo: 2,6 millon
- pescado de aleta: 2,6 millones ▪ trigo: 2,4 millones
- soja: 1,9 millones
- sésamo: 0,7 millones

Las alergias alimentarias van en aumento

- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades informan de que la prevalencia de la alergia alimentaria en los niños aumentó un 50% entre 1997 y 2011.
- Entre 1997 y 2008, la prevalencia de la alergia a los cacahuetes o a los frutos secos parece haberse triplicado con creces en los niños estadounidenses.
- Las reacciones de alergia alimentaria son graves y pueden poner en peligro la vida.
- Cada tres minutos, una reacción alérgica a los alimentos

envía a alguien a la sala de emergencias.

- Cada año en EE.UU., 200.000 personas requieren atención médica de urgencia por reacciones alérgicas a los alimentos.
- Las hospitalizaciones infantiles por alergia alimentaria se triplicaron entre finales de la década de 1990 y mediados de la década de 2000.

Food Allergies Picture This



What’s wrong in this picture?

To prevent people with food allergies from suffering dangerous reactions, controlling allergens at work is crucial. Many symptoms are life-threatening without proper treatment – around ten people in the US die from food allergies every year. In fact, an estimated 1-2% of adults have a food allergy, which equals around 2 million people. It’s therefore likely that someone in your workplace has an allergy, and without caution you could put them at serious risk of a reaction. You should understand how to

minimise allergy risks and prioritise managing food allergies in the workplace to keep them safe.

Food Allergies Picture This – Spanish



¿Qué hay de malo en esta foto?

Para evitar que las personas con alergias alimentarias sufran reacciones peligrosas, es fundamental controlar los alérgenos en el trabajo. Muchos de los síntomas son potencialmente mortales si no se tratan adecuadamente: cada año mueren en Estados Unidos unas diez personas por alergias alimentarias. De hecho, se calcula que entre el 1% y el 2% de los adultos tienen una alergia alimentaria, lo que equivale a unos 2 millones de personas.
Por lo tanto, es probable que alguien en su lugar de trabajo tenga una alergia, y sin precaución podría ponerle en grave riesgo de sufrir una reacción. Debe saber cómo minimizar los riesgos de alergia y dar prioridad a la gestión de las alergias alimentarias

en el lugar de trabajo para mantenerlos a salvo.

Falls on the Same Level Fatality Report – Spanish

Un obrero del hierro se cae y sobrevive.

El compañero Buck Rocka trabajó como ferretero a los 22 años. Tras dos años de experiencia, sufrió un accidente que le cambió la vida.

Estaba trabajando en el tercer piso de un edificio. Su primo, que trabajaba en el mismo proyecto, le llamó para comer. El compañero de Rocka empezó a recorrer el edificio. Se desprendió temporalmente de su protección anticaídas y dio un pequeño salto, de unos 30 cm.

Su pie resbaló en la superficie húmeda y aceitosa. Cayó 33 pies.

El compañero Rocka se rompió 18 huesos, se colapsó un pulmón, se rompió el hueso de la pelvis en 3 lugares y se dislocó 3 dedos. Milagrosamente, Buck sobrevivió. Y aún más milagrosamente, volvió a caminar.

La mayoría de los trabajadores que caen desde alturas tan grandes no tienen tanta suerte. Llevar una protección anticaídas adecuadas, por muy incómoda o pesada que sea, habría evitado este accidente.