When Your Body Beats You: Preventing Over-Exertion and Musculoskeletal Injury Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Esfuerzo Excesivo:** levantar, tirar o empujar más allá de su fuerza provoca una sobrecarga repentina de los músculos y tendones, lo que da lugar a esguinces, distensiones y desgarros.
2. **Fatiga por Movimientos Repetitivos:** repetir el mismo movimiento durante largos periodos de tiempo desgasta los tejidos más rápido de lo que tardan en repararse, lo que aumenta el riesgo de lesiones crónicas.
3. **Posturas Incómodas:** Trabajar con la espalda torcida, los brazos por encima de la cabeza o las rodillas dobladas somete a las articulaciones a un estrés anormal que provoca daños musculoesqueléticos.
4. **Esfuerzo Intenso:** Las tareas que requieren mucha fuerza física, como levantar herramientas pesadas, arrastrar mangueras o manipular materiales, aumentan la probabilidad de sufrir lesiones agudas en la espalda y los hombros.
5. **Calentamiento Deficiente:** comenzar un trabajo físico pesado sin preparar el cuerpo reduce la flexibilidad y la preparación muscular, lo que aumenta el riesgo de sufrir una distensión repentina.
6. **Errores Provocados por la Fatiga:** el agotamiento físico reduce el control del cuerpo y el tiempo de reacción, lo que provoca resbalones, levantamientos incorrectos y movimientos incontrolados.

ESTADÍSTICAS

- En Estados Unidos, los trastornos musculoesqueléticos (TME) provocaron 976 090 casos de ausencias, restricciones o traslados (DART) en el sector privado durante 2021-2022, siendo el esfuerzo excesivo la causa principal.
- El esfuerzo excesivo representó casi el 22 % de todas las lesiones laborales en Estados Unidos en 2020, lo que provocó una pérdida significativa de tiempo de trabajo y contribuyó a la prevalencia de los TME.
- En Canadá, los TME representan alrededor del 35 % de las reclamaciones por tiempo perdido presentadas a WorkSafeNB entre 2020 y 2024, a menudo derivadas del esfuerzo excesivo en tareas repetitivas o que requieren fuerza.
- Los empleadores estadounidenses se enfrentan a unos costos anuales estimados de 20 000 millones de dólares en indemnizaciones por accidentes laborales por más de un millón de lesiones MSD, principalmente por esfuerzo excesivo y reacción corporal (datos de 2020-2025).
- En 2022, Canadá registró 348 747 reclamaciones aceptadas por lesiones con pérdida de tiempo, y el esfuerzo excesivo y los MSD afectaron de manera desproporcionada a sectores de alto riesgo como la industria manufacturera y la atención sanitaria.
- Los incidentes por esfuerzo excesivo en Estados Unidos causaron una tasa de incidencia de 51,0 por cada 10 000 trabajadores a tiempo completo en 2020-2022, lo que supuso una media de 11-12 días de baja laboral por caso.

When Your Body Beats You: Preventing Over-Exertion and

Musculoskeletal Injury Stats and Facts

FACTS

1. **Overexertion Strain:** Lifting, pulling, or pushing beyond your strength causes sudden muscle and tendon overload, leading to sprains, strains, and tears.
2. **Repetitive Motion Fatigue:** Repeating the same movement for long periods breaks down tissue faster than it can repair, increasing the risk of chronic injury.
3. **Awkward Postures:** Working with your back twisted, arms overhead, or knees bent puts joints under abnormal stress that leads to musculoskeletal damage.
4. **Forceful Exertion:** Tasks requiring high physical force—like lifting heavy tools, dragging hoses, or handling materials—increase the chance of acute back and shoulder injuries.
5. **Poor Warm-Up:** Starting heavy physical work without preparing the body reduces flexibility and muscle readiness, raising the risk of sudden strain.
6. **Fatigue-Driven Errors:** Physical exhaustion reduces body control and reaction time, causing slips, improper lifting, and uncontrolled movements.

STATS

- In the US, musculoskeletal disorders (MSDs) resulted in 976,090 days-away, restricted, or transferred (DART) cases in the private sector during 2021-2022, with overexertion as a primary cause.
- Overexertion accounted for nearly 22% of all workplace injuries in the US in 2020, leading to significant lost work time and contributing to MSD prevalence.
- In Canada, MSDs represent about 35% of lost-time claims submitted to WorkSafeNB from 2020-2024, often stemming from

overexertion in repetitive or forceful tasks.

- US employers face an estimated $20 billion annually in workers’ compensation costs for over 1 million MSD injuries, predominantly from overexertion and bodily reaction (2020-2025 data).
- In 2022, Canada recorded 348,747 accepted lost-time injury claims, with overexertion and MSDs disproportionately affecting high-risk sectors like manufacturing and healthcare.
- Overexertion incidents in the US caused an incidence rate of 51.0 per 10,000 full-time workers in 2020-2022, resulting in a median of 11-12 days away from work per case.

When Your Body Beats You: Preventing Over-Exertion and Musculoskeletal Injury Picture This



In the image, the worker is lifting an extremely heavy box with a rounded back, his knees barely bent, and the load held far away from his body. He is visibly straining, twisting his torso as he tries to stand up, putting intense pressure on his lower back. He’s attempting to lift a load clearly labeled “EXTREMELY HEAVY” without assistance or equipment. Every part of his posture increases the risk of a sudden muscle tear, slipped disc, or long-term musculoskeletal injury.

A safer approach is to keep the load close to the body, bend the knees, and lift with the legs while maintaining a straight back. Workers should evaluate the weight before lifting and use tools like dollies, carts, or team assistance for heavy or awkward loads. Avoid twisting while carrying and pivot with the feet instead. Taking these small steps can prevent over-exertion and

protect the spine during demanding tasks.

When Your Body Beats You: Preventing Over-Exertion and Musculoskeletal Injury Picture This – Spanish



En la imagen, el trabajador está levantando una caja extremadamente pesada con la espalda encorvada, las rodillas

apenas flexionadas y la carga alejada del cuerpo. Se nota que está haciendo un gran esfuerzo, girando el torso mientras intenta levantarse, lo que ejerce una intensa presión sobre la zona lumbar. Está intentando levantar una carga claramente etiquetada como «EXTREMADAMENTE PESADA» sin ayuda ni equipo. Cada parte de su postura aumenta el riesgo de sufrir un desgarro muscular repentino, una hernia discal o una lesión musculoesquelética a largo plazo.

Un enfoque más seguro consiste en mantener la carga cerca del cuerpo, doblar las rodillas y levantar con las piernas mientras se mantiene la espalda recta. Los trabajadores deben evaluar el peso antes de levantar y utilizar herramientas como carretillas, carros o la ayuda de un equipo para cargas pesadas o incómodas. Evite girar mientras transporta y gire con los pies en su lugar. Tomar estas pequeñas medidas puede prevenir el esfuerzo excesivo y proteger la columna vertebral durante las tareas exigentes.

Active Shooter Awareness: Prevent Tragedy

Course Description

This course focuses first on prevention, then on personal safety, and finally on recovery and support. At every stage, the goal is to reduce harm, not dramatize risk.

Driving in Fog Meeting Kit

WHAT’S AT STAKE

Driving in fog is one of the most challenging conditions on the road because it limits your ability to see, react, and judge distance. Fog can cut visibility down to just a few feet, hide hazards until the last second, and distort depth perception. Headlights can make things worse by reflecting off the moisture in the air, and lane markings can disappear when you need them most. When fog thickens unexpectedly, even experienced drivers can become disoriented or misjudge their speed, turning a routine trip into a dangerous situation.

WHAT’S THE DANGER

Fog creates one of the most unpredictable and disorienting environments for drivers. It limits what you can see, changes how you judge distance, and slows your reaction time. Hazards appear suddenly, and by the time you notice them, it may be too late to stop or steer safely.

Visibility Drops Instantly

Fog can reduce your view to a few feet without warning. Lane markings fade, taillights blur, and the edges of the road become hard to find. This makes it easy to drift out of your lane or miss stopped vehicles until the last second.

Speed and Distance Become Hard to Judge

Fog distorts depth perception. Vehicles ahead may seem farther away than they really are, causing drivers to follow too closely without realizing it. Wet roads, combined with poor visibility, increase the chance of rear-end collisions.

Lights Can Work Against You

Headlights, especially high beams, reflect off the fog and shine directly back into your eyes.

- Glare reduces visibility even more.
- Road signs and reflective surfaces become harder to read.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Driving safely in fog means slowing down, staying focused, and giving yourself as much visibility and reaction time as possible. Fog can change in seconds, so the way you handle the road must change just as quickly. A few smart habits can keep you in control when the road ahead becomes unclear.

Slow Down and Create Space

Fog reduces how far you can see, so lower your speed and leave extra distance between you and the vehicle ahead. This gives you more time to react to sudden stops, obstacles, or vehicles appearing out of the fog.

Use Lights Correctly

Turn on your low-beam headlights or fog lights — never high beams, which reflect back into your eyes and reduce visibility. Keep your taillights clean so vehicles behind you can see you sooner.

What to Do If Visibility Drops Quickly

- Ease off the accelerator — sudden braking can cause collisions.
- Follow the reflective lane markings to stay centered.
- Avoid changing lanes unless absolutely necessary.
- If fog becomes too dense to drive safely, pull over to a safe area and wait.

Stay Focused and Avoid Distractions

Fog requires full attention. Put away your phone, lower the music, and keep your eyes scanning the road for signs, brake lights, and hazards that may appear suddenly.

FINAL WORD

Fog can be unpredictable, and even the best drivers can be caught off guard when visibility disappears. Slowing down, using the right lights, and staying fully focused are simple actions that make a huge difference.

Driving in Fog Stats and Facts

FACTS

1. **Severely Reduced Visibility:** Fog compresses your sight distance, making it hard to judge speed, distances, and the movement of other vehicles.
2. **Sudden Visibility Drops:** Fog can thicken without warning, causing an immediate loss of reference points like lane lines, road edges, or signs.
3. **Optical Illusions:** Drivers often experience “white-out” or “wall of gray” effects in dense fog, distorting depth perception and increasing confusion.
4. **Glare Amplification:** Low-beam headlights, taillights, and even streetlights can create intense glare in fog, making it harder to see the road.
5. **Lane Drifting:** Poor visibility increases the risk of unintentionally drifting across lane markings or onto the shoulder.
6. **Piled-Up Moisture:** Fog leaves moisture on windshields and mirrors, reducing clarity and requiring constant wiper and defogger use.

7. **Overconfidence Hazard:** Drivers may continue at unsafe speeds because fog appears patchy, leading to high-speed collisions when entering denser sections.

STATS

- In the US, fog-related crashes average over 25,000 annually, resulting in more than 400 deaths and nearly 9,000 injuries, with similar patterns holding steady through 2024.
- Adverse weather, including fog, contributed to 18% of fatal motor vehicle accidents in Canada in recent years (2020-2023 data).
- Fog accounts for 3% of weather-related crashes in the US (2020-2025), part of the 21% of all crashes occurring under adverse atmospheric conditions like fog or smoke.
- In Canada, decreased visibility from fog and inclement weather was a factor in 18% of passenger vehicle fatalities in 2019-2021, with trends persisting into 2024.
- US fog-related incidents involve over 38,700 vehicles annually (2020-2024 average), leading to more than 600 deaths due to reduced visibility and high speeds.
- In Canada, environmental factors like fog contributed to 18% of all fatal collisions in 2023, exacerbating risks in low-lying and coastal areas.

Driving in Fog Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Conducir con niebla es una de las condiciones más difíciles en la carretera, ya que limita la capacidad de ver, reaccionar y

calcular distancias. La niebla puede reducir la visibilidad a solo unos metros, ocultar peligros hasta el último momento y distorsionar la percepción de la profundidad. Los faros pueden empeorar la situación al reflejarse en la humedad del aire, y las marcas de los carriles pueden desaparecer cuando más se necesitan. Cuando la niebla se espesa inesperadamente, incluso los conductores experimentados pueden desorientarse o calcular mal su velocidad, convirtiendo un viaje rutinario en una situación peligrosa.

CUÁL ES EL PELIGRO

La niebla crea uno de los entornos más impredecibles y desorientadores para los conductores. Limita la visibilidad, altera la percepción de las distancias y ralentiza el tiempo de reacción. Los peligros aparecen de repente y, cuando los detectas, puede ser demasiado tarde para frenar o girar con seguridad.

La Visibilidad Disminuye Instantáneamente

La niebla puede reducir la visibilidad a unos pocos metros sin previo aviso. Las marcas de los carriles se desvanecen, las luces traseras se difuminan y los bordes de la carretera se vuelven difíciles de ver. Esto hace que sea fácil salirse del carril o no ver los vehículos detenidos hasta el último momento.

La Velocidad y la Distancia se Vuelven Difíciles de Calcular

La niebla distorsiona la percepción de la profundidad. Los vehículos que circulan delante pueden parecer más lejanos de lo que realmente están, lo que hace que los conductores los sigan demasiado de cerca sin darse cuenta. Las carreteras mojadas, combinadas con la mala visibilidad, aumentan la probabilidad de colisiones por alcance.

Las Luces Pueden Jugar en su Contra

Los faros, especialmente las luces largas, se reflejan en la niebla y le deslumbran directamente los ojos.

- El deslumbramiento reduce aún más la visibilidad.

- Las señales de tráfico y las superficies reflectantes se vuelven más difíciles de leer.

COMO PROTEGERSE

Conducir con seguridad en condiciones de niebla significa reducir la velocidad, mantenerse concentrado y procurar tener la mayor visibilidad y tiempo de reacción posibles. La niebla puede cambiar en cuestión de segundos, por lo que la forma de conducir debe cambiar con la misma rapidez. Algunos hábitos inteligentes pueden ayudarle a mantener el control cuando la visibilidad en la carretera es reducida.

Reduzca la Velocidad y Mantenga la Distancia

La niebla reduce la visibilidad, por lo que debe reducir la velocidad y mantener una mayor distancia con el vehículo que le precede. Esto le dará más tiempo para reaccionar ante frenadas repentinas, obstáculos o vehículos que aparezcan de entre la niebla.

Utilice las Luces Correctamente

Encienda las luces de cruce o las luces antiniebla, nunca las luces largas, que se reflejan en sus ojos y reducen la visibilidad. Mantenga limpias las luces traseras para que los vehículos que le siguen puedan verle antes.

Qué hacer si la Visibilidad Disminuye Rápidamente

- Suavice el acelerador: una frenada repentina puede provocar colisiones.
- Siga las marcas reflectantes del carril para mantenerse centrado.
- Evite cambiar de carril a menos que sea absolutamente necesario.
- Si la niebla se vuelve demasiado densa para conducir con seguridad, deténgase en un área segura y espere.

Manténgase Concentrado y Evite las Distracciones

La niebla requiere toda su atención. Guarde su teléfono, baje el volumen de la música y mantenga la vista fija en la carretera para detectar señales, luces de freno y peligros que puedan aparecer de repente.

CONCLUSIÓN

La niebla puede ser impredecible, e incluso los mejores conductores pueden verse sorprendidos cuando la visibilidad desaparece. Reducir la velocidad, utilizar las luces adecuadas y mantener la concentración son medidas sencillas que marcan una gran diferencia.

Driving in Fog Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Visibilidad muy Reducida: la niebla reduce la distancia de visión, lo que dificulta calcular la velocidad, las distancias y el movimiento de otros vehículos.
2. Caídas Repentinas de la Visibilidad: la niebla puede espesarse sin previo aviso, provocando una pérdida inmediata de puntos de referencia como las líneas de los carriles, los bordes de la carretera o las señales.
3. Ilusiones Ópticas: Los conductores suelen experimentar efectos de «blanqueamiento» o «pared gris» en la niebla densa, lo que distorsiona la percepción de la profundidad y aumenta la confusión.

4. Amplificación del Deslumbramiento: Las luces de cruce, las luces traseras e incluso las farolas pueden crear un deslumbramiento intenso en la niebla, lo que dificulta la visión de la carretera.
5. Desviación del Carril: la mala visibilidad aumenta el riesgo de desviarse involuntariamente de las marcas del carril o de salir al arcén.
6. Acumulación de Humedad: la niebla deja humedad en los parabrisas y los espejos, lo que reduce la claridad y requiere el uso constante del limpiaparabrisas y el desempañador.
7. Peligro de Exceso de Confianza: los conductores pueden continuar a velocidades inseguras porque la niebla parece irregular, lo que provoca colisiones a alta velocidad al entrar en secciones más densas.

ESTADÍSTICAS

- En Estados Unidos, los accidentes relacionados con la niebla suman una media de más de 25 000 al año, lo que se traduce en más de 400 muertes y casi 9000 heridos, con patrones similares que se mantendrán estables hasta 2024.
- Las condiciones meteorológicas adversas, incluida la niebla, contribuyeron al 18 % de los accidentes mortales de tráfico en Canadá en los últimos años (datos de 2020-2023).
- La niebla es responsable del 3 % de los accidentes relacionados con las condiciones meteorológicas en Estados Unidos (2020-2025), lo que forma parte del 21 % de todos los accidentes que se producen en condiciones atmosféricas adversas, como niebla o humo.
- En Canadá, la disminución de la visibilidad debido a la niebla y las inclemencias meteorológicas fue un factor determinante en el 18 % de las muertes en vehículos de pasajeros entre 2019 y 2021, y la tendencia se mantendrá hasta 2024.
- Los incidentes relacionados con la niebla en EE. UU. afectan a más de 38 700 vehículos al año (media de 2020-2024), lo que provoca más de 600 muertes debido a la reducción de la

visibilidad y las altas velocidades.

- En Canadá, factores ambientales como la niebla contribuyeron al 18 % de todas las colisiones mortales en 2023, lo que agravó los riesgos en las zonas bajas y costeras.

Driving in Fog Picture This – Spanish



En la imagen, el conductor circula por una niebla extremadamente densa con una visibilidad casi nula, pero sin encender los faros. Sin luces, los demás vehículos apenas pueden ver el coche, lo que aumenta el riesgo de colisiones por alcance o golpes laterales. El conductor también parece seguir al tráfico demasiado de cerca para una visibilidad tan limitada. Esta combinación de mala iluminación, distancia reducida y niebla espesa crea una situación de alto riesgo en la que incluso un pequeño error podría provocar un accidente grave.

Los conductores siempre deben reducir la velocidad, aumentar la distancia de seguridad y encender las luces de cruce (nunca las luces largas) cuando conduzcan con niebla. El uso de las luces hace que el vehículo sea visible para los demás y ayuda a iluminar

la carretera sin reflejar el resplandor en el conductor. Los trabajadores deben evitar los cambios bruscos de carril, mantenerse centrados en su carril y utilizar las luces antiniebla si las tienen. La práctica de estas medidas reduce el riesgo de colisión y mantiene a todos más seguros en condiciones de baja visibilidad.

Driving in Fog Picture This



In the image, the driver is moving through extremely dense fog with almost zero visibility, yet their headlights are not turned on. Without lights, other vehicles can barely see the car, increasing the risk of rear-end collisions or sideswipes. The driver also appears to be following traffic too closely for such limited visibility. This combination of poor lighting, reduced distance, and heavy fog creates a high-risk situation where even a small mistake could cause a serious crash.

Drivers should always slow down, increase following distance, and turn on low-beam headlights (never high beams) when driving in fog. Using lights makes the vehicle visible to others and helps illuminate the road without reflecting glare back at the driver. Workers should avoid sudden lane changes, stay centered in their

lane, and use fog lights if equipped. Practicing these controls reduces the risk of collision and keeps everyone safer during low-visibility conditions.

Driving in Rainy Weather Stats and Facts

FACTS

1. **Reduced Traction:** Wet pavement decreases tire grip, making it harder to brake, steer, and accelerate safely—especially at higher speeds.
2. **Hydroplaning Risk:** When tires lose contact with the road surface due to standing water, the vehicle can slide uncontrollably with no steering response.
3. **Limited Visibility:** Heavy rain, fogged windshields, and water spray from other vehicles reduce sight distance and reaction time.
4. **Longer Stopping Distance:** Rain-soaked roads require significantly more distance to come to a full stop, increasing collision risk in traffic.
5. **Hidden Road Hazards:** Puddles can conceal potholes, debris, or uneven pavement that may cause tire damage or sudden swerving.
6. **Windshield Glare:** Water on the windshield scatters light from oncoming vehicles, creating glare and temporary vision distortion.
7. **Impaired Driver Judgment:** Stressful weather conditions can cause drivers to overcorrect, brake suddenly, or misjudge curves and lane positions.

STATS

- In the US, wet pavement contributes to 75% of weather-related crashes annually, with 47% occurring during rainfall, leading to over 860,000 accidents each year (2020-2024 average).
- Canada sees thousands of rain-related crashes annually; Ontario alone reports over 14,000 collisions every year on wet pavement (Ontario Ministry of Transportation).
- The risk of deadly car crashes increases by 34% during rain, snow, and ice in Canada and the US due to slippery roads, based on 2020-2023 meteorological data.
- In the US, rain is responsible for 11% of all crashes, 10% of injuries, and 8% of fatalities annually (2020-2025), with wet roads causing 21% of total weather-related incidents.
- Wet pavement fatalities in the US averaged 4,050 per year (2020-2024), accounting for 12% of all traffic deaths and 76% of weather-related fatalities.
- In Canada, over 45,000 car accidents are reported each spring (2020-2025), with rainy conditions contributing significantly to slips, hydroplaning, and reduced visibility.

Driving in Rainy Weather Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Reducción de la Tracción:** el pavimento mojado disminuye el agarre de los neumáticos, lo que dificulta frenar, girar y acelerar con seguridad, especialmente a velocidades elevadas.

2. **Riesgo de Hidroplaneo:** cuando los neumáticos pierden contacto con la superficie de la carretera debido al agua estancada, el vehículo puede deslizarse sin control y sin respuesta de la dirección.
3. **Visibilidad Limitada:** la lluvia intensa, los parabrisas empañados y las salpicaduras de agua de otros vehículos reducen la distancia de visión y el tiempo de reacción.
4. **Distancia de Frenado más Larga:** las carreteras empapadas por la lluvia requieren una distancia significativamente mayor para detenerse por completo, lo que aumenta el riesgo de colisión en el tráfico.
5. **Peligros Ocultos en la Carretera:** los charcos pueden ocultar baches, escombros o pavimento irregular que pueden causar daños en los neumáticos o giros bruscos.
6. **Reflejos en el Parabrisas:** el agua en el parabrisas dispersa la luz de los vehículos que se aproximan, creando reflejos y distorsiones temporales de la visión.
7. **Deterioro del Juicio del Conductor:** las condiciones meteorológicas adversas pueden hacer que los conductores corrijan en exceso, frenen bruscamente o calculen mal las curvas y las posiciones de los carriles.

ESTADÍSTICAS

- En Estados Unidos, el pavimento mojado contribuye al 75 % de los accidentes relacionados con las condiciones meteorológicas cada año, de los cuales el 47 % se producen durante las lluvias, lo que supone más de 860 000 accidentes al año (media de 2020-2024).
- Canadá registra miles de accidentes relacionados con la lluvia cada año; solo en Ontario se producen más de 14 000 colisiones al año en pavimento mojado (Ministerio de Transporte de Ontario).
- El riesgo de accidentes automovilísticos mortales aumenta un 34 % durante la lluvia, la nieve y el hielo en Canadá y Estados Unidos debido a las carreteras resbaladizas, según los datos meteorológicos de 2020-2023.
- En Estados Unidos, la lluvia es responsable del 11 % de

todos los accidentes, el 10 % de las lesiones y el 8 % de las muertes al año (2020-2025), y las carreteras mojadas causan el 21 % del total de incidentes relacionados con el clima.

- Las muertes por pavimento mojado en Estados Unidos alcanzaron una media de 4050 al año (2020-2024), lo que representa el 12 % de todas las muertes por accidentes de tráfico y el 76 % de las muertes relacionadas con el clima.
- En Canadá, se registran más de 45 000 accidentes de tráfico cada primavera (2020-2025), y las condiciones de lluvia contribuyen de manera significativa a los deslizamientos, el aquaplaning y la reducción de la visibilidad.

Driving in Rainy Weather Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Rainy weather changes the road instantly, turning everyday driving into a high-risk situation. Wet pavement reduces tire grip, increases stopping distances, and makes it easier to lose control — even at normal speeds. Visibility drops as water hits the windshield, headlights glare, and lanes become harder to see. Hydroplaning can happen without warning, especially when tires are worn or water builds up on the road. When drivers aren't prepared, a simple trip can quickly turn into a collision, spin-out, or roadside emergency. What's at stake is your safety, the safety of passengers and other drivers, and the ability to get home without injury when the weather turns against you.

WHAT’S THE DANGER

Rain doesn’t just make the road wet – it changes the entire driving environment. Even a light shower reduces traction, increases braking distance, and makes it harder to see what’s ahead. When tires lose grip and visibility drops, drivers have far less time to react, and that’s when crashes happen.

Traction Disappears Quickly

Rain mixes with oil and dust on the road, creating a slick layer that reduces how well your tires can hold the pavement. It’s especially dangerous in the first few minutes of rainfall. Hydroplaning can happen at normal speeds, especially with worn tires or standing water, and once it happens, steering and braking control are lost almost instantly.

Visibility Drops Before You Notice

Windshield glare, fogged windows, heavy rain, and water spray from other vehicles all make it harder to spot hazards in time. Combine that with longer stopping distances on wet roads, and even simple driving decisions become risky. When weather changes fast, drivers who don’t slow down or adjust quickly enough are at the highest risk of losing control.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Rain changes how your vehicle handles, how far you can see, and how quickly you can react. Staying safe comes down to slowing down, improving visibility, and making smart choices before the weather turns dangerous. A few simple precautions can prevent sliding, hydroplaning, or losing control when the road gets wet.

Slow Down and Give Yourself Space

Wet roads reduce your tire grip, so drive at a slower speed than usual and leave extra distance between you and the vehicle ahead. Gentle steering and smooth braking help your tires maintain traction and prevent skidding.

Keep Your Visibility Clear

Use your headlights whenever it rains, even during the day. Keep your windshield wipers in good condition and run the defroster to prevent fog from blocking your view. Seeing clearly — and being seen — is one of the biggest safety advantages in rainy weather.

What to Do If You Start to Hydroplane

- Stay calm and ease your foot off the gas — don’t brake suddenly.
- Keep the steering wheel straight until the tires reconnect with the road.
- Avoid turning sharply or overcorrecting — this can cause a spinout.
- Once you regain traction, reduce your speed and avoid deep or standing water.

Adjust Quickly to Changing Weather

Rainstorms can intensify in seconds. If visibility becomes too low or the road begins to flood, slow down immediately and pull over somewhere safe. When rain makes it too hard to see, the safest choice is to wait until conditions improve.

FINAL WORD

Rainy conditions demand patience, slower speeds, and sharper attention. Even a small amount of water can reduce traction, blur visibility, and change how your vehicle responds. When the weather turns against you, drive with caution and give yourself the time and space to get home safely.

Driving in Rainy Weather Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El clima lluvioso cambia la carretera al instante, convirtiendo la conducción diaria en una situación de alto riesgo. El pavimento mojado reduce el agarre de los neumáticos, aumenta las distancias de frenado y facilita la pérdida de control, incluso a velocidades normales. La visibilidad disminuye cuando el agua golpea el parabrisas, los faros deslumbran y los carriles se vuelven más difíciles de ver. El hidroplaneo puede ocurrir sin previo aviso, especialmente cuando los neumáticos están desgastados o se acumula agua en la carretera. Cuando los conductores no están preparados, un simple viaje puede convertirse rápidamente en una colisión, un derrape o una emergencia en la carretera. Lo que está en juego es su seguridad, la seguridad de los pasajeros y de otros conductores, y la posibilidad de llegar a casa sin lesiones cuando el clima se vuelve en su contra.

CUÁL ES EL PELIGRO

La lluvia no solo moja la carretera, sino que cambia todo el entorno de conducción. Incluso una ligera llovizna reduce la tracción, aumenta la distancia de frenado y dificulta la visibilidad de lo que hay delante. Cuando los neumáticos pierden agarre y la visibilidad disminuye, los conductores tienen mucho menos tiempo para reaccionar, y es entonces cuando se producen los accidentes.

La Tracción Desaparece Rápidamente

La lluvia se mezcla con el aceite y el polvo de la carretera,

creando una capa resbaladiza que reduce la capacidad de los neumáticos para adherirse al pavimento. Es especialmente peligroso en los primeros minutos de lluvia. El hidroplaneo puede producirse a velocidades normales, especialmente con neumáticos desgastados o agua estancada, y una vez que ocurre, se pierde el control de la dirección y el frenado casi al instante.

La Visibilidad Disminuye Antes de que te des Cuenta

El reflejo del parabrisas, las ventanas empañadas, la lluvia intensa y las salpicaduras de agua de otros vehículos dificultan la detección a tiempo de los peligros. Si a eso le sumamos las distancias de frenado más largas en carreteras mojadas, incluso las decisiones de conducción más sencillas se vuelven arriesgadas. Cuando el clima cambia rápidamente, los conductores que no reducen la velocidad o se adaptan con la suficiente rapidez corren un mayor riesgo de perder el control.

COMO PROTEGERSE

La lluvia cambia la forma en que se maneja su vehículo, la distancia a la que puede ver y la rapidez con la que puede reaccionar. Para mantenerse seguro, es necesario reducir la velocidad, mejorar la visibilidad y tomar decisiones inteligentes antes de que el clima se vuelva peligroso. Unas sencillas precauciones pueden evitar que el vehículo resbale, patine o pierda el control cuando la carretera está mojada.

Reduzca la Velocidad y Mantenga la Distancia

Las carreteras mojadas reducen el agarre de los neumáticos, por lo que debe conducir a una velocidad menor de lo habitual y dejar una distancia adicional entre su vehículo y el que va delante. Girar suavemente el volante y frenar con suavidad ayuda a que los neumáticos mantengan la tracción y evita que el vehículo derrape.

Mantenga una Buena Visibilidad

Utilice los faros siempre que llueva, incluso durante el día. Mantenga los limpiaparabrisas en buen estado y encienda el

desempañador para evitar que el vaho le impida ver. Ver con claridad y ser visto es una de las mayores ventajas en materia de seguridad cuando llueve.

Qué Hacer si Empieza a Aquaplanear

- Mantenga la calma y levante el pie del acelerador, no frene bruscamente.
- Mantenga el volante recto hasta que los neumáticos vuelvan a conectar con la carretera.
- Evite girar bruscamente o corregir en exceso, ya que esto puede provocar un derrape.
- Una vez que recupere la tracción, reduzca la velocidad y evite el agua profunda o estancada.

Adáptese Rápidamente a los Cambios Meteorológicos

Las tormentas pueden intensificarse en cuestión de segundos. Si la visibilidad es muy baja o la carretera comienza a inundarse, reduzca la velocidad inmediatamente y deténgase en un lugar seguro. Cuando la lluvia dificulta la visibilidad, lo más seguro es esperar a que mejoren las condiciones.

CONCLUSIÓN

Las condiciones de lluvia exigen paciencia, velocidades más bajas y mayor atención. Incluso una pequeña cantidad de agua puede reducir la tracción, reducir la visibilidad y cambiar la respuesta de su vehículo. Cuando el clima se vuelva en su contra, conduzca con precaución y tómese el tiempo y el espacio necesarios para llegar a casa de manera segura.

Driving in Rainy Weather Fatality File

Employee dies of multiple trauma in crash during heavy rain

At 4:30 a.m. on February 6, 2024, an employee working as a truck driver for a freight company was driving a flatbed truck along a public road. The employee was enroute to pick up general goods for his employer. The employee was the only occupant in the truck when an extreme downpour/weather event occurred. The employee died when he lost control and rolled his truck over causing multiple blunt trauma injuries. The truck sustained major roll-over damage with a smashed cab and headache rack. No mechanic defects were found to be contributing factors in the crash.

Source: https://www.osha.gov

Driving in Rainy Weather Fatality File – Spanish

Un empleado muere por traumatismos múltiples en un accidente durante una fuerte lluvia

A las 4:30 a. m. del 6 de febrero de 2024, un empleado que trabajaba como conductor de camión para una empresa de transporte mercancías conducía un camión de plataforma por una vía pública.

El empleado se dirigía a recoger mercancías generales para su empleador. El empleado era el único ocupante del camión cuando se produjo un aguacero extremo y un fenómeno meteorológico adverso. El empleado falleció al perder el control y volcar el camión, lo que le provocó múltiples traumatismos contusos. El camión sufrió importantes daños por el vuelco, con la cabina y la rejilla protectora destrozadas. No se encontraron defectos mecánicos que contribuyeran al accidente.

Fuente: https://www.osha.gov

Driving in Rainy Weather Picture This



This image clearly illustrates the deadly consequences of driving on the job during severe weather without proper awareness or hazard precautions. A delivery-truck driver is seen traveling down a rural highway under heavy rainfall, with water pooling across the roadway and visibility rapidly deteriorating. The windshield wipers struggle to keep up, and the truck’s tires create large sprays of water as they lose traction on the slick pavement. In the next moment, the driver loses control, and the vehicle begins to skid sideways, highlighting how quickly a routine work trip can turn fatal when weather conditions are ignored.

Driving through intense rain significantly increases the risk of

hydroplaning, loss of control, rollover crashes, and deadly injuries. Wet roads reduce stopping distance, impair visibility, and demand slower speeds and heightened attention. When workers do not receive sufficient training on weather-related driving hazards—or feel pressured to continue driving despite dangerous conditions—the results can be catastrophic. This scenario reinforces the critical need for employers to establish severe-weather driving protocols, empower workers to stop when conditions become unsafe, and ensure vehicles are properly maintained for adverse weather.

Driving in Rainy Weather Picture This – Spanish



Esta imagen ilustra claramente las consecuencias mortales de conducir en el trabajo durante condiciones climáticas adversas sin la debida concienciación ni precauciones ante los peligros. Se ve a un conductor de camión de reparto circulando por una carretera rural bajo una fuerte lluvia, con agua acumulada en la calzada y una visibilidad que se deteriora rápidamente. Los limpiaparabrisas luchan por mantener el ritmo y los neumáticos del camión crean grandes salpicaduras de agua al perder tracción en el pavimento resbaladizo. Al momento siguiente, el conductor pierde el control y el vehículo comienza a derrapar lateralmente, lo que pone de relieve la rapidez con la que un viaje de trabajo rutinario puede

convertirse en fatal cuando se ignoran las condiciones meteorológicas.

Conducir bajo una lluvia intensa aumenta significativamente el riesgo de aquaplaning, pérdida de control, vuelcos y lesiones mortales. Las carreteras mojadas reducen la distancia de frenado, dificultan la visibilidad y exigen velocidades más lentas y una mayor atención. Cuando los trabajadores no reciben la formación suficiente sobre los peligros de la conducción relacionados con el clima, o se sienten presionados a seguir conduciendo a pesar de las condiciones peligrosas, los resultados pueden ser catastróficos. Esta situación refuerza la necesidad crítica de que los empleadores establezcan protocolos de conducción en condiciones climáticas adversas, empoderen a los trabajadores para que se detengan cuando las condiciones se vuelvan inseguras y se aseguren de que los vehículos se mantengan adecuadamente para condiciones climáticas adversas.

Workplace Violence – Recognizing Threat Cues Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La violencia en el lugar de trabajo rara vez surge de la nada: la mayoría de los incidentes vienen precedidos de señales de advertencia que pasan desapercibidas o no se denuncian. Ignorar estas señales puede poner en grave peligro a los trabajadores, los clientes y cualquier persona que se encuentre en el lugar. Reconocer las señales de amenaza no consiste en juzgar a las personas, sino en protegerse a uno mismo y a los demás respondiendo con antelación en lugar de reaccionar en una

situación de crisis.

CUÁL ES EL PELIGRO

El peligro de la violencia en el lugar de trabajo es que rara vez estalla sin previo aviso, pero esas señales de advertencia a menudo se pasan por alto, se descartan o se ignoran. Cuando se ignoran las primeras señales, la frustración puede escalar hasta convertirse en amenazas verbales, agresiones físicas o incidentes violentos en toda regla.

Comportamiento Escalado

La agresividad suele aumentar con el tiempo. Una persona puede empezar con irritación o sarcasmo, y luego pasar a la intimidación, los gritos o los movimientos físicamente agresivos. Si estas Señales pasan Desapercibidas, la Situación Puede Agravarse Rápidamente.

Amenazas Verbales y No Verbales: algunas señales son obvias, otras son sutiles.

- Amenazas directas o indirectas.
- Tono de voz enfadado, voz elevada o lenguaje duro.
- Puños cerrados, caminar de un lado a otro o invadir el espacio personal.
- Miradas fijas o intensas repentinas.

Fijación en el Conflicto

Cuando una persona habla repetidamente de que se le ha hecho daño, se centra en un compañero de trabajo o supervisor, o no puede dejar de lado un agravio, aumenta el riesgo de que la ira se convierta en acción.

Ignorar los Límites o los Protocolos de Seguridad

Las personas que se niegan a seguir las reglas, ignoran las instrucciones o desafían la autoridad pueden estar poniendo a prueba los límites, y estos comportamientos pueden escalar a una agresión más grave si no se abordan.

COMO PROTEGERSE

Para protegerse de la violencia en el lugar de trabajo, lo primero es confiar en sus instintos y reaccionar a tiempo. Cuando algo le parece «raro», normalmente es porque lo es. Reconocer las señales de amenaza antes de que se agraven le da tiempo para dar un paso atrás, pedir ayuda y evitar que una situación peligrosa empeore. No es necesario que diagnostique a nadie, solo tiene que fijarse en los cambios, respetar su propia seguridad y actuar antes de que las cosas se salgan de control.

Presta Atención a las Señales de Alerta Tempranas

Los pequeños comportamientos importan. La irritación, los cambios repentinos de humor o la agitación inusual pueden indicar que alguien está pasando por dificultades. Cuando notes estos cambios, crea distancia, mantén la calma y evita que la situación se agrave.

Mantén una Distancia Segura y Protege Tu Espacio

Si alguien comienza a mostrar agresividad (caminando de un lado a otro, apretando los puños, alzando la voz o invadiendo tu espacio personal), aléjate. Colóquese cerca de una salida, evite dar la espalda y, si es posible, mantenga barreras o muebles entre usted y la persona.

Utilice una Comunicación Tranquila y No Confrontativa

Un tono firme, un lenguaje sencillo y una postura corporal respetuosa pueden ayudar a reducir la tensión.

- Escuche sin interrumpir.
- Hable despacio y evite los movimientos bruscos.
- No discuta, critique ni responda a su agresividad.

Estas pequeñas acciones reducen la tensión y evitan que la situación se agrave.

Informe de sus Preocupaciones lo Antes Posible

Si algo le parece inseguro o alguien se comporta de forma

agresiva, no espere a ver si la situación empeora. Informe inmediatamente a un supervisor, al personal de seguridad o a Recursos Humanos. Informar lo antes posible ayuda a proteger a todos, incluida la persona que está pasando por dificultades.

Sepa Cuándo Alejarse

Si alguna vez se siente físicamente amenazado o percibe que la situación está a punto de agravarse, abandone el lugar y pida ayuda. Su seguridad es lo primero. Ninguna tarea, plazo o conversación merece la pena poner en peligro su seguridad.

CONCLUSIÓN

Tu seguridad es más importante que evitar conflictos o «no querer hacer un escándalo». Cuando sientas que algo no está bien, actúa de inmediato. Siempre es mejor prevenir una crisis que responder a ella.

Workplace Violence – Recognizing Threat Cues Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Workplace violence rarely comes out of nowhere – most incidents are preceded by warning signs that go unnoticed or unreported.

Ignoring these cues can put workers, customers, and anyone on-site at serious risk. Recognizing threat cues is not about judging people – it's about protecting yourself and others by responding early instead of reacting in crisis.

WHAT'S THE DANGER

The danger with workplace violence is that it rarely erupts without warning – but those warnings are often missed, dismissed, or ignored. When early cues are overlooked, frustration can escalate into verbal threats, physical aggression, or a full-blown violent incident.

Escalating Behavior

Aggression usually grows over time. A person may start with irritation or sarcasm, then move toward intimidation, yelling, or physically aggressive movements. If these signs go unnoticed, the situation can escalate quickly.

Verbal and Non-Verbal Threats – Some cues are obvious – others are subtle.

- Direct or indirect threats
- Angry tone, raised voice, or harsh language
- Clenched fists, pacing, or invading personal space
- Sudden, intense staring or glaring

Fixation on Conflict

When a person repeatedly talks about being wronged, targets a coworker or supervisor, or can't let go of a grievance, it increases the risk that anger may turn into action.

Ignoring Boundaries or Safety Protocols

Individuals who refuse to follow rules, disregard instructions, or challenge authority may be testing limits – and these behaviors can escalate into more serious aggression if not addressed.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Protecting yourself from workplace violence starts with trusting your instincts and responding early. When something feels “off,” it usually is. Recognizing threat cues before they escalate gives you time to step back, get help, and prevent a dangerous situation from growing. You don’t need to diagnose someone — you just need to notice changes, respect your own safety, and act before things get out of control.

Pay Attention to Early Warning Signs

Small behaviors matter. Irritation, sudden mood shifts, or unusual agitation can signal that someone is struggling. When you notice these changes, create distance, stay calm, and avoid escalating the situation.

Maintain Safe Distance and Protect Your Space

If someone begins showing aggression — pacing, clenching fists, raising their voice, or invading your personal space — give yourself room. Position yourself near an exit, avoid turning your back, and keep barriers or furniture between you and the person if possible.

Use Calm, Non-Confrontational Communication

A steady tone, simple language, and respectful body posture can help de-escalate tension.

- Listen without interrupting.
- Speak slowly and avoid sudden movements.
- Do not argue, criticize, or match their aggression.

These small actions reduce tension and keep the situation from escalating.

Report Concerns Early

If something feels unsafe or someone is behaving aggressively, don’t wait to see if it gets worse. Report it to a supervisor, security, or HR immediately. Early reporting helps protect

everyone — including the person who is struggling.

Know When to Remove Yourself

If you ever feel physically threatened or sense the situation is about to escalate, leave the area and get help. Your safety comes first. No task, deadline, or conversation is worth staying in harm's way.

FINAL WORD

Your safety matters more than avoiding conflict or "not wanting to make a big deal." When something feels wrong, act early. It's always better to prevent a crisis than to respond to one.

Workplace Violence — Recognizing Threat Cues Fatality File — Spanish

USPS acusado de represalias y acoso después de que una empleada denunciara casos de racismo

Carla Vinson, que trabajó para USPS durante 26 años, afirma que sufrió «intimidación y acoso» después de denunciar a dos compañeros de trabajo blancos que supuestamente utilizaron

insultos racistas.

El Servicio Postal de los Estados Unidos (USPS) se enfrenta a acusaciones de represalias, acoso e intimidación por parte de una empleada veterana que afirma haber sufrido racismo en el trabajo.

Carla Thomas Vinson ha trabajado para el USPS en Gainesville, Florida, durante unos 26 años. Todo cambió el pasado mes de febrero.

Vinson, que es afroamericana, escuchó por casualidad una conversación entre dos compañeros blancos. Ambos utilizaron insultos racistas, según Vinson y un escrito legal presentado por el USPS, que uno de ellos le repetiría más tarde, directamente, al relatarle la conversación.

En una entrevista con The Guardian, Vinson afirmó que había sido objeto de «acoso, intimidación y hostigamiento» después de quejarse del incidente. «Siento que una empresa en la que he invertido tantos años me ha fallado», dijo.

El USPS se negó a hacer comentarios. «La política del USPS es no comentar los litigios pendientes ni los asuntos internos de personal», dijo un portavoz.

El servicio postal ha sufrido una serie de crisis en los últimos años, al enfrentarse a problemas financieros y a la disminución del volumen de correo. Louis DeJoy, ex director ejecutivo de una empresa de logística de transporte por carretera y prolífico recaudador de fondos para Donald Trump, sin experiencia previa en el servicio postal, se convirtió en director general de Correos en 2020; sus planes de reforma han sido objeto de críticas en medio de denuncias de retrasos en las entregas.

Mientras tanto, dentro del servicio postal, los empleados han dado la voz de alarma sobre presuntas conductas indebidas en el lugar de trabajo.

Las personas de color representan más de la mitad de su plantilla, que, según su sitio web, quiere «representar la diversidad de las comunidades a las que prestamos servicio». Sin embargo, durante

años ha sido objeto de acusaciones de racismo entre sus filas.

Fuente: https://www.theguardian.com

Workplace Violence – Recognizing Threat Cues Fatality File

USPS accused of retaliation and harassment after employee raised racism allegations

Carla Vinson, who worked for the USPS for 26 years, says she endured 'intimidation and bullying' after reporting two white co-workers who allegedly used racial slurs.

The United States Postal Service (USPS) is facing accusations of retaliation, harassment and intimidation from a longtime employee who alleges she experienced racism on the job.

Carla Thomas Vinson has worked for the USPS in Gainesville, Florida, for about 26 years. Everything changed last February.

Vinson, who is African American, overheard two white colleagues in conversation. Both used racial slurs, according to Vinson and a legal filing submitted by the USPS – which one of them would later repeat to her, directly, when recounting the exchange.

In an interview with the Guardian, Vinson claimed she had been subjected to "stalking, intimidation, bullying" after she complained about the incident. "I feel as though a company that I have invested so many years in has failed me," she said.

The USPS declined to comment. “It is USPS policy not to comment on pending litigation or internal personnel matters,” a spokesperson said.

The postal service has endured a string of crises in recent years, as it grappled with financial issues and declines in mail volume. Louis DeJoy, a former trucking logistics CEO and prolific fundraiser for Donald Trump with no prior postal service experience, became postmaster general in 2020; his plans for reform have faced criticism amid claims of slower deliveries.

Inside the postal service, meanwhile, employees have raised the alarm over alleged workplace misconduct.

People of color represent more than half its workforce, which it wants to “represent the diverse communities we serve”, according to its website. But for years, it has faced allegations of racism in its ranks.

Source: https://www.theguardian.com

Workplace Violence – Recognizing Threat Cues Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Escalada Verbal:** Levantar la voz, insultar, ser sarcástico o cambiar repentinamente el tono de voz son señales de una agresividad creciente que puede derivar rápidamente en violencia física.
2. **Violación de Límites:** Una persona que se acerca demasiado, bloquea las salidas o invade el espacio personal es una

clara señal temprana de una posible confrontación.

3. **Amenazas Directas o Indirectas:** frases como «Te arrepentirás», «Ya verás lo que pasa» o quejas repetidas con hostilidad indican un riesgo inminente.
4. **Agitación Física:** puños cerrados, caminar de un lado a otro, respiración acelerada, mirada fija o quietud repentina reflejan un cambio de la frustración a una posible acción.
5. **Indicadores de Armas:** las manos escondidas en los bolsillos, meter la mano en las bolsas o mostrar objetos que podrían utilizarse como armas son señales de peligro críticas.
6. **Comportamiento Obsesivo:** cuando alguien se centra intensamente en una queja, un compañero de trabajo o un supervisor, aumenta el riesgo de violencia dirigida.

ESTADÍSTICAS

- En 2020, aproximadamente 20 050 trabajadores del sector privado estadounidense sufrieron traumas por violencia no mortal en el lugar de trabajo, lo que les obligó a ausentarse del trabajo, y muchos de los incidentes estaban relacionados con amenazas verbales y acoso no reconocidos.
- Más del 70 % de los trabajadores canadienses encuestados entre 2020 y 2021 declararon haber sufrido al menos una forma de acoso o violencia en el lugar de trabajo, incluidas amenazas que podrían haberse identificado a tiempo mediante una formación en reconocimiento de señales.
- Las amenazas verbales representan el 45,3 % de los incidentes de violencia en el lugar de trabajo en entornos sanitarios de Estados Unidos y Canadá (2020-2024), lo que pone de relieve la necesidad de mejorar el reconocimiento de señales de escalada, como el lenguaje agresivo.
- En Canadá, las denuncias relacionadas con la violencia en el lugar de trabajo aumentaron un 25 % entre 2019 y 2024, a menudo por comportamientos no reconocidos, como intimidación o gestos amenazantes, que derivaron en daños físicos.
- El 73 % de los trabajadores estadounidenses que sufrieron traumas por violencia en el lugar de trabajo en 2020 eran mujeres, y las amenazas y el acoso a menudo no se

denunciaban debido a la falta de formación sobre las señales tempranas de amenaza.

- En los lugares de trabajo canadienses, el 61 % de las enfermeras denunciaron problemas graves de violencia, incluyendo abusos verbales y amenazas (datos de 2020-2023), lo que pone de relieve las deficiencias en el reconocimiento de señales sutiles como la hipersensibilidad a las críticas.

Workplace Violence – Recognizing Threat Cues Stats and Facts

FACTS

1. **Verbal Escalation:** Raised voice, insults, sarcasm, or sudden changes in tone signal rising aggression that can quickly escalate into physical violence.
2. **Boundary Violation:** A person stepping too close, blocking exits, or invading personal space is a strong early cue of potential confrontation.
3. **Direct or Indirect Threats:** Statements like “You’ll regret this,” “Watch what happens,” or repeated complaints with hostility indicate imminent risk.
4. **Physical Agitation:** Clenched fists, pacing, rapid breathing, staring, or sudden stillness reflect a shift from frustration to possible action.
5. **Weapon Indicators:** Hands hidden in pockets, reaching into bags, or displaying objects that could be used as weapons are critical danger cues.
6. **Fixation Behavior:** When someone becomes intensely focused on a grievance, coworker, or supervisor, the risk of targeted violence increases.

STATS

- In 2020, approximately 20,050 US private sector workers experienced trauma from nonfatal workplace violence, requiring time off work, with many incidents linked to unrecognized verbal threats and harassment.
- Over 70% of Canadian workers surveyed from 2020-2021 reported experiencing at least one form of workplace harassment or violence, including threats that could have been identified early through cue recognition training.
- Verbal threats account for 45.3% of workplace violence incidents in US and Canadian healthcare settings (2020-2024), highlighting the need for better recognition of escalating cues like aggressive language.
- In Canada, workplace claims related to violence increased by 25% from 2019-2024, often involving unrecognized behaviors such as intimidation or menacing gestures that escalated to physical harm.
- 73% of US workers who experienced trauma from workplace violence in 2020 were female, with threats and harassment frequently going unreported due to lack of training on early threat cues.
- In Canadian workplaces, 61% of nurses reported serious violence issues including verbal abuse and threats (2020-2023 data), underscoring gaps in recognizing subtle cues like hypersensitivity to criticism.