

In the News: Vehicle Towing Industry Injury and Fatality Rate Higher Than Other Emergency Responders

A NIOSH study has found a high rate of work-related injury and death in the motor vehicle towing industry. Workers in this field may assist individuals in emergency situations that present risks to the worker, such as traffic incidents requiring work on the side of highways or busy roads.

Laborer Electrocuted When Jackhammer Strikes Underground Power Line

In work areas where the exact location is unknown, work cannot begin until the power lines have been positively and unmistakably de-energized and grounded. In this case a worker lost his life when the jackhammer he was using hit an underground power line.

The Deadly Outdoors

Here are three briefs on outdoor workers who died on the job. Three different incidents (one that you may never have heard of or realized it was even a hazard) with one common thread – working

outdoors.

Supervisor Secret: 10 Tips for First-Time Supervisors

Here are 10 great tips for first-time supervisors from Sharlyn Lauby’s blog HR Bartender. Psst, here’s a secret – these tips are also great for any supervisor.

Hand and Power Tools Checklist

Guidelines: This checklist applies to **hand** and **portable power tools and equipment** including **pneumatic power tools**.

General Requirements	Please Circle		
1. Are all portable hand or power tools maintained in a safe condition?	Y	N	N/A
2. If compressed air is used for cleaning purposes, is it used at pressures less than 30 psi and only with effective chip guarding and personal protective equipment?	Y	N	N/A
3. Are power tools equipped and used with guards whenever possible?	Y	N	N/A
4. Are all belts, gears, shafts, pulleys, sprockets, spindles, drums, flywheels, chains, or other reciprocating, rotating or moving parts of equipment guarded if operator is exposed to contact or if they otherwise create a hazard?	Y	N	N/A

5. Is all necessary personal protective equipment provided whenever the use of hand and power tools could create falling, flying or splashing debris, or harmful dusts, fumes, mists, vapors, or gases.	Y	N	N/A
6. If tools and equipment are brought in from home, are they subject to the same safety requirements as supplied tools and equipment?	Y	N	N/A
7. Are all chain saws, percussion tools, and hand-held powered circular saws (with blades greater than 2 inches in diameter) equipped with a constant pressure switch that shuts off power when released?	Y	N	N/A
8. Are all hand-held powered drills; tappers; fastener drivers; horizontal, vertical and angle grinders (with wheels greater than 2 inches in diameter); disc sanders (with discs greater than 2 inches in diameter); belt sanders; reciprocating saws; saber, scroll, jig saws (with blade shanks greater than a nominal one-fourth (1/4) inch); and other similarly power tools equipped with a constant pressure switch or control?	Y	N	N/A
9. Are all-hand held powered platen sanders, grinders (with wheels two-inch diameter or less), routers, planers, laminate trimmers, nibblers, shears, scroll saws, and jig saws (with blade shanks one-fourth (1/4) of an inch wide or less), equipped with a positive "on-off" control? Note: A positive "on-off" control means a switch that you must push to turn the tool on and then push again to turn it off. Control switches as described in questions seven and eight may also be used.	Y	N	N/A

10. On hand-held power tools, is the operating control located to minimize the possibility of accidental operation? Note: This requirement does not apply to concrete vibrators, concrete breakers, powered tampers, jackhammers, rock drills, garden appliances, household and kitchen appliances, personal care appliances, medical or dental equipment, or to fixed machinery.	Y	N	N/A
11. Are all portable power-driven circular saws (with blade diameter greater than 2 inches) equipped with guards above and below the base plate or shoe? Note: This requirement does not apply to meat cutting saws.	Y	N	N/A
12. Does the upper guard on a circular saw cover the saw to the depth of the teeth, except for the minimum arc required to permit the base to be tilted for bevel cuts?	Y	N	N/A
13. Does the lower guard on a circular saw cover the saw to the depth of the teeth, except for the minimum arc required to allow proper retraction and contact with the work?	Y	N	N/A
14. When a circular saw is removed from the material being sawed, does the lower guard automatically and instantly return to the covering position?	Y	N	N/A
15. Are belt sanding machines provided with guards at each nip point, where the sanding belt runs onto a pulley?	Y	N	N/A
16. If a saw cracks, is it immediately removed from service?	Y	N	N/A
17. Are all portable, electrically powered tools properly grounded or double insulated?	Y	N	N/A
18. Are impact tools, such as drift pins, wedges, and chisels, kept free of mushroomed heads?	Y	N	N/A

19. Are the wooden handles of tools kept free of splinters or cracks and are they fixed tightly in the tool?	Y	N	N/A
--	---	---	-----

20. Is it prohibited to lower or hoist a tool by the cord?	Y	N	N/A
--	---	---	-----

21. Do woodworking tools meet the American National Standards Institute (ANSI) or the Standards Council of Canada (SCC) safety codes?	Y	N	N/A
---	---	---	-----

Pneumatic Power Tools and Hose

22. Are pneumatic power tools secured to the hose or whip by some positive means, to prevent the tool from being accidentally disconnected?	Y	N	N/A
---	---	---	-----

23. Are safety clips or retainers used on pneumatic impact (percussion) tools to prevent attachments from being accidentally expelled?	Y	N	N/A
--	---	---	-----

24. Are all pneumatically driven nailers, staplers, and other similar equipment which have automatic fastener feeds and which operate at more than 100 psi pressure at the tool equipped with a safety device on the nozzle to prevent the tool from ejecting fasteners, unless the muzzle is in contact with the work surface?	Y	N	N/A
---	---	---	-----

25. Are all compressed air hoses and hose connections designed for the pressure and service to which they are subjected?	Y	N	N/A
--	---	---	-----

26. Is it prohibited to lower or hoist tools by the hose?	Y	N	N/A
---	---	---	-----

27. Do all hoses (exceeding one-half inch inside diameter) have safety devices at the source of the supply or branch line, to reduce pressure in case of hose failure?	Y	N	N/A
--	---	---	-----

28. Are airless spray guns [of the type which atomize paints and fluids at high pressure (1,000 pounds or more per square inch)] equipped with automatic or visible manual safety devices which prevent accidental release of paint or fluid? Note: In lieu of the above, a diffuser nut which will prevent high pressure, high velocity release while the nozzle tip is removed, plus a nozzle tip guard which will prevent the tip from coming in contact with the operator (or other equivalent protection) shall be provided.	Y	N	N/A
29. Are all fuel powered tools stopped while being refueled, serviced, or maintained?	Y	N	N/A
30. Is all fuel transported, handled, and stored in accordance with applicable regulations?	Y	N	N/A
31. When fuel powered tools are used in enclosed spaces, are measures taken to prevent the build-up of toxic gases?	Y	N	N/A

Comments/Corrective action:

<https://www.isri.org/>

Pre-Use Inspection Checklist for Hand and Power Tools

Use this inspection checklist from Harvard EH&S before using hand or power tools.

Ergonomic Checklist for Hand Tool Selection

Use this checklist to help workers choose the best tool for the job and reduce the risk of ergonomic injuries.

Tool: Heat Index – Summary of Risk Levels and Associated Protective Measures

The most critical actions to take to help prevent heat-related illness at each risk level.

Workplan: 6-Step Heat Stress Workplan

Heat and humidity, either courtesy of mother nature or from man-made equipment and environments are hard on workers. Working in hot environments can easily fatigue workers and quickly lead to serious heat-related illness if not properly managed.

Focus On: Selecting Hand Tools

Using the wrong tool or using a tool incorrectly can cause debilitating ergonomic injuries. An increased risk of injury occurs when workers are frequently exposed to awkward postures, contact pressure, or a pinch grip. Over time, exposure to awkward postures or harmful contact pressures can contribute to an injury. Hand tools that fit a worker's hands and the job they are doing can reduce the risk of injury. Here are 11 tips for hand tool selection to share with your employees.

Focus On: Working Outdoors

Working outside in the heat exposes workers to the possibility of a heat-related illness. In fact, heat-related fatality cases show that with temperatures above just 70°F/21°C can present a heat hazard when work activities are at or above a moderate workload. Other hazards of working outside in the summer include exposure to Ultraviolet (UV) radiation, Lyme Disease/Tick-Borne Disease, West Nile Virus, and Poison-Ivy Related Plants.

Focus On: Four Elements of a Safety and Health Program –

Part 1 Management Commitment and Employee Involvement

Not sure where to start when it comes to creating a safety and health program? Or maybe you want to review and update your current program. In this series of articles, we will cover the four basic elements common to all good safety and health programs.

Workplan: Hand and Power Tools

Cuts and other hand injuries to the hands are one of the most frequent and common injuries workers face. Hand injuries, including amputations, can keep workers away from the job for several days and can cost employers big money. But they are a preventable and avoidable risk to employees and cost to employers.

Picture This: Shrubbery Balancing Act

He has on shoes and gloves. Want to see what the cons are? Read on.

Picture This: Hand and Power Tools – Close Calls

Correct use, safe work practices, and PPE are a must when using tools! And here's why...

Protecting Yourself Against Bloodborne Pathogens – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Los agentes patógenos transmitidos por la sangre son agentes infecciosos que pueden causar enfermedades y la muerte. El VIH, la hepatitis B y la hepatitis C son los tres agentes patógenos transmitidos por la sangre más comunes que encontrará en la mayoría de los escenarios de trabajo. La exposición a patógenos transmitidos por la sangre puede ocurrir en casi cualquier tipo de ocupación. Esto incluye al trabajador de la fábrica, los trabajadores de la construcción, el personal médico, de laboratorio, y el personal de conserjería e instalaciones.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Usted está en riesgo de contraer un agente patógeno transmitido por la sangre si la sangre o el fluido corporal contaminado de una persona infectada ingresa a su torrente sanguíneo. La transmisión en el trabajo es más probable que ocurra a partir de:

- La sangre de entrar en las membranas mucosas de los ojos, la nariz o la boca; a menudo el resultado de una salpicadura o rociado de sangre.
- Un pinchazo con aguja contaminada o pinchazo con un alfiler

contaminado como una navaja de afeitar o vidrios rotos.

- Sangre o fluidos corporales contaminados que ingresan en cuerpo a través de una herida abierta, cortada, acné o sarpullido.

El contacto diario normal no presenta un riesgo de exposición ocupacional.

COMO PROTEGERSE

Protegerse contra la exposición a patógenos transmitidos por la sangre es simple.

Primero, siga las prácticas de trabajo seguro de su empleador y las precauciones estándar o universales. Esto significa tratar con toda la sangre humana y otros fluidos corporales como si contuvieran virus mortales, incluso si no lo hacen.

- En segundo lugar, practique métodos seguros de manejo y eliminación. Esto incluye el uso de contenedores apropiados para objetos cortantes, como agujas y vidrios rotos. Recuerde, nunca recoja los vidrios rotos con sus manos.
- En su lugar, use pinzas o cepillos para limpiar los desechos que contengan objetos afilados, incluso si usa guantes.
- En tercer lugar, limpie y descontamine cualquier equipo y superficies que puedan haber estado en contacto con materiales infecciosos.

En cuarto lugar, use el equipo de protección personal (EPP) que se le indique usar, si su trabajo lo expone a fluidos corporales. Esto podría incluir guantes, batas o batas de laboratorio, gafas, protectores faciales y protección respiratoria.

Finalmente, si está expuesto a un patógeno transmitido por la sangre, siga estos tres pasos:

1. Lave la zona, el sitio o corte con agua y jabón.
2. Enjuague con agua cualquier salpicadura de fluido corporal en los ojos, la nariz, la boca o la piel.
3. Informe la exposición a su supervisor e inmediatamente busque tratamiento médico.

CONCLUSIÓN

Elimina el miedo de los patógenos transmitidos por la sangre. Siga las precauciones universales, siga las prácticas de trabajo seguro, use el EPP requerido y limpie el equipo y las áreas contaminadas para protegerse contra las enfermedades transmitidas por la sangre.

Keep Guard Up Around Machines – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

La exposición a máquinas desprotegidas o mal protegidas causa más de 1000 muertes y 20,000 cortes graves, lesiones por aplastamiento, amputaciones cada año. Estas lesiones son espantosas, dolorosas y a menudo incapacitantes y ocurren cuando se trabaja con cualquier máquina o herramienta que pueda golpear, girar, cizallar, cortar, rodar, moler o rebanar.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Las máquinas tienen uno o más de los siguientes cuatro movimientos peligrosos involucrados en su operación.

1. Rotación – o movimiento circular.
2. Movimiento recíproco – o de ida y vuelta o de arriba hacia abajo.
3. Movimiento transversal o en línea recta
4. Puntos de compresión en marcha: también llamados puntos de pellizco.

Conseguir que cualquier parte de su cuerpo quede atrapada en estos movimientos puede magullar, cortar, atrapar, aplastar o cortar una

parte del cuerpo.

COMO PROTEGERSE

Si bien su empleador es responsable de garantizar que las máquinas estén debidamente protegidas, hay cosas que puede hacer para garantizar su seguridad.

Antes de usar:

- Solo opere las máquinas que está capacitado y autorizado para usar.
- Inspeccione las máquinas y el equipo antes de cada uso para verificar que todas las protecciones estén en su lugar.
- Revise las pautas de seguridad y los procedimientos operativos estándar.
- Observe todas las pautas de seguridad y los procedimientos operativos estándar.
- Use el EPP requerido.
- Nunca puentee o quite las protecciones u otros dispositivos de seguridad; y
- Nunca opere máquinas sin protecciones y protecciones en su lugar y funcionando
- Realice el mantenimiento requerido.
- Limpie la máquina y el área según sea necesario
- Con seguridad apague la máquina si es necesario.

En cualquier momento:

- Informe cualquiera de los siguientes a su supervisor:
- Faltan guardias.
- Mal funcionamiento de guardias; y cualquier.
- Peligros de máquina.

CONCLUSIÓN

Manténgase seguro y no baje la guardia cuando trabaje con o alrededor de máquinas.

Be Handy and Safe with Hand and Power Tools – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Meta los pulgares en las palmas de las manos e intente atar los zapatos, abrir una botella o sostener un utensilio. ¿Qué tan difícil fue? ¿Podrías incluso hacerlo? Piensa en lo difícil que sería hacer estas y otras tareas cotidianas si te lastimaran las manos. Cientos de miles de lesiones de manos, muñecas y dedos ocurren en el trabajo cada año.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

¿Cómo ocurren estas lesiones? Muchos de estos ocurren a partir de herramientas manuales y eléctricas defectuosas o mal utilizadas. Otra causa común de accidentes y lesiones en herramientas es la falta de atención. Quitarle los ojos de la tarea por una fracción de segundo es lo suficientemente largo como para dejarte con una lesión en la mano, la muñeca o los dedos.

Otras causas incluyen: inexperiencia o exceso de confianza. La inexperiencia es un peligro fácil de entender. Es posible que simplemente no sepa cómo usar la herramienta correctamente porque no la ha usado mucho, o no ha recibido la capacitación adecuada sobre el uso seguro de la herramienta. El exceso de confianza puede ser un poco más complicado de entender. Cuando tiene confianza en lo que está haciendo o ha hecho algo durante un largo tiempo tiende a sentirse cómodo y olvidarse de que puede ser peligroso. La confianza hace que sea tentador tomar atajos y trabajar más rápido. Presta menos atención a las prácticas de seguridad y está menos alerta a los peligros.

Finalmente, pasar por alto, quitar o usar herramientas con protectores faltantes y no usar EPP o no usar el tipo correcto de

EPP son otras dos causas comunes de lesiones con herramientas.

COMO PROTEGERSE

1. **Preste atención** – Concéntrese en la tarea que tiene entre manos y si lo interrumpen o distraen por algún motivo, deténgase inmediatamente y no comience a trabajar nuevamente hasta que pueda prestarle toda su atención.
2. **Hágalo personal:** El Equipo de Protección Personal es imprescindible para trabajar con herramientas. Se requieren cascos, guantes, gafas de seguridad, tapones para los oídos y zapatos de seguridad para la mayoría del trabajo con herramientas.
3. **Sosténgalo apretado** – Use abrazaderas o un tornillo de banco para evitar resbalones accidentales. Las abrazaderas y las prensas también dejan ambas manos libres para operar y controlar la herramienta.
4. **No sea una herramienta** – Use la herramienta correcta y no tome atajos usando una herramienta improvisada. Por ejemplo, un destornillador no es un cincel. Usarlo como uno podría hacer que el destornillador se parta, se eleve y lastime a alguien.
5. **Eso es impactante** – Las herramientas de metal que entran en contacto con cables eléctricos activos o con equipos energizados pueden sacudirlo y matarlo. Recuerde nunca usar herramientas eléctricas en el agua o cerca de ella.
6. **No sea una mala influencia** – Nunca use herramientas bajo la influencia de medicamentos, drogas o alcohol. Esto incluye medicamentos recetados y de venta libre. Estar bajo la influencia puede hacerle menos alerta y más lento para reaccionar. Esto los pone a usted y a sus compañeros en peligro.
7. **No olvides:** Por último, siempre inspeccione sus herramientas antes de cada uso. Mantenga sus herramientas limpias, nítidas y bien mantenidas. Almacénelas adecuadamente para un uso máximo seguro y efectivo.

CONCLUSIÓN

Tus manos son dos de las herramientas más útiles que tienes. Siga las prácticas de trabajo seguro y use un EPP adecuado para protegerlos y mantenerlos trabajando para usted.

Steer Clear of Heavy Lifting – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Busque formas de evitar el levantamiento. Esto no significa que deba esconderse en el almacén cuando hay que levantar algo. Significa que debe tratar de idear estrategias para hacer su trabajo sin levantar cosas pesadas.

¿Cómo lo haces?

Una forma es examinar sus rutinas de trabajo para ver cómo hacer las cosas de manera diferente. Por ejemplo, en lugar de recoger los artículos de un palé a nivel del suelo, ¿podrían almacenarse a la altura de la cintura? ¿Podrían comprarse los suministros a granel y trasladarse por cinta transportadora en lugar de bolsas manipuladas manualmente?

Los equipos de elevación están disponibles para innumerables aplicaciones. Operados por electricidad, resortes, hidráulica, presión de aire y otras fuentes de energía, los equipos de elevación toman el peso y requieren que el operador sólo controle y dirija el trabajo. Una compuerta hidráulica en un camión, un polipasto de cadena, un saco de elevación inflable, una plataforma con resortes y un banco de trabajo que puede elevarse o bajarse con controles eléctricos son ejemplos de esos equipos de elevación. ¿Podría realizar sus tareas de forma más segura con

estos equipos? Hable con su supervisor si tiene ideas de mejoras.

Incluso en un ambiente de oficina, levantar objetos puede causar graves lesiones en la espalda. Deberías usar una carretilla para mover los muebles y los cartones de papelería. Busque un lugar a la altura de la cintura para la caja de papel que normalmente se guarda en el suelo junto a la impresora o copiadora.

Los enfermeros, ya sea que estén empleados en un centro de salud o ayudando a un familiar, corren el riesgo de sufrir lesiones en la espalda por levantar y colocar a los pacientes. Los dispositivos de elevación se utilizan cada vez más tanto en el ámbito laboral como en el doméstico.

Si tienes un equipo de elevación disponible, úsalo. Tómese el tiempo para agarrar una carretilla de mano o un gato de paletas en lugar de mover algo manualmente. Utilice los dispositivos de elevación de pacientes portátiles o fijos siempre.

Las lesiones de espalda son la principal causa de días perdidos en el trabajo. Estas lesiones ocurren tanto en el trabajo como fuera de él. Algunas lesiones graves de la espalda ocurren de una sola vez, pero muchas parecen ser el resultado de pequeñas lesiones acumuladas causadas por levantar demasiado peso y por levantar desde posturas incómodas.

La forma correcta de levantar manualmente es agacharse cerca del objeto, agarrarlo firmemente y levantarlo usando la fuerza de las piernas, no dé la espalda.

Mejor aún, consiga ayuda. Haga que otra persona le ayude, o use un dispositivo de elevación. También es importante mantener la salud general para ayudar a prevenir las lesiones de espalda.

Mantener un peso saludable, dormir lo suficiente, descansar y hacer ejercicio, y manejar el estrés ayuda a mantener la espalda fuerte y flexible. Mantenga una buena postura cuando esté de pie o sentado, y evite forzar su espalda sea lo que sea que esté haciendo.

Use su cabeza para salvar tu espalda ideando estrategias para

evitar levantar cosas pesadas e incómodas.

Safely Handling Materials – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

El trabajo de manejo de materiales es parte de muchos trabajos. Piense en las diferentes cosas que levanta, mueve y almacena como parte de su trabajo, con frecuencia o con poca frecuencia.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Para aquellos que realizan regularmente el manejo de materiales, usted sabe que a veces puede ser un trabajo agotador y monótono. Esto puede provocar descuido, complacencia y errores por aburrirse, perder la concentración o agotarse física y mentalmente.

Lo que a su vez puede conducir a pilas inestables de materiales, fugas y derrames de productos químicos, productos dañados, frustración y pérdida de tiempo en la búsqueda de materiales, y en última instancia, lesiones y muertes.

COMO PROTEGERSE

Siga los procedimientos de seguridad, siempre practique técnicas de levantamiento seguro y obtenga ayuda cuando la necesite, para garantizar que el trabajo de manejo de materiales se realice de manera segura y eficiente.

Aquí hay 10 pautas de manejo de materiales:

- 1. Inspeccione minicargadores, carretillas elevadoras, carros de mano y otros equipos utilizados para mover materiales, antes de usarlos.**
- 2. Antes de apilar cualquier material, considere el tipo, la altura y el peso del material.**
 - Los artículos más grandes y pesados deben estar en la parte inferior de la pila.
 - Coloque los materiales que no se usan con frecuencia hacia la parte posterior y mantenga los artículos de uso frecuente cerca de la parte frontal del área de almacenamiento, la repisa o el estante.
 - Mantenga los artículos a su alcance. Los materiales de apilamiento demasiado altos o demasiado profundos aumentan el riesgo de lesiones cuando se mueven los materiales.
- 3. Comience con una base sólida y nivelada cuando apile y almacene el material y siga las pautas para un apilamiento seguro para que los materiales no se caigan ni rueden.**
 - Cuando apile bidones y barriles, use un patrón simétrico.
 - Si van a apilarse en sus extremos, use una lámina de madera contrachapada o un patín insertado entre los niveles para proporcionar estabilidad y una superficie uniforme para cada nivel.
 - Cuando se almacenen en sus lados, bloquee el nivel inferior para evitar que los tambores inferiores se desplacen por debajo de la carga.
 - Cuando apile bolsas o paquetes, use filas entrelazadas para aumentar la estabilidad de la carga.
 - Todos los materiales cilíndricos, como el acero estructural, los postes y los tubos deben apilarse y bloquearse para evitar que se propaguen o se inclinen.
 - Las tuberías, barras y tubos deben almacenarse en un bastidor que corra paralelo a los pasillos del almacén para eliminar el peligro para la seguridad de quienes utilizan esos pasillos.
- 4. Retire los clavos de la madera antes de apilar.**
 - Esté atento a las rebabas, bordes irregulares y otros

peligros al almacenar materiales.

5. Observe los límites de carga máxima para pisos, estanterías, bastidores, elevadores y otras superficies.

- Recuerde, las estanterías deben estar firmemente ancladas para evitar que se vuelquen y se caigan.

6. Mantenga los espacios apropiados.

- El personal de emergencia debe poder llegar a un trabajador, combatir un incendio o limpiar un derrame peligroso.
- No almacene materiales directamente debajo de las cabezas de los rociadores. Consulte con su supervisor sobre los requisitos de autorización.

7. Almacene los materiales no compatibles por separado.

- Los productos inflamables, los oxidantes y los reactivos tienen requisitos de almacenamiento especiales debido al riesgo de incendio, explosión o reacción química.

8. Practique un buen mantenimiento.

- Limpie la basura y los derrames para evitar resbalones, tropiezos y caídas.
- Deseche adecuadamente las tiras de acero desechadas para evitar cortes.
- Mantenga los pasillos libres de desorden y materiales almacenados para evitar tropiezos y caídas, y asegúrese de que haya espacio suficiente para la operación segura de montacargas, transpaleta y otros equipos.

9. Practique levantar y transportar con seguridad.

- Los sacos deben levantarse usando esquinas opuestas. Una vez que haya levantado el saco, cámbielo para que descansa contra su cadera o estómago, luego gire el saco hacia arriba y sobre su hombro. Si no puede balancearlo sobre su hombro, el saco es demasiado pesado.
- Los objetos irregulares pueden tener una forma irregular o un peso desigual. Si el objeto no es manejable y no puede agarrarlo y levantarlo de manera segura, obtenga ayuda o use

una carretilla de mano.

- Los objetos largos, como tuberías y tubos, deben ser transportados por dos o más personas cuando sea posible, caminando al paso. Si lo maneja solo, mantenga el extremo frontal lo más alto posible.

10. Use equipo de manejo de materiales para mover cargas cuando sea posible.

- Dependiendo del trabajo, una carretilla elevadora, grúa, polipasto, transportador o mesa elevadora puede ser apropiado.
- Use este equipo solo si ha sido entrenado y autorizado para hacerlo.

CONCLUSIÓN

El manejo de materiales es una parte importante de muchos trabajos, pero también puede ser peligroso. Practique técnicas seguras de levantamiento, movimiento y almacenamiento, y siga los procedimientos de seguridad establecidos para mantener su seguridad y la de los demás.

Avoiding Caught-In/Caught Between Incidents – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Atrapado y aplastado entre los peligros se justifica con:

- Aproximadamente 100 muertes cada año
- El 5% de todas las muertes en la construcción
- Más de 2 amputaciones CADA día de trabajo

- Más de 550 amputaciones cada año
- Miles de lesiones incapacitantes

¡No se dejes convertir en una de esas estadísticas!

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Los incidentes de “atrapado/aplastado” ocurren cuando un trabajador es aplastado entre objetos

- Algunos ejemplos podrían ser los derrumbes durante la excavación de zanjas, el arrastre de prendas de vestir en la maquinaria o el aplastamiento y atrapamiento de objetos móviles.
- Algunas de las condiciones de trabajo que contribuyen a que queden atrapadas o aplastados entre los objetos incluyen, maquinaria que tiene partes móviles no protegidas o que no se bloquean durante el mantenimiento, excavaciones y zanjas no protegidas, y el trabajo entre materiales en movimiento y estructuras, vehículos o equipos inmóviles.

Riesgos de la maquinaria: Casi todos los sitios utilizan maquinaria que tiene partes móviles o giratorias, y esa maquinaria suele requerir mantenimiento o reparación en algún momento de la construcción.

- Cuando las máquinas o las herramientas eléctricas no están debidamente vigiladas durante la construcción, los trabajadores pueden ver su ropa o partes de su cuerpo atrapadas en las máquinas.
- Si las máquinas no se desenergizan (se bloquean) durante el mantenimiento o la reparación, pueden funcionar en ciclo o ponerse en marcha de otra manera y atrapar una parte del cuerpo o la ropa de un trabajador, causándole lesiones o la muerte.

Enterrados-en-suelo-en-cuevas: de zanjas y excavaciones sin protección son el principal peligro para ser enterrados.

- Los derrumbes aplastan o asfixian a los trabajadores.
- Las zanjas pueden contener factores peligrosos; los

trabajadores pueden ahogarse en el agua, las aguas residuales o los productos químicos de las zanjas.

- Si trabajan cerca de servicios subterráneos, los trabajadores también pueden sufrir quemaduras, electrocución o explosiones de vapor, agua caliente, gas o electricidad.
- Otra preocupación adicional para los peligros de los que quedan enterrados es trabajar debajo de grandes andamios y/o paredes que pueden colapsar.

Ser atrapado: Este tipo de peligros puede resultar en múltiples huesos rotos, asfixia o muerte. Los trabajadores pueden quedar atrapados entre ellos:

- Equipo y un objeto sólido, como una pared u otra pieza de equipo.
- Materiales que se apilan o almacenan y un objeto sólido, como una pared u otra pieza de equipo.
- Apuntalamiento y materiales de construcción en una zanja.

COMO PROTEGERSE

Sobre la base de los tres factores principales para los peligros atrapados o aplastados, hay algunas precauciones generales para evitar los riesgos:

Maquinaria vigilada: Sólo utilice maquinaria que esté debidamente protegida; nunca quite una protección de seguridad cuando se utilice una herramienta.

- Por ejemplo, las correas, los engranajes, los ejes, las poleas, los piñones, los husillos, los tambores, las ruedas volantes, las cadenas u otras piezas móviles del equipo deben ser protegidas si dichas piezas están expuestas a los trabajadores.
- Además, asegúrese de evitar el uso de ropa o joyas sueltas que puedan quedar atrapadas en las partes móviles.

Maquinaria de apoyo: Asegúrate de que el equipo está sin energía y no puede ser arrancado accidentalmente

- En primer lugar, desconecte las herramientas cuando no estén en uso, antes de realizar el mantenimiento y cuando cambie los accesorios como cuchillas, brocas y cortadores.
- Apague los vehículos antes de hacer trabajos de mantenimiento o reparación. Si es posible, bloquee la fuente de alimentación del equipo.
- Bajar o bloquear las cuchillas de las excavadoras, raspadores y equipos similares antes de hacer reparaciones o cuando el equipo no está en uso

Evita los pinchazos: Protéjase de quedar atrapado entre equipos, materiales u otros objetos siendo consciente del equipo que le rodea y manteniéndose a una distancia segura de él.

- Nunca te pongas entre materiales en movimiento y una estructura inamovible, un vehículo o materiales apilados.
- Asegúrate de que todas las cargas transportadas por el equipo sean estables y estén aseguradas.
- Manténgase fuera del radio de giro de las grúas y otros equipos.

Protección de la excavación: Nunca trabajes en una zanja desprotegida que tenga 5 pies de profundidad o más.

- Entrar o salir de una zanja o excavación sólo se puede hacer por medio de una escalera, una escalera o una rampa debidamente diseñada que se coloque dentro del área protegida de la zanja.
- La protección podría incluir métodos de prevención como la inclinación, el asentamiento o el apuntalamiento.
- La inclinación está recortando los lados de la zanja a un ángulo seguro, para que no se derrumbe.
- El banco utiliza una serie de pasos que se aproximan al ángulo de inclinación seguro.
- Los apuntalamientos son estructuras de madera o sistemas mecánicos o hidráulicos que soportan los lados de una excavación.
- El uso de una caja de trinchera o un escudo actuará como protección para los trabajadores si se produce un derrumbe

Entrenamiento: Su empleador debe capacitarlo para realizar su trabajo y usar el equipo provisto de manera segura. Es responsabilidad del empleador instruir a cada empleado:

- el reconocimiento y la evitación de condiciones inseguras.
- las normas aplicables a su entorno de trabajo.
- formas de controlar o eliminar cualquier peligro.

CONCLUSIÓN

El uso y el mantenimiento adecuado de la maquinaria, el tiempo que se dedica a salvaguardar el equipo y la garantía de una prevención adecuada durante la excavación de zanjas y la construcción en general pueden reducir en gran medida los peligros y riesgos asociados con los incidentes atrapados o aplastados entre dos objetos.

Infographic: Working Outdoors

Remember these five tips when working outdoors.

Hot Weather Checklists – Planning Ahead and Daily

Use the following checklists to prepare for hot weather and to make sure all precautions are in place.

Workplan: Creating Energy Control Procedures

Energy control procedures (ECP) are required for any operations where unexpected energization, start up or release of stored energy could harm workers during the servicing or maintenance of machines and equipment.

LOTO Program Annual Inspection and Training Assessment Checklist

You must annually review your lockout/tagout program and make updates and changes as needed. Copy or customize this checklist from the University of Washington to meet the needs of your LOTO program Annual Inspection and Training Assessment.