10 Ways to Battle Burnout – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

¿Sufre de agotamiento? ¿Puede reconocer los síntomas? Si es así, ¿sabe cómo arreglarlo?

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

El agotamiento no es simplemente sentirse agotado al final de la semana o tener un mal día o dos. Los días llenos de estrés son comunes para muchas personas. Pero el estrés constante puede llevar al agotamiento, un estado persistente de sentirse desesperado, resentido e impotente, que produce respuestas físicas y emocionales.

Ejemplo

Los síntomas físicos pueden incluir agotamiento y dificultad para dormir y comer. Los síntomas emocionales pueden incluir tristeza, ira, indiferencia o una sensación de malestar en la boca del estómago desde el momento en que llega al trabajo. Si no se le da tratamiento, el agotamiento puede provocar graves problemas de salud.

COMO PROTEGERSE

Las señales de advertencia de que podrían estar dirigiéndole al agotamiento incluyen:

- La ansiedad ante la idea de ir a trabajar
- Una falta de ambición
- La irritación alrededor de los compañeros de trabajo
- Baja energía en el trabajo
- Cambio en los hábitos de sueño
- Cambio en los hábitos alimenticios
- Tener dificultades para tomar decisiones…

- Postergar

10 formas de combatir con el agotamiento

Afortunadamente, estar en el camino del agotamiento no significa que tenga que terminar el viaje. Hay medidas que puede tomar para cambiar la situación.

1. Consulte a su médico para determinar si su salud se está viendo afectada y lo que necesita hacer al respecto, como abordar la hipertensión o el insomnio.
2. Mire otros aspectos de su vida. ¿Está comiendo bien? ¿Bebe o fuma demasiado? ¿No hace suficiente ejercicio? Tomar algunas decisiones importantes en el estilo de vida puede marcar una gran diferencia en la forma de ver la vida.
3. Si se siente abrumado por el trabajo, escriba todas las tareas que está haciendo actualmente y lleve la lista a su supervisor para ayudar a priorizar las tareas más importantes.
4. Mire bien su personalidad. ¿Es usted un perfeccionista? ¿Eso le frena y le hace sentir abrumado? ¿Le falta asertividad y deja que la gente le pisotee?
5. Distánciese de los compañeros de trabajo irritantes. Hable con amigos de confianza para ayudar a cambiar su actitud.
6. Intente hacer todo un poco más despacio. Además de trabajar a un ritmo más razonable, intente caminar, hablar, conducir y comer más despacio.
7. Diga “no”, especialmente para preocuparse. Si es necesario, reserve 20 minutos al día para preocuparse. Cada vez que aparezca un pensamiento preocupante, tómese un momento para escribirlo y luego sáquelo de su mente. Al final de cada día, tómese 20 minutos para repasar sus notas. Esto le ayuda a poner un límite a la preocupación.
8. Planee cosas divertidas para esperar. Mantenga el equilibrio en su vida entre la familia, el trabajo y el juego. Asegúrese de entrar en el juego.
9. Si todo parece todavía demasiado, hable con su médico o vea a un consejero.
10. Concéntrese en un pequeño paso a la vez. No intente arreglar

todo de una vez.

CONCLUSIÓN

No se ahogue en un mar de estrés. Sea consciente de los síntomas del agotamiento y atiéndalos antes de que provoquen graves problemas de salud.

Train-the-Trainer, Ten Reasons Your Trainees Don’t Listen to You – Spanish

10 razones por las que sus alumnos no le escuchan

Muchas empresas no se dan cuenta de que pueden ser responsables de las lesiones causadas por los empleados que conducen en estado de ebriedad después de una fiesta de la oficina (o de otro evento patrocinado por la empresa) en la que se sirve alcohol. Incluso las compañías que conocen el riesgo no entienden completamente la naturaleza exacta de su responsabilidad potencial y cómo manejarla.

Como instructor de seguridad, el supervisor sabía muy bien la importancia de escuchar las instrucciones y procedimientos. Pero cuando estaba en el extremo receptor, no practicaba lo que había enseñado. Por otro lado, la desconexión entre el supervisor y el instructor de navegación no era toda culpa del supervisor.

¿No odiaría tener a alguien como aquel supervisor que le deja

sintonizado como aprendiz? Bueno, ¿adivina qué? Probablemente sí. Lo más probable es que sus sesiones de entrenamiento de seguridad incluyan al menos una o dos personas que no estén recibiendo su mensaje.

La brecha de comunicación entre el entrenador y el aprendiz

¿Por qué no se comunica? No hay una respuesta a esta pregunta. Por el contrario, hay una variedad de cosas que pueden hacer que los alumnos desconecten sus entrenadores. Aquí hay 10 razones por las que los mensajes de entrenamiento no llegan a su objetivo:

1. **Realmente no pueden oírle**

No hay nada más frustrante que entregar lo que crees que es un mensaje claro sólo para que sea ignorado. Es como si el aprendiz no le escuchara. De hecho, tal vez no lo haga. ¿Murmura? ¿Está tratando con un empleado con pérdida de audición? Cuando explique los procedimientos, hable despacio, alto y claro. Y asegúrese de que los aprendices son literalmente capaces de oírlos.

2. **Está hablando en griego**

No asuma que sus estudiantes entienden más que ellos. Defina cualquier palabra que pueda ser desconocida. Deles toda la información que pueda. Si no está seguro de cuánto conocimiento de fondo tienen, puede decir algo como, “Esto puede ser familiar para usted, pero vamos a repasar de nuevo.”

3. **Escuchan el mensaje pero no entienden la razón**

Muchos aprendices quieren saber no sólo qué sino por qué. Esto es especialmente cierto si está tratando de que adopten un cambio de procedimiento o técnica. Explique el propósito detrás del cambio. De lo contrario, los aprendices pueden no aceptar el cambio y hacer las cosas de la misma manera que siempre lo han hecho.

4. **No aprecian lo que está en juego**

Antes de explicar un procedimiento de seguridad, señale el peligro que conlleva. Tiene mucho más sentido usar guantes protectores cuando se sabe de los productos químicos que funden la carne.

5. **Sus bromas están tergiversando el mensaje**

El humor puede ser una herramienta importante en el entrenamiento. Pero no quieres exagerar. Si bromea demasiado, puede ser difícil para los entrenados saber cuándo va en serio. No se esconda detrás de los chistes cuando transmita mensajes difíciles. Su audiencia podría no entender el punto.

6. **No está escuchando sus preguntas y preocupaciones**

Dele a sus aprendices muchas oportunidades de hacer preguntas. Puede medir el nivel de comprensión por lo que preguntan. Nunca se ría de las preguntas. Respete a sus alumnos y ayude a reforzar su confianza. Si no hay preguntas, no asuma que todo se entiende. Los aprendices pueden no tener nada que preguntar porque no entienden lo que usted está hablando.

7. **No está adaptando su mensaje a quienes son**

Las diferencias en los niveles de alfabetización y cultura pueden dificultar la comunicación con sus aprendices. Sea sensible a estas diferencias y busque maneras de superarlas.

8. **No está probando su comprensión**

Un gran error que cometen los entrenadores es asumir que el mensaje ha sido comprendido sin verificarlo. Pídale al grupo que le repita el mensaje. “Bien, ahora ¿cuál es el procedimiento para deshacerse de los trapos grasientos?”

9. **Está confiando demasiado en la palabra hablada**

Diferentes personas tienen diferentes estilos de aprendizaje. Algunos necesitan escuchar. Algunos necesitan ver. Otros necesitan experimentar de forma práctica bajo su supervisión. Otros no aprenderán nada hasta que tengan en sus manos un manual de entrenamiento. La mayoría necesita una combinación de estos métodos.

10. **No está anticipando obstáculos**

Puede haber obstáculos para seguir sus instrucciones. La fuerza del hábito y la incertidumbre sobre lo que se espera son comunes.

Tal vez el aprendiz no tiene las herramientas, equipo o procedimientos para seguir lo que usted dijo. Mire las cosas a través de los ojos del aprendiz y trate de anticipar estas dificultades.

Conclusión

De los 10 errores mencionados, el instructor de navegación del supervisor fue culpable de al menos uno: el último de los fallos en anticiparse a los obstáculos. Pasó por alto el hecho de que el chaleco salvavidas de su aprendiz no le quedaba bien. Para ser justos, como persona de seguridad, el supervisor debería haber sabido que no debía usar tal chaleco salvavidas. Pero no es el primer aprendiz que comete un error. Esperemos que todos ustedes hagan un mejor trabajo que este instructor de vela en la captura de errores.

---

10 Basic Safety Rules – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

La seguridad en el lugar de trabajo puede ser un tema complejo, pero aprender y adherirse a unos pocos fundamentos de seguridad puede ayudar mucho a mantener a los empleados seguros en el trabajo. Muchas lesiones y muertes en el lugar de trabajo están directamente relacionadas ya sea con el hecho de no saber cómo hacer algo e intentarlo de todos modos o con la comisión de actos inseguros por falta de atención o por otras razones.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

La mayoría de las personas cuerdas no se pondrían un par de esquís por primera vez y bajarían una pista de expertos, y mucho menos una colina para principiantes, sin tomar clases de esquí. Sin

embargo, muchos trabajadores que carecen de entrenamiento se suben a un montacargas e intentan operarlo o tratan de pasar por un proceso que no entienden y esperan lo mejor.

Ejemplo

Un joven trabajador estaba intentando llenar un recipiente de gas nitrógeno cuando explotó, matándolo y causando graves lesiones en las piernas y las manos a un cliente que estaba cerca. El trabajador no estaba entrenado para reconocer que el recipiente que se le había pedido que llenara era de baja presión, en lugar de un modelo de alta presión.

El bidón de baja presión explotó cuando fue expuesto a unas 20 veces su capacidad de presión máxima. Irónicamente, el supervisor y entrenador del joven trabajador, que se habría dado cuenta inmediatamente del peligro de llenar un recipiente de baja presión con gas nitrógeno a alta presión, se tomaba su primer día libre en seis meses el día de la explosión.

COMO PROTEGERSE

Protéjase en el lugar de trabajo siguiendo estas 10 reglas básicas de seguridad:

1. Si no ha recibido formación y no está calificado para operar una pieza de maquinaria, permanezca lejos de ella. Conducir una carretilla elevadora no es como conducir un coche ni manejar una pistola de clavos neumática como usar un martillo. Si se le ocurre la pregunta “¿qué tan difícil puede ser?”, detengase ahí antes de averiguarlo.
2. Si no está seguro de algún aspecto de su entrenamiento, hable **SIEMPRE** con su supervisor para que le aclare algo antes de intentar realizar una tarea. Muchos trabajadores no quieren parecer despistados haciendo una pregunta “estúpida”, por lo que intentan averiguar un procedimiento por su cuenta, a menudo con graves consecuencias.
3. Utilice siempre el equipo de protección personal **(EPP)** recomendado antes de intentar cualquier tarea. Si no sabe qué tipo de guantes, protección ocular o respirador usar,

pregunte a alguien que sí lo sepa.

4. Antes de usar cualquier producto químico o producto, lea la hoja de datos de seguridad (del material) o la etiqueta para saber cómo usarlo de forma segura y qué hacer si se produce una emergencia.
5. Si ve un peligro, como un derrame en el suelo, una bombilla quemada en un área crítica o un desorden en una escalera, atiéndalo. No lo deje en manos de otra persona. Alguien podría resultar fácilmente herido en el transcurso.
6. Nunca intente levantar un objeto que sea demasiado pesado o incómodo para usted. Pida ayuda o encuentre un dispositivo de elevación como un carro de mano o una carretilla. Revise el camino que desea seguir para otros trabajadores u obstáculos y asegúrese de que puede ver a dónde va con la carga.
7. Cuando tiene prisa, puede ser tentador correr. No lo haga. Podría meterse en el camino de los montacargas u otra maquinaria o trabajadores, o resbalar, tropezar o caer. Tenga especial cuidado al abrir las puertas cuando no pueda ver quién o qué hay al otro lado.
8. Utilice la herramienta adecuada para el trabajo. Los alicates no son llaves inglesas. Pueden deslizarse fácilmente de una tuerca, causando una lesión. Del mismo modo, una llave no debe ser usada como un martillo y cualquier herramienta que tenga un mango, una mecha o una hoja dañada debe ser retirada de servicio. También es peligroso usar una herramienta con una cuchilla o mordida sin filo, porque la presión extra requerida para hacerla cortar puede hacer que se atasque o se rebote.
9. Saber qué hacer en una emergencia. Si se produjera un incendio, ¿sabría qué hacer? ¿Ha sido entrenado para operar un extintor de incendios? ¿Podría encontrar uno rápidamente? ¿Podría salir de un edificio que se llenara rápidamente de humo? Si no ha recibido entrenamiento en procedimientos de emergencia, hable con tu supervisor.
10. No tome atajos. Saltarse pasos o apurarse para hacer el trabajo puede fácilmente resultar en graves lesiones o muerte en el trabajo. Y la calidad de su trabajo sufre

frecuentemente cuando toma atajos. Haga el trabajo bien y hagalo con seguridad.

CONCLUSIÓN

Mantenerse seguro en el trabajo se reduce a estar adecuadamente entrenado, mantenerse concentrado y no desviarse de los métodos seguros de realizar los procedimientos. Los trabajadores que hacen las cosas de manera correcta son mucho más propensos a retirarse con todos los dedos de las manos y los pies intactos.

$80,000 Fine Imposed for Failing to Safely Move Materials – Spanish

Los trabajadores de una compañía de levantamientos estaban descargando grandes secciones de la torre de un camión de plataforma y las apilaban para ser almacenadas. Un camión grúa con una eslinga de nylon se utilizó para levantar las secciones de la torre del camión y apilarlas a los lados, una encima de la otra. Después de apilar cuatro secciones de torre, uno de los trabajadores caminó por la sección superior de la torre y desató la eslinga de nylon. Antes de tener la oportunidad de bajar de la sección de la torre, el operario del camión de la pluma comenzó a levantar la pluma y el gancho de la pluma se enganchó en la sección de la torre, haciendo que se sacudiera. El trabajador resbaló y cayó unos 3 metros al suelo; la sección de la torre luego rodó y aterrizó encima de él. Sus heridas requirieron que fuera transportado por aire al hospital para su tratamiento. La empresa se declaró culpable de no asegurar que los materiales se levantaran, transportaran o movieran de tal manera y con tales precauciones y salvaguardias como para garantizar la seguridad de cualquier trabajador. El tribunal le impuso una multa de 80.000

dólares.

[United Hoist Equipment Ltd., Comunicado de prensa del gobierno, 16 de noviembre del 2016]

Can You Name 5 Subjects/Topics That are Most Relevant to the Discussions Off-the-Job Safety?

QUESTION

Can you name 5 subjects/topics that are most relevant to the discussions off-the-job safety?

A. Training programs/protocols for off-the-job employees, seat-belt use in vehicles, defensive driving programs, Slips/Trips/Falls, personal discipline.
B. Telecommuting from home, driver safety, balanced work/leisure programs, personal protective equipment, proper steep and rest habits.
C. Fire Prevention and Safety, telecommuting arrangement, driver safety, telecommuting from home.
D. Personal protective equipment, Fire prevention and safety, Slips/Trips/Falls, Back care, Driving safety.

ANSWER

D. Personal protective equipment, Fire prevention and safety, Slips/Trips/Falls, Back care, Driving safety.

WHY IS IT RIGHT

Each year, the number of workers killed in off-the-job accidents

exceeds the number killed at work by a multiple of more than 10. And as many as 15 million workers are injured off-the-job each year. This means your employees have a greater chance of being injured or killed at home or during leisure activities than while at work.

Some managers believe that what happens to workers when they are not working is none of their business – but it is. Off-the-job injuries that result in lost time by your workers directly impacts your operations. Just think about it for a minute. What if your superintendent or project manager was injured performing some project around the house and would not be able to return to work for three or four days – even worse three or four weeks or months? How would that affect your business? What if your best operator, welder or mechanic was out of work for several weeks? The fact is that lost work time due to an accident on or off the job affects companies in many ways that may or may not be obvious.

Any accident or illness can affect production, work quality, job costs and even morale. Every time someone is out of work, especially an experienced worker, for any period of time that was not planned for, efficiency and production are affected. It does not matter where the accident happened; the crew is still short a supervisor or worker until the employee returns or is replaced – someone has to pick up the slack.

There are also costs associated with worker injuries. These arise from the need to train a worker who is replacing an injured one, the reduced productivity of a once well-organized crew adjusting to a replacement crew member, overtime to make up for that lost productivity and possibly project delays and penalties. A severe off-the-job injury or illness can increase the company's medical and disability insurance premiums.

Safety off the job is as important to your company as it is to your employees and their families. If your company has an effective safety program in place, it does not take much to go one step further to include off-the-job safety information and training. In fact, providing this important information is often only a matter of adding a few lines to a discussion about safety

or a training program. When Toolbox Talks and safety training sessions include off-the-job safety messages, they help employees think about accident prevention beyond the workplace. Those messages can be used to remind workers that injuries suffered off the job can affect them just as much as one sustained at work. Hopefully, they will carry the message with them, share it with their families and friends and apply what they have learned about safety at home and elsewhere.

Employees respect managers who show their concern for workers' well-being both on and off the job. Urging employees to apply the same safety practices at home and during leisure activities as they do at work promotes not only their own health and welfare, but that of their family members, who will follow the example the employees are setting. By reminding workers that safety is an integral part of their life both on and off the job, you are sending a message that their safety – and that of their families – is important to you and the company.

The following 5 subjects are Appropriate in the Discussion of Job Safety

Slips, trips and falls. Falls from an elevation are the leading cause of fatal accidents in the workplace and around the home. Workers use ladders to paint their homes, change light bulbs, clean their gutters, prune trees, or in leisure settings like a tree stand for hunting. No matter where ladders are used, they should be in good condition, well maintained, set up properly and secure. Slips and trips occur when spills are not cleaned up, toys and other objects are left laying on floors and steps and where uneven surfaces exist.

Personal protective equipment. Boating, scuba diving, cycling, shooting, horseback riding, etc., all require some form of PPE. Without the proper equipment and the knowledge necessary to use it properly, employees and their families take a needless risk. Remind them that PPE needs to be used both inside and outside the work environment.

Fire prevention and safety. The same concerns about handling and

storing flammables and combustibles apply at home as on the job. Flammables and combustibles should be stored in either their original containers or those designed to handle the materials, and they should be stored in a safe place away from sources of ignition like stoves or gas-fired hot water heaters. Other fire hazards include fireplaces, wood stoves and electric wires. It goes without saying that matches and lighters should be kept away from children. Remind employees to test and replace smoke alarm batteries, inspect fire extinguishers regularly and develop and practice a family emergency escape plan.

Driving safety. Vehicle crashes are the leading cause of workplace and off-the-job fatalities. Companies that operate fleets of vehicles generally offer some form of defensive driving programs to workers who operate company vehicles. Why not open these training sessions so they include all workers and maybe even family members who would like to attend? It also makes sense to occasionally provide defensive driving messages to all employees.

Back care. Back injuries are the No. 1 cause of time-lost incidents. Regardless of where a worker's back injury occurs, he or she will often lose time as a result of it. Teaching construction workers how to prevent back injuries makes sense. Why not take a little extra time to discuss situations they may encounter at home and during recreation that can cause back injuries?

The loss of experienced personnel through accident or injury affects a company in many ways. No matter how you get the message out, it is important for employees to understand that working safely is extremely important on the job, but working and playing safely off the job is too. Let your employees know that you want them to be safe 24/7 because you care.

WHY IS EVERYTHING ELSE WRONG

Keep in mind the following four things to remember in off-the job situations:

At home:

1. Do you keep all traffic pathways, inside and outside, clear of obstacles?
2. Does the stairway have a handrail? Do you always use it?
3. Do you keep your smoke detectors and fire extinguishers in good operating condition?
4. Does everyone in the family know how to use the fire extinguishers?

In the garage or workshop:

1. Are toxic substances such as cleaning products, paints, herbicides and car products kept locked up and out of the reach of children?
2. Are they all still in their original containers with instructions for safe handling?
3. Are all sharp, powered or other dangerous tools secured and out of the reach of children?
4. Do you always use the correct tool for the job, avoiding makeshift replacements? Do you use a stepladder to reach awkward places instead of standing on a kitchen chair?

In your car:

1. Do you always make sure everyone is buckled up in their safety belts and shoulder harnesses before driving away?
2. Do you keep your car in good mechanical repair to avoid breakdowns or accidents caused by faulty equipment?
3. Do you walk around your vehicle before backing up?
4. Do you remain alert and aware as you are driving?

Out for fun:

1. Do you wear Personal Protective Equipment (PPE), such as eye goggles, helmets, life jackets, shin-pads or gloves for your favorite sports?
2. Do you make sure your equipment is well-maintained and in good condition?
3. Do you avoid using drugs or alcohol especially when you are involved in activities which require concentration and alertness – such as driving?

Not all fatal accidents happen at work. Many of us practice safe work procedures on the job but forget those practices at home. This is somewhat understandable. At work, supervisors and safety managers are constantly watching us.

But when we get home, we become the boss and we get complacent. And we all know that complacency leads to trouble.

Safe Plan of Action

Think in the same safe manner at home as we do at work. Take a moment to consider the task you're about to perform and how you can perform it safer. Here's a **"Safe Plan of Action"** to provide your workers for working around the house safely:

- **Plan ahead.** Make sure you have the proper PPE for the task—gloves, safety glasses, long pants or long-sleeve shirts, steel-toed shoes with steel shanks, etc. The easiest way to do this is to visualize yourself doing the job and try to identify any potential hazards.
- **Check your tools and equipment.**Using the wrong tool can be dangerous. I regularly inspect all my power/hand tools and ladders to make sure they're not damaged and are suitable for the job. I look for signs of obvious wear and tear that could cause failure during use. Remember that falls are near the top of the list as the cause of injuries and/or fatalities.
- **Lift right.**Just like at work, poor lifting techniques are a common cause of injury at home. While lifting or bending, don't strain your body. If you can't lift something easily, use a hand truck (or other lifting device) to move it.
- **Practice ladder safety.**Avoid overreaching while working on ladders or raised platforms. It's much safer to move the ladder and stay as vertical as possible.
- **Guard against heat stress.**During the summer months, if you're going to be working outdoors or indoors in spaces that aren't air-conditioned or well ventilated, remember to drink plenty of water to avoid heat exhaustion. Take regular breaks when needed.
- **Watch for overhead power lines.**Remember how dangerous

overhead power lines are. Get a helper to assist in carrying long items such as metal pipe, extension ladders or other conductive materials.

- **Ask the right question.** Ask yourself: “Is this safe?” This quick question could save your life.

Celebrate Safely: Fireworks Safety Demonstration Video

This video from the Consumer Product Safety Commission gives an eye-opening look at the damage that can be done using many popular fireworks.

Alcohol and Drugs Contribute to Fatality – Spanish

Un experimentado operador de prensa murió cuando fue golpeado por los trozos de un dado lanzado desde su prensa.

Parecía que el cilindro superior de la prensa estaba colocado una pulgada más abajo de lo que debería haber estado para el tamaño del dado. De alguna manera, accidentalmente activó la prensa y el cilindro bajó y aplastó el dado.

El reporte de fatalidad indicaba que el trabajador tenía una larga historia de abuso de alcohol, y había estado tomando varios medicamentos para enfermedades crónicas. Las pruebas después de su muerte mostraron que su sistema contenía alcohol así como otras tres drogas. El informe también recomendó que se establecieran

programas de drogas y alcohol, y que se mejorara la comunicación dentro de la planta.

Un trabajador con alcohol en su sistema es un peligro para sí mismo y para sus compañeros. No dejen que ocurra un accidente mortal en el lugar de trabajo por el consumo de alcohol.

Air Under Pressure is Hazardous – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Las herramientas que usan aire comprimido pueden valer su peso en oro. Manejadas correctamente, ahorran mucho sudor, gruñidos y posiblemente palabrotas. Sin embargo, mal utilizadas, han sido la causa de muchas lesiones y muertes.

Por ejemplo, varios errores por descuido provocaron la trágica muerte de un tripulante de un barco de abastecimiento (en un lugar de trabajo remoto) que fue golpeado en la cabeza por una manguera mal asegurada. Después de que la manguera se hubiera utilizado para transferir productos químicos, una repentina liberación de aire comprimido la disparó a la cubierta del barco, con resultados fatales.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Otros factores que contribuyeron a ello fueron que las válvulas de ventilación de la sala de máquinas se abrieron en una secuencia equivocada. Ese error llevó a la liberación de presión incontrolada. El tripulante también había ignorado una advertencia para despejar el área mientras se realizaba la ventilación.

Aunque sea difícil de imaginar, el aire comprimido también ha

matado a trabajadores que simplemente lo usaban para quitar el polvo de sus ropas, o para asustar a un compañero de trabajo como una broma. La muerte puede ocurrir fácilmente cuando se dispara aire al torrente sanguíneo a través de la piel rota o de una abertura del cuerpo, lo que resulta en una burbuja de aire que bloquea un vaso sanguíneo.

Otros materiales bajo alta presión, como el vapor, el agua, la pintura, la grasa o los productos químicos, pueden causar terribles lesiones si penetran en la piel. Las botas, los guantes y los monos de trabajo no suelen ofrecer mucha protección contra los daños que puede causar un momento de desatención.
Una presión de aire excesiva también puede causar la ruptura de un recipiente presurizado, algo que ya ha provocado varias muertes.

COMO PROTEGERSE

Para estar seguro al usar aire comprimido, asegúrese de que…

- Ha recibido el entrenamiento apropiado para la tarea en cuestión.
- Compruebe que las líneas de aire y los equipos están conectados correctamente y son totalmente operativos antes de empezar a usarlos.
- Repare cualquier fuga en las líneas de aire o en las juntas rápidamente.
- Mantenga las mangueras, las boquillas y el equipo asociado en buenas condiciones de funcionamiento.
- Use sólo la cantidad de presión requerida para el trabajo.
- Nunca dirija el aire comprimido hacia usted o hacia otros.
- Desconecte siempre una herramienta del aire comprimido antes de hacer ajustes o cambiar los accesorios.

CONCLUSIÓN

Cuando termine de usar una herramienta, siempre apague el suministro de aire y purgue la presión de la línea de trampa. Devuélvala a su lugar correcto y asegúrese de que todo el equipo

sea mantenido regularmente por personal calificado.

Indoor Air Quality – Spanish

En esta sección se abordan las cuestiones relativas a la calidad del aire en el lugar de trabajo.

Calidad del aire en interiores

La mala calidad del aire puede dar lugar a problemas de salud, reducción de la productividad y deterioro acelerado del equipo, publicidad negativa y responsabilidad legal. Hasta la fecha, la OSHA ha enumerado los límites de exposición permisibles (PEL) para aproximadamente 300 productos químicos, detallando la exposición máxima antes de someter a los empleados a preocupaciones de salud adversas.

Resolución de los peligros

Antes de comenzar un trabajo/operación individual, realice un recorrido inicial del espacio de trabajo, recogiendo información del edificio. Identificar el HVAC y otras zonas de interés. Identificar a los individuos pertinentes. Crear un registro de incidentes que incluya un formulario de quejas, un formulario de entrevista, un registro de actividades, una lista de verificación de CVAA, una ruta de contaminantes y un inventario de fuentes. Mantener este registro y revisarlo para ver los patrones a lo largo del tiempo.

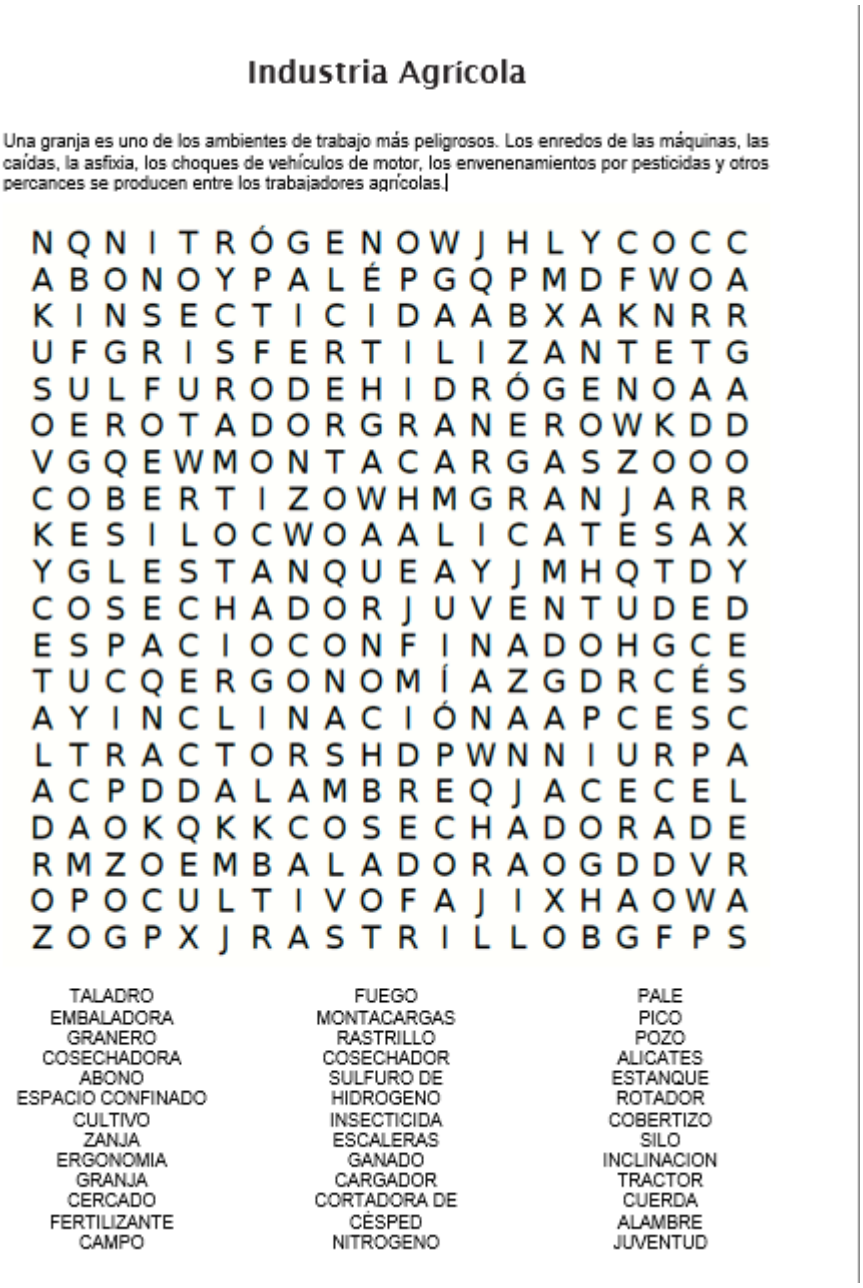
El cuarto de máquinas debe mantenerse limpio y seco en todo momento, esto incluye estar libre de basura y de artículos almacenados de forma inapropiada. Los componentes de la maquinaria deben ser revisados regularmente para comprobar las cualidades de producción de contaminantes. Los filtros de aire deben ser cambiados regularmente, todas las correas deben estar en buenas

condiciones, cualquier parte móvil debe ser revisada y lubricada en consecuencia, y la comprobación de aperturas no intencionales en los plenums es una necesidad.

Moho tóxico

El factor más predominante en la prevención del moho es el control de la humedad. La prohibición del crecimiento de moho tóxico también evitará la exposición al moho. Las tuberías y paredes que gotean deben ser corregidas lo antes posible y mantener una temperatura adecuada evitará la condensación donde el moho pueda crecer. Todas las bandejas de goteo de HVAC deben mantenerse limpias y fluyendo adecuadamente. Mantener la humedad interior por debajo del 60 por ciento y realizar inspecciones y mantenimiento regulares de los edificios y del sistema de calefacción, ventilación y aire acondicionado es una necesidad en lo que respecta a la prevención del moho. Todos los puntos húmedos y / o húmedos deben ser limpiados dentro de 48 horas.

Agriculture Industry – Spanish



Industria Agrícola

Una granja es uno de los ambientes de trabajo más peligrosos. Los enredos de las máquinas, las caídas, la asfixia, los choques de vehículos de motor, los envenenamientos por pesticidas y otros percances se producen entre los trabajadores agrícolas.

N Q N I T R Ó G E N O W J H L Y C O C C
A B O N O Y P A L É P G Q P M D F W O A
K I N S E C T I C I D A A B X A K N R R
U F G R I S F E R T I L I Z A N T E T G
S U L F U R O D E H I D R Ó G E N O A A
O E R O T A D O R G R A N E R O W K D D
V G Q E W M O N T A C A R G A S Z O O O
C O B E R T I Z O W H M G R A N J A R R
K E S I L O C W O A A L I C A T E S A X
Y G L E S T A N Q U E A Y J M H Q T D Y
C O S E C H A D O R J U V E N T U D E D
E S P A C I O C O N F I N A D O H G C E
T U C Q E R G O N O M Í A Z G D R C É S
A Y I N C L I N A C I Ó N A A P C E S C
L T R A C T O R S H D P W N N I U R P A
A C P D D A L A M B R E Q J A C E C E L
D A O K Q K K C O S E C H A D O R A D E
R M Z O E M B A L A D O R A O G D D V R
O P O C U L T I V O F A J I X H A O W A
Z O G P X J R A S T R I L L O B G F P S

TALADRO
EMBALADORA
GRANERO
COSECHADORA
ABONO
ESPACIO CONFINADO
CULTIVO
ZANJA
ERGONOMIA
GRANJA
CERCADO
FERTILIZANTE
CAMPO

FUEGO
MONTACARGAS
RASTRILLO
COSECHADOR
SULFURO DE
HIDROGENO
INSECTICIDA
ESCALERAS
GANADO
CARGADOR
CORTADORA DE
CÉSPED
NITROGENO

PALE
PICO
POZO
ALICATES
ESTANQUE
ROTADOR
COBERTIZO
SILO
INCLINACION
TRACTOR
CUERDA
ALAMBRE
JUVENTUD

Aerial-Lift – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Los elevadores aéreos han sustituido a las escaleras y andamios en muchos lugares de trabajo debido a su movilidad y flexibilidad. ¿Pero qué son los elevadores aéreos? Son dispositivos montados en vehículos, telescópicos o articulados, o ambos, que se utilizan para posicionar al personal.

1. El equipo aéreo puede ser de metal, madera, fibra de vidrio, plástico reforzado (FRP) u otro material.
2. El equipo aéreo puede ser alimentado u operado manualmente.
3. Se considera que los equipos aéreos son elevadores aéreos, sean o no capaces de girar sobre un eje sustancialmente vertical.
    - Esto incluye escaleras aéreas, plataformas de brazo extensible, plataformas de brazo articulado, torres verticales o cualquier combinación de éstas.
4. También es importante señalar que los elevadores aéreos no incluyen los montacargas, los elevadores de tijera, las carretillas elevadoras ni el equipo de lucha contra incendios.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Pero hay consecuencias mortales que han ocurrido en las operaciones de los ascensores aéreos.

- Cae desde un nivel elevado,
- Objetos que caen de los ascensores,
- Vuelcos,
- Eyecciones de la plataforma del elevadores,
- Fallas estructurales (colapsos),
- Choque eléctrico (electrocuciones),
- Peligros de enredo,
- El contacto con los objetos, y
- El contacto con los techos y otros objetos de arriba.

COMO PROTEGERSE

Hay procedimientos que se deben observar y seguir en el uso aéreo.

1. **Inspecciones – Pre-arranque**

Componentes del vehículo

- Niveles de fluido adecuados (aceite, hidráulico, combustible y refrigerante).

- Fugas de fluidos.
- Ruedas y neumáticos.
- Batería y cargador.
- Controles de nivel inferior.
- Bocina, medidores, luces y alarmas de respaldo.
- Dirección y frenos.

Componentes del elevador

No utilice ningún elevador aéreo si alguno de estos componentes está defectuoso o no ha sido reparado por una persona calificada.

- Controles de operación y emergencia.
- Dispositivos de protección personal.
- Sistemas hidráulicos, de aire, neumáticos, de combustible y eléctricos.
- Fibra de vidrio y otros componentes aislantes.
- Carteles, advertencias o marcas operacionales, de instrucción y control que faltan o son ilegibles.
- Cierres mecánicos y pasadores de seguridad.
- Cable y mazos de cables.
- Los voladizos, estabilizadores y otras estructuras.
- Partes sueltas o faltantes.
- Sistemas de barandillas.

Inspecciones de la zona de trabajo

Los empleadores deben asegurarse de que se inspeccionen las zonas de trabajo en busca de peligros y adoptar medidas correctivas para eliminarlos antes y durante el funcionamiento de un elevador aéreo.

PELIGROS:

- Caída, agujeros o superficies inestables como la suciedad suelta.
- Alturas de techo inadecuadas.
- Pendientes, zanjas o baches.
- Escombros y obstrucciones en el suelo.
- Líneas eléctricas aéreas y cables de comunicación.

- Otras obstrucciones en la parte superior.
- Otros lugares y atmósferas peligrosas.
- Vientos fuertes y otras condiciones climáticas severas, como el hielo.
- La presencia de otros en la proximidad de la obra.

1. **Operación Imperativos**

Protección contra caídas:

- Asegúrese de que las puertas o aberturas de acceso estén cerradas.
- Párese firmemente en el suelo del cubo o de la plataforma elevadora.
- No se suba o se incline sobre los barandales o pasamanos.
- No utilice tablas, escaleras u otros dispositivos como posición de trabajo.
- Utilice un arnés de cuerpo o un cinturón de sujeción con un cordón atado a la pluma o al cubo.
- No se amarre a estructuras o postes adyacentes mientras esté en el cubo.

Operación/ Viaje / Carga:

- No exceda los límites de capacidad de carga. Tenga en cuenta el peso combinado de los trabajadores, herramientas y materiales al calcular la carga.
- No utilice el elevador aéreo como una grúa.
- No lleve objetos más grandes que la plataforma.
- No conduzca con la plataforma elevadora levantada (a menos que las instrucciones del fabricante lo permitan).
- No utilice los controles de nivel inferior a menos que se obtenga el permiso del trabajador o trabajadores del elevador (excepto en casos de emergencia).
- No exceda los límites de alcance vertical u horizontal.
- No opere un elevador aéreo con vientos fuertes por encima de los recomendados por el fabricante.
- No anule los dispositivos de seguridad hidráulicos, mecánicos o eléctricos.

Protección de la cabeza:

- Tenga en cuenta la distancia y los objetos elevados, incluidos los techos.
- No coloque los elevadores aéreos entre los peligros de la altura si es posible.
- Trate todas las líneas eléctricas aéreas y los cables de comunicación como si estuvieran energizados, y manténgase al menos a 3 metros de distancia.
- Asegúrese de que la compañía eléctrica o los trabajadores de la línea eléctrica apaguen las líneas eléctricas en las cercanías de la obra.

Estabilidad en la zona de trabajo:

- Coloque los estabilizadores en las almohadillas o en una superficie plana y sólida.
- Ponga los frenos cuando se usen los estabilizadores.
- Use cuñas para ruedas en superficies inclinadas cuando sea seguro hacerlo.
- Establezca advertencias en la zona de trabajo, como conos y señales, cuando sea necesario para advertir a los demás.

Los elevadores aéreos aislados ofrecen protección contra las descargas eléctricas y la electrocución al aislarse de la tierra eléctrica. Sin embargo, un elevador aéreo aislado no le protege si hay otro camino a tierra (por ejemplo, si toca otro cable). Para mantener la eficacia del aparato aislante, no haga agujeros en el cubo.

1. **Capacitación**

Sólo las personas capacitadas y autorizadas pueden operar un elevador aéreo. El entrenamiento debe incluir:

- Explicaciones de los peligros de la electricidad, la caída y los objetos que caen.
- Procedimientos para hacer frente a los peligros.
- Reconocer y evitar las condiciones inseguras en el entorno

laboral.
- Instrucciones para el correcto funcionamiento del elevador (incluyendo la carga máxima prevista y la capacidad de carga).
- Demostraciones de las habilidades y conocimientos necesarios para operar un elevador aéreo antes de operarlo en el trabajo.
- Cuándo y cómo realizar las inspecciones.
- Los requisitos del fabricante.

Reentrenamiento

Los trabajadores deben recibir una nueva formación si se produce alguna de las siguientes condiciones:

- Se produce un accidente durante el uso del elevador aéreo.
- Se descubren los peligros del lugar de trabajo que implican un elevador aéreo.
- Se utiliza un tipo diferente de elevador aéreo.

Los empleadores también están obligados a reciclar a los trabajadores que observen operando un elevador aéreo de manera inadecuada.

1. **Consejos de seguridad – La Final**

Inspeccione el elevador antes de utilizarlo. Camine alrededor y asegúrese de que no hay fugas y revise todos los controles.

- Nunca camine debajo de la barrera para acceder a la plataforma.
- Sólo utilice el elevador en terreno plano.
- Sólo párese en el piso de la plataforma. Nunca se pare o se siente en la barandilla.
- Siempre mire en la dirección en que se mueve la máquina.
- No apoye la pluma o la cesta en una estructura de acero de ningún tipo.
- Lleve arneses de seguridad y amarre al punto de anclaje provisto por el fabricante dentro de la plataforma en todo

momento cuando esté en la cesta. Esto incluye cuando se baje y se mueva el equipo a otro lugar.
- Mantenga sus manos en la parte externa de la cesta cuando suba o baje la cesta.
- Esto incluye cuando se baja y se mueve el equipo a otro lugar.
- Asegúrese de que haya un extintor de incendios montado en la cesta cuando realice actividades que presenten un riesgo de incendio, como la soldadura o el amolado. Asegúrese de tener una persona encargada de la vigilancia de incendios abajo.
- Salvo en caso de emergencia, los controles de tierra no se accionarán en un elevador ocupado (el ocupante del elevador deberá tener el control total del mismo en todo momento).

CONCLUSIÓN

Al igual que el montacargas, los elevadores aéreos han facilitado el trabajo en la matriz de la planta industrial. Pero las consecuencias mortales fluyen si no se sigue un entrenamiento adecuado y la comprensión de las aplicaciones aéreas.

Aerial Lift Fall Protection – Spanish

Extraído de: Occupational Safety & Health Administration

Los elevadores aéreos se utilizan a menudo en los astilleros navales y varaderos cuando el montaje de la puesta en escena no es práctico. Estas plataformas para personal apoyadas en pértiga y los camiones de cubos (es decir, los recogedores de cerezas) pueden causar lesiones o muertes a los trabajadores. El fallo de la pluma, el vuelco, las caídas y la expulsión pueden ocurrir si

el equipo no se utiliza adecuadamente.

Usando elevadores aéreas

Las principales causas de lesiones y muertes en los elevadores aéreos son las caídas, electrocuciones y colapsos o vuelcos. Los dispositivos aéreos incluyen las plataformas aéreas apoyadas en aguilón, como las plataformas para recoger cerezas o los camiones de cubos, las escaleras aéreas y las torres verticales (OSHA regula los elevadores de tijera como andamios móviles, no como dispositivos aéreos). Las prácticas de trabajo seguras para los elevadores aéreos incluyen:

- Asegurarse de que los trabajadores que operan los elevadores aéreos estén debidamente capacitados en el uso seguro del equipo. Pruebe los controles e inspeccione el elevador aéreo antes de usarlo cada día. Asegúrese de que todos los controles estén claramente marcados en cuanto a su función.
- Nunca anule los dispositivos de seguridad hidráulicos, mecánicos o eléctricos. Mantenga y opere los elevadores aéreos de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Párese siempre firmemente en el suelo de la cesta. No se siente ni se suba al borde o a los rieles de la cesta. No utilice nunca tablones, cajas u otros artículos dentro de la cesta para ampliar su alcance.
- Asegúrese de que todas las ruedas de un elevador elevado estén sobre una base sólida. Usen los estabilizadores, si los tienen. Ponga los frenos y use cuñas para las ruedas cuando esté en una pendiente. No exceda los límites de carga del equipo. Tenga en cuenta el peso combinado de los trabajadores, las herramientas y los materiales.
- Desconecte y bloquee/etiquete los elevadores aéreos antes de realizar cualquier mantenimiento o reparación.

Trabajando cerca de las líneas de energía

Mantenga una distancia mínima de al menos 10 pies de la línea aérea más cercana. Además, cualquier objeto conductor con el que se pueda entrar en contacto debe mantenerse al menos a 10 pies de

las líneas aéreas. Los objetos conductores pueden ser cables, transformadores, conductos, tuberías u otros equipos. Siempre trate las líneas aéreas como si estuvieran energizadas, aunque estén caídas o parezcan estar aisladas. (Los trabajadores calificados de líneas eléctricas y comunicaciones y los podadores de árboles calificados están capacitados para trabajar a menos de 10 pies de una línea eléctrica. Vea la hoja de datos de la OSHA sobre la poda de árboles y la tarjeta rápida). Nunca pierda de vista el peligro de la altura.

Golpeado, Aplastado o Atrapado en Peligro

Establezca y marque claramente una zona de peligro alrededor del vehículo de apoyo del elevador aéreo. Nunca mueva el equipo con trabajadores en la plataforma elevada a menos que el equipo haya sido diseñado específicamente para este tipo de operación. No permita que los trabajadores se coloquen entre los peligros de la altura, como vigas y viguetas, y los rieles de la cesta. Si la cesta se mueve, el trabajador o trabajadores podrían quedar atrapados y aplastados entre los rieles y el objeto elevado.

Protección contra caídas

No permita que los trabajadores se sujeten a un poste, estructura o equipo adyacente mientras trabajan desde un elevador aéreo. Utilice un arnés corporal o un dispositivo de posicionamiento con una cuerda atada a la pluma o a la cesta para evitar que el trabajador sea expulsado o tirado de la cesta.

Administrative Penalties for OHS Violations Can Be Imposed

on Worksite Owners – Spanish

Sanciones administrativas por violaciones de la ley de salud y Seguridad ocupacional (OHS)

Un hombre que cayó de un árbol fue golpeado por una sección de un abeto en descomposición y murió. En ese momento, estaba talando en un lugar dentro del área de una licencia forestal propiedad de West Fraser Mills. Pero estaba empleado por un contratista contratado por Mills. Se le impuso una sanción administrativa a Mills por violaciones de seguridad. La empresa apeló, argumentando que no podía ser penalizada porque no era el empleador del infractor y que esas sanciones sólo podían imponerse por violaciones cometidas en calidad de empleador. El tribunal determinó que el Tribunal había llegado a la conclusión razonable de que Mills no había tomado suficientes precauciones para evitar la trágica muerte del autor del accidente, por lo que se le impuso una sanción administrativa adecuada. El Tribunal de Apelación estuvo de acuerdo y dictaminó que la Junta podía imponer una sanción administrativa a un empleador que violara el estatuto o los reglamentos de la OHS, incluso si la violación se producía en calidad de propietario de un lugar de trabajo.

[West Fraser Mills Ltd. v. British Columbia (Workers' Compensation Appeal Tribunal), [2016] BCCA 473 (CanLII), Nov. 28, 2016]

Addressing Your Concerns about Hearing Protection – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

La pérdida de audición es una de las afecciones crónicas de más rápido crecimiento a las que se enfrentan los trabajadores de hoy en día, y afecta a casi 30 millones de personas en los Estados Unidos y Canadá. Si bien hay muchas causas de la pérdida de audición, la pérdida de audición inducida por el ruido (NIHL por sus siglas en Ingles) es uno de los tipos más comunes y puede afectar a cualquier persona que esté expuesta a sonidos o ruidos fuertes durante un largo período de tiempo, ya sea en el trabajo o durante actividades recreativas.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

La pérdida de audición puede tener un profundo efecto en su calidad de vida. Podría soportar un zumbido permanente en sus oídos. Los sonidos se distorsionan o se amortiguan, lo que dificulta ver la televisión o mantener una conversación. También hay efectos psicológicos que vienen con la incapacidad de comunicarse con los demás, como la frustración, el retraimiento y la depresión.

COMO PROTEGERSE

NIHL es irreversible, pero también se puede prevenir. Para protegerse, necesita saber qué ruidos pueden causar daños (los que están en o por encima de los 85 decibelios) y necesita usar protección auditiva siempre que se exponga a altos niveles de ruido.

Para que su protección auditiva haga su trabajo, tiene que cuidarla bien para que funcione bien en una crisis. Y tiene que usarla de manera apropiada y consistente.

Desafortunadamente, no todo el mundo sigue estas simples instrucciones. ¿Por qué no? Normalmente debido a la información errónea. Así que abordemos algunas preocupaciones comunes sobre la protección auditiva.

Preocupación #1: Si uso protección auditiva, no podré escuchar los sonidos de advertencia o detectar si una máquina no funciona correctamente.

Si su audición no está dañada, entonces debería ser capaz de oír los sonidos de advertencia y de la maquinaria muy bien, aunque pueden sonar diferentes al principio. Si su audición ya está dañada, entonces la protección auditiva puede afectar ligeramente a su capacidad de oír estos sonidos. Hable con su profesional sobre la posibilidad de utilizar audífonos debajo de las orejeras.

Preocupación #2: La protección auditiva es incómoda.

Al principio, puede que la protección auditiva le resulte incómoda. Pero, al igual que un nuevo par de zapatos, si el dispositivo se ajusta y se usa correctamente, con el tiempo se acostumbrará a él.

Preocupación #3: El ruido no me molesta como a otras personas. ¿Me estoy acostumbrando a ello?

Lo siento, pero el oído no se acostumbra al ruido. Si no le afecta el ruido fuerte, entonces puede que ya esté desarrollando una pérdida de audición. Haga que le revisen la audición inmediatamente.

Preocupación #4: Los tapones de oído causan infecciones de oído.

Es poco probable, ya que las infecciones de oído son generalmente causadas por un virus en el oído medio o interno, o algún tipo de rasguño en el canal auditivo que puede ser agravado por el tapón de oído. Cuando seleccione su protección auditiva, hable con el adaptador acerca de cualquier condición que tenga que pueda interferir o agravarse con un tapón de oído. Es posible que desee usar una orejera hasta que la afección desaparezca.

Preocupación #5: Intenté la protección auditiva antes. No funcionó para mí entonces, así que no funcionará para mí ahora.

Los protectores auditivos sólo son efectivos si se ajustan y se usan correctamente. Seleccione su protector auditivo con cuidado y

asegúrese de que se ajuste a cada oído por separado. Los canales auditivos pueden ser diferentes entre sí en cuanto al tamaño y la forma.

CONCLUSIÓN

¡Escucha! La pérdida de audición inducida por el ruido es permanente. Pero prevenirla es simple: Seleccione la protección adecuada para usted y úsela correctamente siempre que se exponga a un alto nivel de ruido.

1. **Cuando se usan por primera vez los protectores auditivos, puede llevar un tiempo adaptarse a lo que suena ahora el equipo del lugar de trabajo.**
   - Verdadero
   - Falso
2. **Los protectores auditivos siempre son incómodos, incluso si están bien ajustados.**
   - Verdadero
   - Falso
3. **Al seleccionar su protección auditiva, ¿qué debería considerar elegir si tiene un rasguño en el canal auditivo?**

_____
_____
_____

4. **El tamaño y la forma del canal auditivo de una persona es el mismo en ambos oídos.**
   - Verdadero
   - Falso
5. **Con el tiempo, el oído se adapta a los ruidos fuertes sin sufrir ningún daño.**
   - Verdadero
   - Falso

¿QUÉ HARÍAS?

La semana pasada estuvo trabajando en una nueva máquina y le dieron tapones para los oídos, pero le resultaron muy incómodos y no siempre los uso. Ahora está experimentando un zumbido en los oídos cuando sale del trabajo. ¿Qué debería hacer?

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

RESPUESTAS:

1. Verdadero
2. Falso
3. Una orejera hasta que el rasguño se cure,
4. Falso
5. Falso

ADA Safety Topic – Spanish

En esta sección se aborda la información general relativa a la Ley de Americanos para Discapacitados del 2008.

La **Ley de Americanos para Discapacitados** (ADA por sus siglas en inglés) prohíbe la discriminación de los empleadores basada en la discapacidad de un empleado o de un posible empleado. Según ADA, el término “discapacidad” se define como un impedimento físico o mental que limita sustancialmente una o más de las principales

actividades de la vida del individuo. No se debe considerar una medida atenuante (es decir, medicación o un dispositivo que mejore el impedimento) al determinar si un impedimento es una discapacidad. Establece claramente que un empleador no puede discriminar a una persona calificada con una discapacidad, y que se requieren "ajustes razonables" para los que están bajo la protección de ADA (a menos que hacerlo cause "dificultades indebidas" en la operación general).

A quién se aplica también

ADA se aplica a todos los empleadores privados con 15 o más empleados, a los gobiernos estatales y locales, a las agencias de empleo y a las organizaciones laborales. El reclutamiento, la contratación, las tarifas de pago, los ascensos y la selección para la capacitación de dicha empresa están sujetos a seguir el dictamen de ADA. Para la protección de ADA, un empleado o candidato debe tener una discapacidad y debe ser capaz de ejecutar las funciones esenciales del trabajo, con o sin un ajuste razonable por parte del empleador.

Adaptación razonable

Por adaptación razonable se entiende toda modificación o ajuste de un deber o entorno laboral que permita a un empleado calificado o a un posible empleado con una discapacidad participar en el proceso de solicitud de empleo, realizar las tareas esenciales de un trabajo o recibir beneficios y privilegios de empleo iguales a los que se otorgan a los empleados sin discapacidades.

Accident Victim Can't Use Cal-

OSHA Violation to Prove Negligence – Spanish

Una ley de California de 1999 dice que la violación de las normas de Cal-OSHA es una prueba de que una empresa ha cometido una negligencia. En 1997, un supervisor eléctrico en una montaña de esquí de California cayó en la maquinaria de un telesquí y perdió su pierna. El supervisor demandó a la compañía (que modernizó el telesquí) por negligencia. El telesquí, alegó, no tenía las protecciones de la maquinaria requeridas por Cal-OSHA. Y, como la empresa violó la Cal-OSHA, fue automáticamente culpable de negligencia bajo la ley de 1999, argumentó el supervisor. El tribunal no estuvo de acuerdo. El accidente ocurrió antes de que la ley de 1999 entrara en vigor. Y como la ley no era retroactiva, el supervisor no podía usarla para probar que la compañía era negligente.

Accident Safety Topic – Spanish

Esta sección trata de los **accidentes,** cualquier evento no planeado que resulte en lesiones personales o daños a la propiedad en el lugar de trabajo.

La causa de un accidente(s) puede ser identificada a través de análisis de seguridad en el trabajo (JSA), investigaciones de accidentes, e informes de cuasi accidentes. Los programas de seguridad ocupacional están diseñados para tomar medidas preventivas mejorando el ambiente y las prácticas de los empleados en el lugar de trabajo. La utilización de señales de advertencia para indicar y definir peligros específicos es sólo una de las muchas herramientas esenciales para ayudar a los empleados a identificar y evitar los peligros. La comunicación con los empleados a través de reuniones de seguridad es una forma esencial

de comunicar las prácticas seguras para evitar accidentes. El registro e informe de accidentes y la capacitación de los empleados también ayudarán a crear un lugar de trabajo más seguro.

CAUSAS DE UN ACCIDENTE

- Equipo defectuoso
- Condiciones de trabajo no conductoras (iluminación inadecuada, temperaturas extremas)
- Empleados bajo la influencia de drogas o alcohol
- Los empleados que muestran signos de agresividad o violencia
- Los empleados que trabajan con materiales peligrosos
- Trabajadores con necesidades especiales
- Los empleados que no han sido entrenados adecuadamente

PROGRAMAS DE SEGURIDAD

Cuando instale un programa de seguridad, los empleadores deben incorporar la política de la empresa en el tema de la prevención e investigación de accidentes. Lo siguiente debe ser incluido en:

- Una declaración del compromiso de la compañía con la seguridad.
- Establecimiento de un comité de seguridad
- Esquema de las responsabilidades del supervisor (por ejemplo, rellenar los formularios de informe de accidentes, disciplinar a los que desobedecen las normas de seguridad, orientar a los nuevos trabajadores sobre cuestiones de seguridad, etc.)
- Una lista de las responsabilidades de los empleados en cuanto a la notificación de accidentes
- Un plan para la investigación de accidentes y procedimientos de información.
- Procedimientos para corregir los peligros y manejar las lesiones y emergencias
- Una descripción de los programas de entrenamiento y educación en seguridad tanto para empleados como para supervisores.
- Una mención de su política interna de inspecciones de

seguridad o una copia de la lista de inspección.
- Una descripción de las medidas de análisis de seguridad laboral diseñadas para identificar y eliminar áreas problemáticas.
- Una declaración sobre el equipo de protección personal
- Una advertencia de las reglas de trabajo, acciones disciplinarias o un resumen de las sanciones por violaciones de seguridad.
- Una declaración de su política de examen físico.
- Una mención de los beneficios de compensación de trabajadores y la documentación requerida.
- Una lista de las ubicaciones de los puestos de primeros auxilios y los procedimientos de uso.

Accident Investigation Safety Brief – Spanish

Los accidentes no sólo ocurren. Actos inseguros y/o condiciones inseguras los causan. Un elemento importante de un programa de seguridad completo y efectivo es la investigación de los accidentes. Las causas de los accidentes pueden ser determinadas y se pueden desarrollar controles efectivos mediante una adecuada investigación de los accidentes. Además, la investigación de accidentes tiene un valor educativo para aquellos que participan en la investigación. La investigación de accidentes es tanto pro-activa como reactiva.

Propósito

- Determinar las causas de los accidentes.
- Tomar las medidas preventivas correctas.
- Controlar las pérdidas que afectan directamente al resultado final.
- Aumentar la responsabilidad en toda la organización.

Procedimiento

Investigar lo antes posible

- La escena del accidente está fresca, intacta.
- La parte lesionada y la memoria de los testigos no han sido alteradas.

Documento

Preservar el equipo/maquinaria

- Hasta que pueda ser inspeccionado para buscar pruebas de ingeniería de mal funcionamiento, diseño defectuoso, uso inapropiado, etc. (pruebas de subrogación). Tome fotos cuando corresponda.
- Palabras clave para el proceso:
    - **QUIÉN – QUÉ – CUÁNDO – DÓNDE – POR QUÉ – CÓMO**

Origen

Es importante recordar, cuando se investiga un accidente, que las medidas correctivas permanentes y eficaces implican el análisis y la mejora del proceso, así como los procedimientos de gestión. Véase el cuadro que figura a continuación para algunas de las esferas que deben evaluarse.

Razón del accidente		**Proceso correctivo**
• Procedimientos	• Ninguno desarrollado • Desarrollado pero no seguido • Desarrollado pero no comprendido • Desarrollado pero no preciso	• Procedimiento desarrollado • Instrucción de los empleados

• Peligro	• Creado por factores externos • Creado por un compañero de trabajo • Documentado pero no reparado • Identificado pero aceptado • No identificado • Reparado por deficiente • Reparación	• Reconocimiento de la supervisión • Intervención de supervisión
• Instalaciones/Equipamiento	• Equipo defectuoso • Un diseño pobre • Corrosión/desgaste • Factores ergonómicos • Diseño de la instalación • Nuevo equipo • Cambio en el proceso/materiales	• Mantenimiento del equipo • Reparación del equipo • Instrucción de los empleados • Reconocimiento de la supervisión
Comunicación	• Planificación insuficiente • Planificación de la comunicación • Confusión	• Proceso de planificación formal • Verificación de la comunicación
• En un apuro	• El supervisor implicó la necesidad • Necesidad percibida por el empleado • Competencia amistosa • Factores externos • La carga de trabajo es demasiado pesada • La falta de trabajo en equipo • Apresuramientos/fechas límite • Fallo del equipo	• Intervención del supervisor
• Entrenamiento	• Entrenamiento insuficiente • Circunstancias no abordadas • Herramientas utilizadas incorrectamente	• Proceso de entrenamiento formal • Formación de competencia

• Otros factores	• Tiempo/ temperatura • Largas horas de trabajo • El sobreesfuerzo físico • Equipo de protección personal • Ruido • Visibilidad	• Reconocimiento de la supervisión • Intervención de supervisión

---

Access to Medical and Exposure Records – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Los empleados y los empleadores necesitan conocer sus respectivos derechos y responsabilidades en virtud de la norma de regulación federal de OSHA sobre el acceso a la exposición de los empleados y a los registros médicos en los dos siguientes casos:

- Empleados posiblemente expuestos, a o uso de sustancias tóxicas o agentes físicos dañinos en los lugares de trabajo.
- Empleador que tiene empleados que pueden estar expuestos.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

La pregunta es ¿cuáles son esas exposiciones que representan un peligro para los empleados?

El estándar de OSHA cubre los registros que revelan y documentan la cantidad de exposición de los empleados a “sustancias tóxicas y agentes físicos dañinos”. Pueden incluir lo siguiente:

- Metales y polvos, como el plomo, el cadmio y la sílice.
- Agentes biológicos, como bacterias, virus y hongos.
- Estrés físico, como el ruido, el calor, el frío, la vibración, el movimiento repetitivo y la radiación ionizante y no ionizante.

Según la reglamentación de la OSHA, una “sustancia tóxica o agente físico nocivo” que represente un peligro para la salud humana debe:

1. figurar en la última edición del Registro de Efectos Tóxicos de las Sustancias Químicas de la NIOSH,
2. haber dado pruebas positivas de un peligro agudo o crónico para la salud en pruebas realizadas por el empleador o que éste conozca, o
3. ser objeto de una hoja de datos de seguridad de materiales (MSDS) mantenida por el empleador o que éste conozca, en la que se indique que el material puede representar un peligro para la salud humana.

COMO PROTEGERSE

1. **Los empleados bajo el estándar de OSHA tienen derechos designados.**

Derecho de acceso

¿Qué es “acceso”?

- Acceso significa el derecho a examinar y copiar los registros médicos y de exposición. Como empleado, tiene derecho a acceder a los registros médicos y de exposición y a los análisis basados en estos registros que conciernen a su empleo.

Método de acceso

Como empleado, usted y sus representantes designados pueden acceder a sus registros médicos y de exposición de una de estas tres maneras:

- El empleador puede darle una copia del documento, o
- El empleador puede proporcionarle facilidades para copiar el documento, o
- El empleador puede prestarle el documento para copiarlo fuera de la empresa.

No hay registros

Si su empleador no tiene ningún registro que registre específicamente sus propios niveles de exposición, puede acceder a los registros de exposición de los empleados que trabajan en condiciones laborales o de trabajo similares y que pueden haber experimentado exposiciones similares a las suyas. Los registros de exposición de los empleados incluyen lo siguiente:

- Acceso al representante de los empleados designados

La norma de la OSHA reconoce dos tipos de representantes designados: 1) una persona u organización a la que el empleado ha dado autorización por escrito para acceder a sus registros médicos o de exposición, y 2) un agente de negociación colectiva reconocido o certificado. Para acceder a la información de los empleados, los representantes de los empleados deben seguir requisitos muy específicos, como los siguientes:

- Registros de exposición de los empleados.
- Historial médico de los empleados

Tipos de registros

- Resultados de la vigilancia del aire del lugar de trabajo o mediciones de sustancias tóxicas o agentes físicos nocivos en el lugar de trabajo, incluyendo resultados de muestreo personales, de área, de agarre, de limpieza o de otras formas.
- Los resultados del control biológico, como los resultados de los análisis de sangre y orina.
- Hojas de datos de seguridad de materiales (MSDS) que contienen información sobre los peligros de una sustancia para la salud humana.

Otros registros de empleados

También puede acceder a los registros médicos de cualquier empleado relativos a su estado de salud que hayan sido creados o mantenidos por un médico, enfermero, profesional de la salud o técnico. Los registros médicos de los empleados incluyen lo

siguiente:

- Cuestionarios o historiales médicos y de empleo.
- Los resultados de los exámenes médicos y las pruebas de laboratorio.
- Opiniones médicas, diagnósticos, notas de progreso y recomendaciones.
- Registros de primeros auxilios.
- Descripciones de tratamientos y prescripciones.
- Quejas médicas de los empleados.

Recopilación de análisis

- Además, podrá acceder a cualquier **análisis -compilaciones** de datos o estudios estadísticos- de los registros médicos y de exposición de los empleados que se refieran a sus condiciones de trabajo o a su lugar de trabajo. Sin embargo, si un análisis incluye información que podría utilizarse para identificar directa o indirectamente a empleados individuales, el empleador está obligado a eliminar estos "identificadores" en la medida de lo posible antes de permitir el acceso del empleado al análisis. Entre los ejemplos de identificadores se incluyen el nombre, la dirección, el número de seguridad social y el cargo del empleado

1. **Los empleadores tienen responsabilidades bajo el ESTÁNDAR OSHA.**

- Preservar y mantener registros médicos y de exposición precisos de cada empleado.
- Informar a los trabajadores de la existencia, ubicación y disponibilidad de esos registros médicos y de exposición.
- Dé a los empleados cualquier material informativo sobre esta norma que OSHA ponga a su disposición.
- Ponga los registros a disposición de los empleados, sus representantes designados y a OSHA, según sea necesario.
- Acceder a la exposición y a los registros médicos relevantes para el empleado de forma gratuita, con / en un período de tiempo razonable.

No los registros

- Las muestras físicas, como las muestras de sangre y orina.
- Los registros relativos a las reclamaciones de seguro médico si (1) se mantienen separados de su programa médico y sus registros, y (2) no son accesibles por el nombre del empleado u otro identificador personal (por ejemplo, el número de seguro social o la dirección del domicilio).
- Registros creados sólo para su uso en litigios que tienen el privilegio de ser descubiertos.
- Registros creados como parte de los programas de asistencia voluntaria a los empleados, como los registros de abuso de alcohol y drogas o de asesoramiento personal, si se mantienen separados de su programa médico y sus registros.
- Información secreta comercial que implique procesos de fabricación o un porcentaje de una sustancia química en una mezcla, siempre que informe a los profesionales de la salud y a los empleados y sus representantes designados de que ha eliminado esa información de los registros médicos y de exposición.

No hay registros de exposición

- Si el empleador no tiene registros de exposición que documenten la cantidad de una sustancia tóxica o agente físico nocivo a la que el empleado solicitante ha estado expuesto, el empleador debe entregar al empleado solicitante los registros de otros empleados (sin sus identificadores personales) con funciones o condiciones de trabajo similares que indiquen razonablemente la cantidad y la naturaleza de las exposiciones a las que el empleado que solicita los registros puede haber estado expuesto.
- También puede exigirle al empleador que suministre registros de exposición que indiquen razonablemente la cantidad y la naturaleza de las sustancias tóxicas o los agentes físicos nocivos en un lugar de trabajo determinado, o que se utilicen en una condición de trabajo específica, a la que se asigna o transfiere el empleado solicitante.

Duración del tiempo de conservación de la información sobre la exposición y de los registros médicos

- Historial médico del empleado por lo menos durante la duración del empleo del empleado más 30 años.
- Registros de exposición de los empleados durante al menos 30 años.
- Análisis utilizando los registros médicos o de exposición de al menos 30 años.

Cesación del negocio

- Transfiera todos los registros sujetos a esta norma al empleador sucesor O, si no hay sucesor, notifique a los empleados actuales al menos 3 meses antes del cierre de la empresa su derecho a acceder a sus registros. También debe transferir los registros que deben conservarse según esta norma al Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH), o notificar por escrito al Director del NIOSH su intención de deshacerse de los registros 3 meses antes de dicha eliminación.

Jurisdicción aplicable

- OSHA requiere que los estados con sus propios programas de seguridad y salud tengan reglas y programas de aplicación que sean al menos tan efectivos como los del programa federal.
- Si usted es un empleado de un plan estatal aprobado por OSHA, tiene los mismos derechos que los empleados de los estados bajo la jurisdicción federal de OSHA, pero su plan estatal puede tener requisitos adicionales.
- Si usted es un empleador en un plan estatal, tiene por lo menos las mismas responsabilidades y derechos que los empleadores en los estados bajo la jurisdicción federal de OSHA, pero su plan estatal puede tener requisitos adicionales.

CONCLUSIÓN

Tanto el empleado como el empleador tienen derechos y responsabilidades en relación con la posible exposición a sustancias tóxicas o agentes físicos nocivos en el lugar de trabajo y su utilización.

A Slice of Safety Can Help Prevent Knife Injuries – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Muchos trabajadores usan cuchillos utilitarios para abrir los envases. Pero un movimiento equivocado y estas herramientas pueden causar un daño grave. De hecho, casi el 40 por ciento de todas las lesiones atribuidas a las herramientas manuales de taller en los EE.UU. involucran cuchillos utilitarios. Y no son sólo las cuchillas utilitarias las que representan un riesgo. El cuchillo de mano recto también es una herramienta de uso común en muchas industrias y la causa de muchos accidentes graves.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Si se equivoca con un cuchillo, hay una buena posibilidad de que corte algo que no debería.

EJEMPLO

Un trabajador usó un cuchillo para recoger un jamón antes de deshuesarlo. El cuchillo se deslizó del jamón golpeándolo en el ojo y cegándolo. Otro trabajador quedó permanentemente desfigurado cuando su cuchillo se deslizó de un trozo de carne que estaba

tallando y le golpeó la nariz, el labio superior y la barbilla.

COMO PROTEGERSE

Siga estos consejos de seguridad cuando use un cuchillo:

- Use el cuchillo correcto para el trabajo.
- Nunca use la hoja de un cuchillo como destornillador o para cualquier otro propósito que no sea el de cortar.
- Mantenga los cuchillos o las hojas afiladas y en buenas condiciones.
- Retire los cuchillos dañados del servicio y deseche las hojas de los cuchillos utilitarios desafiladas o rotas en un contenedor resistente a las perforaciones.
- Si utiliza un cuchillo multiusos, asegúrese de que las hojas estén correctamente colocadas en el mango antes de su uso.
- Use guantes de malla de acero o Kevlar para proteger sus manos de los cortes y asegúrese de que los guantes le queden bien.
- Use gafas de seguridad para proteger sus ojos en caso de que se rompa una cuchilla.
- Siempre dirija el cuchillo lejos del cuerpo, y mantenga las extremidades fuera de la trayectoria de corte.
- No aplique demasiada presión sobre la herramienta. Si está cortando a través de un material grueso, no intente hacerlo con un solo movimiento de fuerza. Haga varias pasadas a lo largo de la línea de corte, cortando un poco más profundo cada vez.
- Siempre tire de la cuchilla. Nunca la empuje. Podría romper la cuchilla y herirse a usted mismo o a alguien más cerca.
- Si trabaja con un cuchillo durante mucho tiempo, reduzca la tensión de sus tendones y músculos bajando el cuchillo periódicamente y estirando, sacudiendo y flexionando los dedos.
- Nunca intente atrapar un cuchillo que caiga en el aire. Lo más probable es que se corte agarrando la cuchilla.
- Cuando camine con un cuchillo multiuso, siempre retraiga la hoja. Si eso no es posible, lleve el cuchillo con el filo hacia abajo, no hacia afuera.

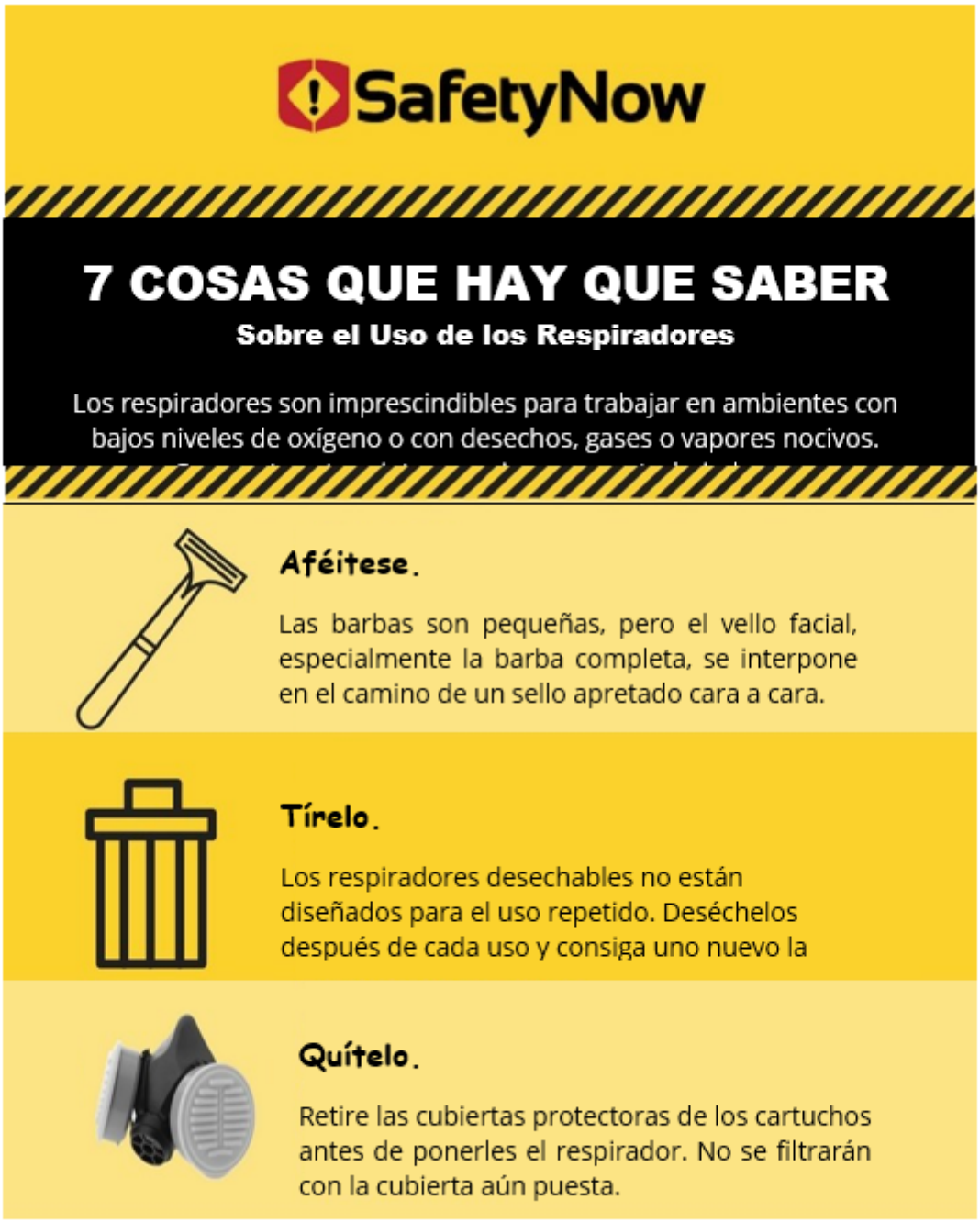
- Si otra persona necesita pedir prestado su cuchillo, no se lo entregue. Colóquelo en una superficie plana y deje que la otra persona lo recoja.
- Nunca coloque un cuchillo afilado en una posición en la que no se pueda ver, como en un fregadero lleno de agua jabonosa o en una caja de herramientas donde alguien pueda meter la mano sin mirar.
- Si recibe un corte de un cuchillo o una cuchilla, haga que le traten la herida inmediatamente para que no se infecte.

CONCLUSIÓN

Los cuchillos son muy útiles en el trabajo, pero pueden cortarle hasta el hueso en un instante. Así que trátelos con respeto.

---

7 Things to Know About Respirator Use – Spanish



Accident Investigation Safety Brief

Accidents do not just happen. Unsafe acts and/or unsafe conditions cause them. An important element of a well-rounded and effective safety program is the investigation of accidents. The causes of

accidents can be determined and effective controls can be developed by proper accident investigation. Additionally, the investigation of accidents has an educational value for those who participate in the inquiry. Accident Investigation is both proactive and reactive.

Purpose

- Determine accident
- Take correct preventative
- Control losses which directly impact the bottom
- Increase accountability throughout the

Procedure

Investigate as soon as possible

- Accident scene is fresh,
- Injured party and witnesses' memory

Document

Preserve equipment/machinery

- Until it can be inspected for engineering evidence of malfunction, faulty design, improper use, etc. (subrogation evidence). Take photos when

Key words for the process:

WHO – WHAT – WHEN – WHERE – WHY – HOW

Root Causes

It's important to remember when investigating an accident that effective permanent corrective action measures involve analysis and upgrade of process, as well as management procedures. See chart below for some of the areas to assess.

Reason for Accident		Corrective Process

Procedures	• None developed • Developed but not followed • Developed but not understood • Developed but not accurate	• Procedure developed • Employee instruction
Hazard	• Created by external factors • Created by co-worker • Documented but not repaired • Identified but accepted • Unidentified • Repaired by deficient • repair	• Supervisory recognition • Supervisory intervention
Facilities/Equipment	• Faulty equipment • Poor design • Corrosion/wear • Ergonomic factors • Facility layout • New equipment • Change in process/materials	• Equipment maintenance • Equipment repair • Employee instruction • Supervisory recognition
Communication	• Insufficient planning • Communication planning • Confusion	• Formal planning process • Verification of communication
In a Hurry	• Supervisor implied need • Employee perceived need • Friendly competition • External factors • Workload too heavy • Lack of teamwork • Rushes/Deadlines • Equipment failure	• Supervisor intervention

Training	• Insufficient training • Circumstances not addressed • Tools used incorrectly	• Formal training process • Proficiency training
Other Factors	• Weather/ Temperature • Long work hours • Physical overexertion • Personal protective equipment • Noise • Visibility	• Supervisory recognition • Supervisory intervention

---

Accident Safety Topic

This section addresses accidents, any unplanned event that result in personal injury or damage to property in the work place.

The cause of an accident(s) can be identified through job safety analysis (JSA's), accident investigations, and near-miss reports. Occupational safety programs are designed to take preventative measures by improving the environment and employee practices in a workplace. The utilization of warning signs to indicate and define specific hazards are just one of many essential tools in helping employees identify and avoid hazards. Communication with employees via safety meeting(s) is an essential way to communicate safe practices in avoiding accidents. Accident recording/reporting and employee training will also assist in creating a safer workplace.

Causes of an Accident

- Defective equipment
- Nonconductive working conditions (inadequate lighting,

extreme temperatures)
- Employees under the influence of drugs or alcohol
- Employees who exhibit signs of aggressive or violent
- Employees who work with hazardous materials
- Workers with special needs
- Employees who have not been adequately trained

Safety Programs

When instating a safety program, employers should incorporate company policy on the subject of accident prevention and investigation. The following should be included in:

- A statement of the company's commitment to
- Establishment of a safety committee
- Outline of the supervisor's responsibilities (ex., filling out accident report forms, disciplining those that disobey safety rules, orienting new workers about safety issues etc)
- A list of employee's accident reporting responsibilities
- A plan for accident investigation and reporting
- Procedures for correcting hazards and handling injuries and emergencies
- A description of safety training and education programs for both employees and
- A mention of your internal safety inspections policy or a copy of the inspection
- A description of job safety analysis measures designed to identify and eliminate problem
- A statement about personal protective equipment
- A warning of work rules, disciplinary actions, or a recap of the penalties for safety
- A statement of your physical examination
- A mention of workers' compensation benefits and required
- A list of the first-aid station locations and use

For further information please contact OSHA at

800-321-6742 or visit OSHA.gov

Company Name:_____

Date: _____

iSafetyExpert is a registered trade mark of FARA Insurance Services

ADA Safety Topic

This section addresses general information pertaining to the Americans with Disabilities Act of 2008.

The **Americans with Disabilities Act (ADA)** prohibits employer discrimination based on an employee or potential employee's disability. Under the ADA the term "disability" is defined as a *physical or mental impairment* that *substantially limits* one or more of the individual's major life activities. A mitigating measure (i.e., medication or a device that improves impairment) must not be considered when determining whether an impairment as a disability. It clearly establishes that an employer cannot discriminate against a qualified individual with a disability, and that "reasonable accommodation" is required for those that fall under the protection of the ADA (unless doing so would cause "undue hardship" on the overall operation).

Who it applies too

The ADA applies to all private employers with 15 or more employees, state and local governments, employment agencies, and labor organizations. Such company's recruitment, hiring, rates of pay, promotions, and selection for training are all subject to follow the ADA ruling. For ADA protection an employee or candidate must have a disability, *and* must be capable to execute the essential functions of the job, with or without a reasonable accommodation by the employer.

Reasonable Accommodation

Reasonable accommodation is any modification or adjustment to a job duty or work environment that permits a qualified employee or potential employee with a disability to participate in the job application process, perform the essential duties of a job, or to receive benefits and privileges of employment equal to those given to employees without disabilities.

For further information please contact the ADA at

800-514-0301 or visit ADA.gov

Company Name:_____ Date: _____

Safety Recommendations: _____ _____

iSafetyExpert is a registered trade mark of FARA Insurance Services.

Alcohol and Drugs Safety Topic

This section addresses alcohol and drug use in the workplace including employee testing and drug-free workplace programs.

As an employer one should be aware that under the federal Drug-Free Workplace Act of 1988 for most employers, testing is *not* required or regulated. However there are state and local statutes that limit and in some cases prohibit workplace testing. An employer may still engage in substance testing but only if it is with in state/local law. Under current US federal law, use of illegal drugs is not a protected disability therefore employers are free to refuse hire or discharge an employee currently using illegal drugs. While Alcoholism is considers a disability (some

state law's are subject to *reasonable accommodation*), an employee suffering from alcoholism is still subject to job performance standards as other employees

Creating a Drug-Free Workplace Program

There is no one "right" way to implement a drug-free workplace program. A program should be tailored to fit site specific needs. Employee education, supervisor training, EAP's (Employee Assistance Programs) and Drug and Alcohol testing are some of the many aspects one can involve when initially starting a program.

Substance Testing

Common reasons for testing implementation are:

- *Deter current employees from abusing substances*
- *Preventing hiring of individuals who use illegal*
- *Provide identification/referral of employees having substance abuse problems*
- *Provide a safe workplace employee*
- *Ensure general safety and consumer confidence in employee safely*

Employment Denial or Termination

Any adverse employment decision should be based solely on job-related factors. In other words, employment status decisions ought to consider the following:

- *Does the person have a current problem, or is the matter under control?*
- *Do the duties of the job present a potential hazard to clients or co-workers?*
- *Can the applicant perform the duties of the job?*

Additional Information

Testing under federal law or regulation typically must be done in conformance with the

Mandatory Guidelines for Federal Workplace Drug Testing Programs

published by the

U.S. Department of Health and Human Services.

For Further information please contact the Center for Substance Abuse Prevention at

800-967-5752 or visit samhsa.gov

Company Name:_____ Date: _____

Safety Recommendations:

_____

_____

ISafetyExpert is a registered trade mark of FARA Insurance Services.