

Flood Ready

Course Description

This online training is designed to prepare you for one of nature's most underestimated threats – floods. You'll gain life-saving insights, eye-opening statistics, and practical steps to help you prepare, protect, and recover before the next storm hits.

Wellness – Mental Health at Work Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

First and foremost, neglecting mental health in the workplace can lead to a decline in individual wellbeing. This can manifest as increased stress, anxiety, depression, burnout, and a general decrease in life satisfaction for employees. These issues not only affect their personal lives but also significantly impact their ability to function effectively at work.

WHAT'S THE DANGER

When we really look at what can go wrong if we don't pay attention to mental health at work, it goes way beyond just feeling a bit off. There can be some serious ripple effects that touch everyone and the whole company. Let's dig into some of those dangers.

Burnout: The Cost of Chronic Stress: Prolonged and excessive workplace stress can lead to burnout, a state of emotional, physical, and mental exhaustion. This manifests as cynicism,

detachment from work, reduced feelings of accomplishment, and overall decreased wellbeing, significantly impacting productivity and retention.

Increased Prevalence of Mental Health Conditions: A negative or unsupportive work environment can exacerbate existing mental health conditions like anxiety and depression or even trigger their onset in previously healthy individuals. These conditions can severely impair focus, productivity, and overall quality of life.

Toxic Work Environment and Negative Culture: Neglecting mental wellbeing can contribute to a negative and toxic workplace culture characterized by poor communication, increased interpersonal conflict, low morale, lack of trust, and decreased collaboration, further stressing employees.

Impaired Cognitive Function and Increased Errors: Stress, anxiety, and depression can significantly impact cognitive functions such as concentration, memory, and decision-making. This can lead to increased errors, reduced quality of work, and potential safety incidents, depending on the industry.

Increased Risk of Substance Abuse: In some cases, individuals struggling with unaddressed mental health issues in the workplace may turn to substance abuse as a coping mechanism, leading to further health problems, decreased productivity, and safety risks.

HOW TO PROTECT YOURSELF

We've covered a lot of ground on the potential challenges to our mental well-being at work. Now, let's shift gears and talk about what we can actually do to build resilience and foster a healthier relationship with our work and our minds.

Self-Awareness and Monitoring Your Wellbeing:

It's essential to develop the practice of regularly checking in with your emotional state. Pay attention to subtle shifts in your mood, energy levels, and overall wellbeing. Recognizing early

signs of stress or fatigue can allow for proactive intervention.

Prioritizing Self-Care Practices:

Actively scheduling and engaging in self-care activities outside of work is a crucial element of maintaining mental health. This includes ensuring sufficient sleep, regular exercise, a balanced diet, and dedicating time to hobbies and interests that promote relaxation and rejuvenation.

Establishing and Maintaining Professional Boundaries:

Setting clear boundaries between work responsibilities and personal time is vital for preventing burnout. This may involve defining limits on availability outside of work hours and learning to manage workload by appropriately delegating or declining additional tasks when necessary.

Utilizing Stress Management Techniques:

Developing and consistently practicing effective stress management techniques can enhance resilience. This could include incorporating mindfulness exercises, deep breathing practices, or engaging in calming activities to mitigate the impact of workplace stressors.

What to Do in the Moment – Quick Wins for Tough Times:

When those tough feelings hit – whether it's that wave of overwhelm or that dip in your mood – remember you've got options, even if they feel small. Try taking a few deep breaths – seriously, it can reset things a little. Step away from what's stressing you out if you can, even for just five minutes to grab a drink or look out a window. Reach out to someone you trust with a quick text or call – just hearing a friendly voice can help. Focus on one small, manageable task to give yourself a sense of accomplishment. And be kind to yourself, okay? Remind yourself that this feeling won't last forever, and it's okay to not be at 100% all the time. You've got this.

Seeking Professional Mental Health Support:

If you experience persistent difficulties or feel that your mental health is significantly impacting your wellbeing and functioning, seeking guidance from a qualified mental health professional is a proactive step towards recovery and improved coping strategies.

FINAL WORD

Looking after our mental wellbeing at work isn't just about avoiding the bad stuff; it's about building a life that feels sustainable and fulfilling.

Wellness – Mental Health at Work Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

En primer lugar, descuidar la salud mental en el lugar de trabajo puede conducir a un deterioro del bienestar individual. Esto puede manifestarse como un aumento del estrés, la ansiedad, la depresión, el agotamiento y una disminución general de la satisfacción vital de los empleados. Estos problemas no sólo afectan a sus vidas personales, sino que también repercuten significativamente en su capacidad para funcionar eficazmente en el trabajo.

CUÁL ES EL PELIGRO

Cuando analizamos realmente lo que puede ir mal si no prestamos atención a la salud mental en el trabajo, la cosa va mucho más allá de sentirse un poco mal. Puede haber graves repercusiones que afecten a todos y a toda la empresa. Analicemos algunos de esos peligros.

Agotamiento: El coste del estrés crónico: El estrés prolongado y excesivo en el lugar de trabajo puede conducir al agotamiento, un estado de agotamiento emocional, físico y mental. Esto se manifiesta como cinismo, desapego por el trabajo, disminución de la sensación de logro y disminución general del bienestar, lo que repercute significativamente en la productividad y la retención.

Mayor Prevalencia de Condiciones de Salud Mental: Un entorno de trabajo negativo o insolidario puede exacerbar trastornos mentales ya existentes, como la ansiedad y la depresión, o incluso desencadenar su aparición en personas previamente sanas. Estos trastornos pueden afectar gravemente a la concentración, la productividad y la calidad de vida en general.

Entorno Laboral Tóxico y Cultura Negativa: Descuidar el bienestar mental puede contribuir a una cultura negativa y tóxica en el lugar de trabajo, caracterizada por una comunicación deficiente, un aumento de los conflictos interpersonales, una moral baja, falta de confianza y una disminución de la colaboración, lo que estresa aún más a los empleados.

Deterioro de la Función Cognitiva y Aumento de los Errores: El estrés, la ansiedad y la depresión pueden afectar significativamente a funciones cognitivas como la concentración, la memoria y la toma de decisiones. Esto puede provocar un aumento de los errores, una reducción de la calidad del trabajo y posibles incidentes de seguridad, dependiendo del sector.

Mayor Riesgo de Abuso de Sustancias: En algunos casos, las personas que luchan con problemas de salud mental no abordados en el lugar de trabajo pueden recurrir al abuso de sustancias como mecanismo de afrontamiento, lo que conduce a mayores problemas de

salud, disminución de la productividad y riesgos de seguridad.

COMO PROTEGERSE

Ya hemos hablado mucho de los retos potenciales para nuestro bienestar mental en el trabajo. Ahora, cambiemos de marcha y hablemos de lo que realmente podemos hacer para desarrollar la resiliencia y fomentar una relación más sana con nuestro trabajo y nuestra mente.

Autoconciencia y Control del Bienestar:

Es esencial desarrollar la práctica de controlar regularmente tu estado emocional. Presta atención a los cambios sutiles en tu estado de ánimo, tus niveles de energía y tu bienestar general. Reconocer los primeros signos de estrés o fatiga puede permitir una intervención proactiva.

Priorizar las Prácticas de Autocuidado:

Programar y participar activamente en actividades de autocuidado fuera del trabajo es un elemento crucial para mantener la salud mental. Esto incluye dormir lo suficiente, hacer ejercicio con regularidad, seguir una dieta equilibrada y dedicar tiempo a aficiones e intereses que promuevan la relajación y el rejuvenecimiento.

Establecer y Mantener Límites Profesionales:

Establecer límites claros entre las responsabilidades laborales y el tiempo personal es vital para prevenir el agotamiento. Esto puede implicar definir límites a la disponibilidad fuera del horario laboral y aprender a gestionar la carga de trabajo delegando adecuadamente o rechazando tareas adicionales cuando sea necesario.

Utilizar Técnicas de Gestión del Estrés:

Desarrollar y practicar sistemáticamente técnicas eficaces de gestión del estrés puede aumentar la resiliencia. Esto podría incluir la incorporación de ejercicios de atención plena,

prácticas de respiración profunda, o la participación en actividades calmantes para mitigar el impacto de los factores de estrés en el lugar de trabajo.

Qué Hacer en el Momento – Soluciones Rápidas para los Momentos Difíciles:

Cuando te asalten esos sentimientos difíciles -ya sea esa oleada de agobio o ese bajón en tu estado de ánimo- recuerda que tienes opciones, aunque parezcan pequeñas. Intenta respirar hondo un par de veces; en serio, puede hacer que todo vuelva a la normalidad. Aléjate de lo que te estresa si puedes, aunque sólo sean cinco minutos para tomar algo o mirar por la ventana. Ponte en contacto con alguien de confianza y envíale un mensaje de texto o llámale por teléfono. Céntrate en una tarea pequeña y manejable para sentirte realizado. Y sé amable contigo mismo, ¿vale? Recuerdate que esta sensación no durará para siempre y que no pasa nada si no estás al 100% todo el tiempo. Tú puedes.

Busca Apoyo Profesional de Salud Mental:

Si experimentas dificultades persistentes o sientes que tu salud mental está afectando significativamente a tu bienestar y funcionamiento, buscar la orientación de un profesional de la salud mental cualificado es un paso proactivo hacia la recuperación y la mejora de las estrategias de afrontamiento.

CONCLUSIÓN

Cuidar nuestra salud mental en el trabajo no consiste sólo en evitar las cosas malas, sino en construir una vida sostenible y satisfactoria.

Wellness – Mental Health at Work Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Entornos con Mucho Estrés:** Los lugares de trabajo con cargas de trabajo excesivas, horarios prolongados o falta de apoyo aumentan los riesgos de estrés, ansiedad y agotamiento, lo que repercute negativamente en la salud mental y la productividad de los empleados.
2. **Capacitación Insuficiente en Salud Mental:** Los directivos a menudo carecen de formación para reconocer los problemas de salud mental o fomentar la seguridad psicológica, lo que lleva a que las luchas de los empleados no se aborden y a un mayor absentismo.
3. **Barreras del Estigma:** El miedo al estigma o a las repercusiones laborales disuade a los empleados de buscar apoyo en salud mental, lo que retrasa la intervención y agrava trastornos como la depresión o la ansiedad.
4. **Programas de Apoyo Inadecuados:** El acceso limitado a Programas de Asistencia al Empleado (PAE), asesoramiento u opciones de trabajo flexibles dificulta el bienestar mental, especialmente en industrias de alta presión como la construcción o la sanidad.
5. **Inseguridad Financiera:** La inestabilidad laboral o los salarios insuficientes contribuyen a los problemas de salud mental, y el estrés financiero amplifica la ansiedad y reduce el compromiso en el lugar de trabajo.
6. **Retos del Trabajo a Distancia:** Aunque ofrece flexibilidad, el trabajo remoto o híbrido puede aumentar los sentimientos de aislamiento o difuminar los límites entre la vida laboral y personal, lo que pone a prueba la salud mental sin el apoyo adecuado.

ESTADÍSTICAS

- El informe Mind the Workplace 2024 de Mental Health America reveló que el 45% de los trabajadores del sector de la construcción y la ingeniería se tomaban vacaciones por problemas de salud mental, y que el 30% utilizaban las vacaciones anuales para evitar el estigma.
 - El Instituto Canadiense de Información Sanitaria (CIHI) informó en 2023 de que el 29% de los adultos canadienses tenían un problema de salud mental diagnosticado, y que el estrés económico era uno de los principales factores que contribuían a ello en el lugar de trabajo.
 - Un estudio del Journal of Occupational Health de 2022 estimó que una mala salud mental en el lugar de trabajo costaba a las empresas privadas estadounidenses entre 43.000 y 46.000 millones de dólares anuales debido al absentismo y al presentismo.
 - Statistics Canada señaló en 2020 que el 55% de los canadienses informaron una salud mental excelente o muy buena, por debajo del 68% en 2019, con el estrés laboral y el aislamiento como factores significativos.
 - Una encuesta de Forbes Health de 2023 indicó que el 47% de los empleados estadounidenses mostraban presentismo debido a problemas de salud mental, lo que reducía la productividad en todos los sectores.
 - WorkSafeBC informó en 2022 de que el 10% de las reclamaciones de indemnización en el lugar de trabajo en Columbia Británica se debían a problemas de salud mental, a menudo relacionados con entornos de trabajo muy estresantes.
 - En un informe de EHS Today de 2024 se afirmaba que los lugares de trabajo con formación en salud mental y PAE experimentaban una reducción del 25% en la rotación de empleados, sobre todo en sectores muy estresantes como el manufacturero.
-

Wellness – Mental Health at Work Stats and Facts

FACTS

1. **High Stress Environments:** Workplaces with excessive workloads, long hours, or lack of support increase risks of stress, anxiety, and burnout, negatively impacting employee mental health and productivity.
2. **Insufficient Mental Health Training:** Managers often lack training to recognize mental health issues or foster psychological safety, leading to unaddressed employee struggles and higher absenteeism.
3. **Stigma Barriers:** Fear of stigma or job repercussions discourages employees from seeking mental health support, delaying intervention and exacerbating conditions like depression or anxiety.
4. **Inadequate Support Programs:** Limited access to Employee Assistance Programs (EAPs), counseling, or flexible work options hinders mental wellness, particularly in high-pressure industries like construction or healthcare.
5. **Financial Insecurity:** Job instability or insufficient wages contribute to mental health challenges, with financial stress amplifying anxiety and reducing workplace engagement.
6. **Remote Work Challenges:** While offering flexibility, remote or hybrid work can increase feelings of isolation or blur work-life boundaries, straining mental health without proper support.

STATS

- Mental Health America's 2024 Mind the Workplace report found that 45% of workers in construction and engineering took time off due to poor mental health, with 30% using annual leave to avoid stigma.
- The Canadian Institute for Health Information (CIHI)

reported in 2023 that 29% of Canadian adults had a diagnosed mental health condition, with financial stress as a key workplace contributor.

- A 2022 Journal of Occupational Health study estimated that poor workplace mental health cost U.S. private employers \$43–46 billion annually due to absenteeism and presenteeism.
 - Statistics Canada noted in 2020 that 55% of Canadians reported excellent or very good mental health, down from 68% in 2019, with workplace stress and isolation as significant factors.
 - A 2023 Forbes Health survey indicated that 47% of U.S. employees displayed presenteeism due to mental health issues, reducing productivity across sectors.
 - WorkSafeBC reported in 2022 that 10% of workplace compensation claims in British Columbia were for mental health issues, often linked to high-stress work environments.
 - A 2024 EHS Today report stated that workplaces with mental health training and EAPs saw a 25% reduction in employee turnover, particularly in high-stress industries like manufacturing.
-

Wellness – Mental Health at Work Fatality File – Spanish

Los Agentes de Aduanas y Protección Fronteriza de EE.UU. Se Enfrentan a un Aumento de las Tasas de Suicidio

en Medio del Estrés Laboral

En 2024, la agencia de Aduanas y Protección Fronteriza de Estados Unidos (CBP) experimentó un preocupante aumento de suicidios de empleados. En agosto, siete empleados de la CBP se habían quitado la vida, casi igualando el total de ocho suicidios registrados en 2023, cuando aún quedaban varios meses para terminar el año. Esta tendencia sigue al peor año de la agencia en 2022, cuando 15 empleados murieron por suicidio.

El aumento de los suicidios se ha atribuido a múltiples factores, incluidos los altos niveles de estrés debido a experiencias traumáticas en el trabajo y un aumento sin precedentes en los patrones de migración. Los agentes de la Patrulla Fronteriza han informado de la disminución de la moral y el sentido de propósito, agravado por los desafíos de la gestión del aumento de la migración y la carga emocional de encontrarse con personas fallecidas durante sus funciones.

Se están haciendo esfuerzos para hacer frente a la crisis, incluyendo la implementación de programas para desestigmatizar los problemas de salud mental y fomentar conversaciones abiertas entre los agentes y sus superiores. Sin embargo, es necesario seguir apoyando e interviniendo para mitigar los problemas de salud mental a los que se enfrentan los empleados del CBP.

Fuente: [Nypost.com](https://www.nypost.com)

Wellness – Mental Health at Work Fatality File

U.S. Customs and Border Protection Agents Face Rising Suicide Rates Amid Workplace Stress

In 2024, the U.S. Customs and Border Protection (CBP) agency experienced a concerning rise in employee suicides. By August, seven CBP employees had taken their own lives, nearly matching the total of eight suicides recorded in 2023, with several months remaining in the year. This trend follows the agency's worst year in 2022, when 15 employees died by suicide.

The increase in suicides has been attributed to multiple factors, including high-stress levels due to traumatic experiences at work and an unprecedented rise in migration patterns. Border Patrol agents have reported decreased morale and a sense of purpose, compounded by the challenges of managing increased migration and the emotional toll of encountering deceased individuals during their duties.

Efforts are being made to address the crisis, including implementing programs to destigmatize mental health issues and encourage open conversations between agents and their superiors. However, continued support and intervention are necessary to mitigate the mental health challenges faced by CBP employees.

Source: [Nypost.com](https://www.nypost.com)

Wellness – Mental Health at Work Picture This



This image shows a worker overwhelmed by stress at his desk, surrounded by stacks of paperwork and holding his head in frustration. The posture and expression indicate mental fatigue, a common issue in high-pressure office environments. When workloads are unbalanced and support is lacking, employees can suffer from burnout, anxiety, and depression.

Mental health at work should be treated as seriously as physical safety. Employers must promote wellness through clear workload expectations, regular check-ins, and access to mental health resources. Simple measures like breaks, flexible hours, and open communication can reduce psychological strain. Ignoring mental health in the workplace doesn't just affect individual wellbeing—it also lowers productivity and increases absenteeism across the team.

Wellness – Mental Health at Work Picture This – Spanish



Esta imagen muestra a un trabajador agobiado por el estrés en su escritorio, rodeado de pilas de papeles y agarrándose la cabeza en señal de frustración. La postura y la expresión indican fatiga mental, un problema común en los entornos de oficina de alta presión. Cuando la carga de trabajo está desequilibrada y falta apoyo, los empleados pueden sufrir agotamiento, ansiedad y depresión.

La salud mental en el trabajo debe tratarse con la misma seriedad que la seguridad física. Los empresarios deben promover el bienestar mediante expectativas claras sobre la carga de trabajo, controles periódicos y acceso a recursos de salud mental. Medidas sencillas como las pausas, los horarios flexibles y la comunicación abierta pueden reducir la tensión psicológica. Ignorar la salud mental en el lugar de trabajo no sólo afecta al bienestar individual, sino que también reduce la productividad y

aumenta el absentismo en todo el equipo.

Powered Industrial Trucks – Pre-Operation Checks Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Operating a Powered Industrial Truck (PIT), such as a forklift, involves significant risks if the machinery isn't functioning correctly. Pre-operation checks are therefore crucial for ensuring the safety of the operator and those nearby. Neglecting these checks can lead to severe consequences, including accidents resulting in serious injuries or even fatalities. Imagine the danger of operating a forklift with faulty brakes, worn tires compromising stability, a non-functioning horn unable to warn pedestrians, or a lifting mechanism prone to dropping loads. These checks are a proactive measure to identify potential mechanical issues before operation begins.

WHAT'S THE DANGER

Risk of Mechanical Failure During Operation

Operating a Powered Industrial Truck (PIT) without conducting thorough pre-operation checks significantly increases the risk of mechanical failure while the truck is in use. This could manifest in various critical systems. For instance, undetected faulty brakes could fail entirely when needed most, leading to collisions. Similarly, hydraulic leaks, if not identified beforehand, could worsen during operation, causing a loss of lifting or tilting control, potentially dropping loads or making

the truck unstable. Steering malfunctions that weren't caught in a pre-check could suddenly make the PIT difficult or impossible to control, especially in tight spaces or at higher speeds.

Increased Likelihood of Accidents and Injuries

When mechanical failures occur during operation due to a lack of pre-operation checks, the likelihood of accidents and subsequent injuries rises dramatically. A PIT that cannot brake effectively poses a direct threat to pedestrians and other workers in the area. Unstable steering can lead to collisions with racking, machinery, or even other PITs. Dropped loads from a malfunctioning lifting mechanism can cause serious injuries to anyone underneath or nearby. Furthermore, undetected issues like worn tires or uneven lifting can contribute to tip-overs, which are a leading cause of fatalities involving PITs.

Failure of Safety Systems

Pre-operation checks also ensure that critical safety systems on the PIT are functioning correctly. A non-operational horn means the operator cannot effectively warn pedestrians of the truck's presence. Damaged or non-functioning lights and signals reduce visibility, especially in low-light conditions or busy areas, increasing the risk of collisions. If safety restraints, like seatbelts or operator presence systems, are not checked and are faulty, they won't provide adequate protection in the event of an accident. Neglecting these checks means operating a PIT without the assurance that its built-in safety features will work when needed most.

HOW TO PROTECT YOURSELF

To protect yourself when operating Powered Industrial Trucks (PITs), the most critical step is to always perform a thorough pre-operation check before each shift or use. This proactive measure allows you to identify potential safety hazards and mechanical issues before they can lead to accidents.

Conduct a Comprehensive Pre-Operation Check

Familiarize yourself with the specific pre-operation inspection requirements for the make and model of the PIT you will be using. The manual will outline exactly what needs to be checked.

Visual Inspection (Walk-Around):

- **Overall Condition:** Look for any obvious damage, loose parts, leaks (hydraulic fluid, fuel, battery acid), or anything that appears out of the ordinary.
- **Tires/Wheels:** Check tire pressure (if pneumatic), look for cuts, gouges, or excessive wear. Ensure wheel nuts are tight.
- **Forks/Attachments:** Inspect forks for bends, cracks, or wear. 1 Ensure they are properly secured. Check the condition and operation of any attachments.
- **Overhead Guard/Operator Restraints:** Ensure the overhead guard is securely in place and undamaged. Check the condition and functionality of seatbelts or other operator restraints.
- **Lights and Signals:** Test all lights (headlights, taillights, warning lights) and audible signals (horn, backup alarm) to ensure they are working correctly.
- **Hydraulic System:** Check hydraulic fluid levels. Inspect hoses and fittings for leaks or damage.
- **Battery/Power Source:** For electric PITs, check the battery charge level and look for any damage or leaks. For internal combustion PITs, check fuel and other fluid levels.
- **Brakes:** Test the service and parking brakes to ensure they are functioning effectively.
- **Steering:** Check for excessive play or unusual noises in the steering system.
- **Controls:** Ensure all operating controls (lift, tilt, travel) function smoothly and correctly.

Operational Checks (Once Seated):

Once seated, conduct operational checks in a safe area. Test all controls: lift, lower, tilt, forward, and backward movement, ensuring smooth and correct function. Listen for unusual noises. Verify the horn and warning lights are working. At low speed,

check the service and parking brakes for effectiveness. These immediate checks after the visual inspection provide a crucial second layer of safety before operating the PIT.

FINAL WORD

When it comes to operating Powered Industrial Trucks, always remember that a comprehensive pre-operation check is non-negotiable. It's your first and most vital step in ensuring a safe work environment.

Powered Industrial Trucks – Pre-Operation Checks Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El manejo de una carretilla industrial motorizada (PIT), como una carretilla elevadora, entraña riesgos importantes si la maquinaria no funciona correctamente. Por lo tanto, las comprobaciones previas al funcionamiento son cruciales para garantizar la seguridad del operador y de las personas que se encuentran cerca. Descuidar estas comprobaciones puede acarrear graves consecuencias, como accidentes con lesiones graves o incluso mortales. Imagínese el peligro de manejar una carretilla elevadora con frenos defectuosos, neumáticos desgastados que comprometen la estabilidad, una bocina que no funciona y es incapaz de advertir a

los peatones, o un mecanismo de elevación propenso a dejar caer las cargas. Estas comprobaciones son una medida proactiva para identificar posibles problemas mecánicos antes de empezar a utilizar la carretilla.

CUÁL ES EL PELIGRO

Riesgo de Fallos Mecánicos Durante el Funcionamiento

El funcionamiento de una Carretilla Industrial Motorizada (PIT) sin llevar a cabo comprobaciones exhaustivas previas al funcionamiento aumenta significativamente el riesgo de fallos mecánicos mientras la carretilla está en uso. Esto podría manifestarse en varios sistemas críticos. Por ejemplo, unos frenos defectuosos no detectados podrían fallar por completo cuando más se necesitan, provocando colisiones. Del mismo modo, las fugas hidráulicas, si no se identifican de antemano, podrían empeorar durante el funcionamiento, provocando una pérdida de control de elevación o inclinación, lo que podría hacer caer las cargas o volver inestable la carretilla. Los fallos en la dirección que no se detectaron en una comprobación previa podrían hacer que, de repente, fuera difícil o imposible controlar el PIT, especialmente en espacios reducidos o a velocidades elevadas.

Aumento de la Probabilidad de Accidentes y Lesiones

Cuando se producen fallos mecánicos durante el funcionamiento debido a la falta de comprobaciones previas, la probabilidad de accidentes y lesiones subsiguientes aumenta drásticamente. Un PIT que no puede frenar eficazmente supone una amenaza directa para los peatones y otros trabajadores de la zona. Una dirección inestable puede provocar colisiones con estanterías, maquinaria o incluso con otros PIT. La caída de cargas por el mal funcionamiento de un mecanismo de elevación puede causar lesiones graves a cualquier persona que se encuentre debajo o cerca. Además, los problemas no detectados, como neumáticos desgastados o elevación desigual, pueden contribuir a los vuelcos, que son una de las principales causas de muerte en los PIT.

Fallo de los Sistemas de Seguridad

Las comprobaciones previas al funcionamiento también garantizan que los sistemas de seguridad críticos del PIT funcionen correctamente. Si la bocina no funciona, el operador no puede advertir eficazmente a los peatones de la presencia del camión. Las luces y señales dañadas o que no funcionan reducen la visibilidad, especialmente en condiciones de poca luz o en zonas muy transitadas, lo que aumenta el riesgo de colisiones. Si no se comprueban los dispositivos de seguridad, como los cinturones de seguridad o los sistemas de presencia del operador, y están defectuosos, no proporcionarán la protección adecuada en caso de accidente. Descuidar estas comprobaciones significa utilizar un PIT sin la garantía de que sus dispositivos de seguridad incorporados funcionarán cuando más se necesiten.

COMO PROTEGERSE

Para protegerse al utilizar carretillas industriales motorizadas (PIT), el paso más importante es realizar siempre una comprobación exhaustiva antes de cada turno o uso. Esta medida proactiva le permite identificar posibles peligros para la seguridad y problemas mecánicos antes de que puedan provocar accidentes.

Realice una Comprobación Preoperativa Completa

Familiarícese con los requisitos específicos de la inspección preoperativa para la marca y el modelo del PIT que vaya a utilizar. En el manual se indica exactamente lo que debe comprobarse.

Inspección Visual (Recorrido):

- **Estado General:** Busque daños evidentes, piezas sueltas, fugas (líquido hidráulico, combustible, ácido de la batería) o cualquier cosa que parezca fuera de lo normal.
- **Neumáticos/Ruedas:** Compruebe la presión de los neumáticos (si son neumáticos), busque cortes, estrías o desgaste excesivo. Asegúrese de que las tuercas de las ruedas están apretadas.
- **Horquillas/Anexos:** Inspeccione las horquillas en busca de dobleces, grietas o desgaste. 1 Asegúrese de que están bien

sujetas. Compruebe el estado y el funcionamiento de los accesorios.

- **Protector Superior/Retenciones del Operador:** Asegúrese de que el techo protector está bien colocado y no presenta daños. Compruebe el estado y el funcionamiento de los cinturones de seguridad u otros dispositivos de sujeción del operador.
- **Luces y Señales:** Compruebe que todas las luces (faros, luces traseras, luces de advertencia) y señales acústicas (bocina, alarma de marcha atrás) funcionan correctamente.
- **Sistema Hidráulico:** Compruebe los niveles de líquido hidráulico. Inspeccione las mangueras y los accesorios en busca de fugas o daños.
- **Batería/fuente de alimentación:** En los PIT eléctricos, compruebe el nivel de carga de la batería y busque daños o fugas. En los EIF de combustión interna, compruebe los niveles de combustible y de otros fluidos.
- **Frenos:** Compruebe el funcionamiento de los frenos de servicio y de estacionamiento.
- **Dirección:** Compruebe que el sistema de dirección no presenta holguras excesivas ni ruidos extraños.
- **Controles:** Asegúrese de que todos los controles operativos (elevación, inclinación, desplazamiento) funcionan correctamente y sin problemas.

Comprobaciones de Funcionamiento (Una vez Sentado):

Una vez sentado, realice comprobaciones de funcionamiento en una zona segura. Pruebe todos los controles: elevación, descenso, inclinación, desplazamiento hacia delante y hacia atrás, asegurándose de que funcionan suave y correctamente. Escuche si se producen ruidos inusuales. Compruebe que la bocina y las luces de advertencia funcionan. A baja velocidad, compruebe la eficacia de los frenos de servicio y de estacionamiento. Estas comprobaciones inmediatas tras la inspección visual proporcionan una segunda capa de seguridad crucial antes de poner en funcionamiento el EIF.

CONCLUSIÓN

A la hora de utilizar carretillas industriales motorizadas, recuerda siempre que no es negociable realizar una comprobación exhaustiva previa al funcionamiento. Es el primer paso y el más importante para garantizar un entorno de trabajo seguro.

Powered Industrial Trucks – Pre-Operation Checks Stats and Facts

FACTS

1. **Mechanical Failures:** Neglecting pre-operation checks can lead to undetected issues such as faulty brakes, steering malfunctions, or hydraulic leaks, increasing the risk of accidents.
2. **Operator Injury:** Operating a powered industrial truck (PIT) with undetected defects can result in operator injuries, including crush injuries or falls.
3. **Load Handling Issues:** Damaged forks or mast assemblies can compromise the ability to handle loads safely, leading to dropped or unstable loads.
4. **Environmental Hazards:** Failure to identify and address environmental factors such as obstructions, uneven surfaces, or poor lighting during pre-operation checks can contribute to accidents.

5. **Equipment Downtime:** Undetected issues can lead to equipment failure during operation, causing unplanned downtime and affecting productivity.
6. **Increased Liability:** Accidents resulting from neglected inspections can lead to legal liabilities and increased insurance costs for the employer.

STATS

- OSHA's 2023 data reported that 18% of PIT-related violations involved failure to conduct pre-operation checks, contributing to 2,500 injuries annually in warehousing and construction.
 - WorkSafeBC noted in 2022 that 12% of PIT accidents in British Columbia were linked to uninspected equipment, with 20% involving brake or steering failures.
 - The CDC's 2023 NIOSH Safety Report estimated that 25% of forklift injuries could be prevented with consistent pre-operation checks, saving \$50 million in workers' compensation costs.
 - Statistics Canada's 2021 Workplace Safety Survey found that 10% of PIT operators in manufacturing lacked training on pre-operation inspections, correlating with higher accident rates.
 - A 2022 Journal of Occupational Safety study indicated that 30% of PIT tip-over incidents were tied to undetected defects, preventable with daily checks per OSHA 1910.178.
 - CCOHS reported in 2023 that workplaces with documented pre-operation checklists reduced PIT-related incidents by 22%, aligning with CSA B335 standards.
 - A 2024 EHS Today analysis found that 15% of PIT injuries (approximately 1,800 cases) were linked to skipped pre-operation checks, addressable through OSHA's sample checklists.
-

Powered Industrial Trucks – Pre-Operation Checks Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Averías Mecánicas:** Descuidar las revisiones previas a la operación puede llevar a problemas no detectados como frenos defectuosos, mal funcionamiento de la dirección o fugas hidráulicas, aumentando el riesgo de accidentes.
2. **Lesiones del Operador:** La operación de una carretilla industrial motorizada (PIT) con defectos no detectados puede provocar lesiones al operador, incluyendo lesiones por aplastamiento o caídas.
3. **Problemas de Manipulación de la Carga:** Las horquillas o los conjuntos de mástil dañados pueden comprometer la capacidad de manipular cargas de forma segura, provocando caídas o cargas inestables.
4. **Riesgos Medioambientales:** No identificar y abordar factores ambientales como obstrucciones, superficies irregulares o iluminación deficiente durante las comprobaciones previas a la operación puede contribuir a que se produzcan accidentes.
5. **Tiempo de Inactividad del Equipo:** Los problemas no detectados pueden provocar fallos en los equipos durante el funcionamiento, causando tiempos de inactividad no planificados y afectando a la productividad.
6. **Aumento de la Responsabilidad:** Los accidentes resultantes de inspecciones descuidadas pueden dar lugar a responsabilidades legales y a un aumento de los costes del seguro para el empleador.

ESTADÍSTICAS

- Los datos de OSHA de 2023 informaban de que el 18% de las infracciones relacionadas con los EIF implicaban la no

realización de comprobaciones previas a la operación, lo que contribuía a 2.500 lesiones anuales en los sectores del almacenamiento y la construcción.

- WorkSafeBC señaló en 2022 que el 12% de los accidentes de EIF en Columbia Británica estaban relacionados con equipos no inspeccionados, y el 20% con fallos en los frenos o la dirección.
- El Informe de Seguridad NIOSH de 2023 de los CDC estimó que el 25% de las lesiones causadas por carretillas elevadoras podrían evitarse con comprobaciones consistentes previas a la operación, ahorrando 50 millones de dólares en costes de indemnización de los trabajadores.
- Statistics Canada's 2021 Workplace Safety Survey found that 10% of PIT operators in manufacturing lacked training on pre-operation inspections, correlating with higher accident rates.
- Un estudio del Journal of Occupational Safety de 2022 indicó que el 30% de los incidentes de vuelco de los PIT estaban relacionados con defectos no detectados, evitables con comprobaciones diarias según la norma 1910.178 de la OSHA.
- CCOHS informó en 2023 de que los lugares de trabajo con listas de comprobación documentadas previas a la operación reducían los incidentes relacionados con PIT en un 22%, en consonancia con las normas CSA B335.
- En un análisis de EHS Today de 2024 se descubrió que el 15% de las lesiones PIT (aproximadamente 1.800 casos) estaban relacionadas con la omisión de comprobaciones previas a la operación, lo que se puede abordar mediante las listas de comprobación de muestra de la OSHA.

Powered Industrial Trucks –

Pre-Operation Checks Fatality File

Worker Crushed by Forklift Due to Improper Pre-Operation Checks

In April 2024, a tragic incident occurred when an employee was fatally crushed by a powered industrial truck (PIT) that rolled over. The investigation revealed that the forklift had a defective parking brake, which was not identified due to the absence of a proper pre-operation inspection. As a result, the forklift moved unexpectedly, leading to the fatality.

This incident underscores the critical importance of conducting thorough pre-operation checks on powered industrial trucks. According to OSHA regulations, forklifts must be examined at least daily before being placed in service, and any defects must be reported and corrected before use. Failure to perform these inspections can result in equipment malfunctions, posing serious risks to operators and nearby workers.

Employers are responsible for ensuring that operators are trained to perform these checks and that defective equipment is promptly removed from service. Implementing comprehensive inspection protocols and fostering a culture of safety can prevent such tragedies.

Source: [Osha.gov](https://www.osha.gov)

Powered Industrial Trucks – Pre-Operation Checks Fatality File – Spanish

Trabajador Aplastado por un Montacargas Debido a Controles Previos a la Operación Inadecuados

En abril de 2024, se produjo un trágico incidente cuando un empleado fue aplastado mortalmente por una carretilla industrial motorizada (PIT) que volcó. La investigación reveló que la carretilla elevadora tenía un freno de estacionamiento defectuoso, que no se identificó debido a la ausencia de una inspección previa a la operación adecuada. Como resultado, la carretilla elevadora se desplazó inesperadamente, provocando la víctima mortal.

Este incidente subraya la importancia crítica de realizar comprobaciones exhaustivas previas al funcionamiento de las carretillas industriales motorizadas. Según la normativa de la OSHA, las carretillas elevadoras deben examinarse al menos una vez al día antes de su puesta en servicio, y cualquier defecto debe notificarse y corregirse antes de su uso. Si no se realizan estas inspecciones, pueden producirse averías en los equipos, lo que supone graves riesgos para los operadores y los trabajadores cercanos.

Los empresarios son responsables de garantizar que los operarios estén formados para realizar estas comprobaciones y que los equipos defectuosos se retiren rápidamente del servicio. La aplicación de protocolos de inspección exhaustivos y el fomento de una cultura de la seguridad pueden evitar este tipo de tragedias.

Fuente: [Osha.gov](https://www.osha.gov)

Powered Industrial Trucks – Pre-Operation Checks Picture This



This image highlights the critical importance of conducting pre-operation checks on powered industrial trucks like forklifts. Here, the forklift's forks have punctured a container, causing a significant hazardous material spill. This incident could lead to environmental contamination, worker injury, or even fire if the substance is flammable.

Before using a forklift, operators must inspect all equipment components, including the forks, hydraulics, brakes, lights, and horn. Special attention should be given to fork spacing, sharp edges, or alignment issues. Additionally, verifying the load's

integrity and ensuring it is properly secured is essential to avoid punctures or spills. A thorough pre-op inspection not only prevents equipment damage but also protects workers from chemical exposure and costly safety violations.

Powered Industrial Trucks – Pre-Operation Checks Picture This – Spanish



Esta imagen pone de relieve la importancia crítica de realizar comprobaciones previas a la operación en carretillas industriales motorizadas como las carretillas elevadoras. En este caso, las horquillas de la carretilla han perforado un contenedor, provocando un derrame importante de material peligroso. Este

incidente podría provocar la contaminación del medio ambiente, lesiones a los trabajadores o incluso un incendio si la sustancia es inflamable.

Antes de utilizar una carretilla elevadora, los operadores deben inspeccionar todos los componentes del equipo, incluidas las horquillas, el sistema hidráulico, los frenos, las luces y la bocina. Debe prestarse especial atención a la separación de las horquillas, los bordes afilados o los problemas de alineación. Además, verificar la integridad de la carga y asegurarse de que está bien sujeta es esencial para evitar pinchazos o derrames. Una inspección preoperatoria exhaustiva no sólo evita daños en el equipo, sino que también protege a los trabajadores de la exposición a productos químicos y de costosas infracciones de seguridad.

Ladder Inspection Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Let's talk about ladder inspections and why they're so important. When you're working at height, a ladder is often your direct support, and if it fails, the consequences can be really serious. We're talking about falls that can lead to broken bones, sprains, strains, head injuries, and even fatalities.

Think about it: a cracked rung could give way under your weight, a loose step might cause you to lose your balance, or damaged side rails could lead to the whole ladder collapsing. Regular inspections are all about catching these potential problems before they cause an accident.

WHAT'S THE DANGER

Consider the potential hazards when using a ladder that hasn't been properly inspected or is damaged.

Structural Failure Leading to Falls

The most immediate danger is the ladder itself failing under your weight or the stress of use. This can happen due to:

- Rungs, steps, side rails, or braces that are damaged can give way unexpectedly, causing a sudden loss of support and a fall.
- Loose rungs or steps can shift or detach, leading to instability and loss of balance. Missing parts can compromise the ladder's structural integrity.
- Over time, materials like metal or wood can weaken due to rust, rot, or other forms of degradation, making the ladder unsafe.

Instability and Loss of Balance

Even if a ladder doesn't suffer a complete structural failure, existing defects can severely compromise its stability. This significantly increases the likelihood of a loss of balance and a subsequent fall. Damaged or worn components, such as feet or leg levelers, can prevent the ladder from achieving a firm and level stance on the ground.

This can manifest as a noticeable wobble or an increased tendency for the ladder to tip to one side while in use. Furthermore, the presence of slippery substances on the rungs or steps creates a direct hazard to your footing. Accumulated dirt, grease, or spilled paint can make it far easier for a foot to slip unexpectedly.

HOW TO PROTECT YOURSELF

A meticulous inspection of any ladder before each and every use is the most critical step. This allows you to identify potential

hazards before they can lead to an accident.

Deep Dive into Structural Checks

▪ Material-Specific Issues:

- **Wood Ladders:** Pay close attention to the grain of the wood. Look for splits or cracks that run along the grain, as these significantly weaken the ladder. Check for signs of rot or insect infestation, especially in areas that might have been exposed to moisture. Also, be aware of warping or twisting of the side rails or rungs.
- **Metal Ladders (Aluminum/Fiberglass):** Inspect for dents, bends, or crimps in the side rails or rungs. These can compromise structural integrity. Look for signs of corrosion, especially around joints and fasteners. On fiberglass ladders, check for blooming (a white powdery residue) or fiber damage, which can indicate weakening of the material.
- **Joint Integrity:** Carefully examine all points where rungs, steps, or braces are connected to the side rails. Look for any movement, looseness, or gaps. Ensure that rivets are tight and not sheared, and that bolts and screws are securely fastened. Welded joints should be free of cracks or signs of failure.
- **Load-Bearing Components:** Pay extra attention to components that bear the primary load, such as the main side rails and the points where the rungs attach. Any damage to these areas is particularly critical.

Functionality and Safety Mechanisms in Detail: Extension Ladder Specifics

- Check the rope for fraying, cuts, or excessive wear. Ensure the pulley turns freely and is securely attached.
- Operate the locking mechanisms to ensure they engage firmly and prevent the ladder sections from slipping. Inspect the pawls (the locking hooks) for wear, bending, or damage.
- Make sure the rail guides allow the sections to move smoothly without binding and prevent excessive wobble.

between sections.

- Verify that when the ladder is extended for use, the minimum required overlap between the sections is maintained according to the manufacturer's instructions (often marked on the ladder).

Documentation and Training:

Okay, so when it comes to ladder inspections, some places keep a record of when ladders were checked before. If you see a tag, give it a quick look, but still do your check! More importantly, make sure you know how to check a ladder properly and what to look for. Being trained to spot problems and knowing you can say "no" to a dodgy ladder is key to staying safe up there

FINAL WORD

Remember this: your pre-climb inspection is your first and best defense. Take that minute to really look over things. If anything seems off – a wobble, a crack, a loose rung – don't risk it. Find a safe ladder. It's a small step that can prevent a big fall.

Ladder Inspection Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Hablemos de las inspecciones de escaleras y de por qué son tan

importantes. Cuando trabajas en altura, una escalera suele ser tu apoyo directo, y si falla, las consecuencias pueden ser realmente graves. Estamos hablando de caídas que pueden provocar fracturas óseas, esguinces, torceduras, traumatismos craneoencefálicos e incluso muertes.

Piénsalo: un peldaño agrietado podría ceder bajo tu peso, un escalón suelto podría hacerte perder el equilibrio, o unos raíles laterales dañados podrían hacer que toda la escalera se viniera abajo. Las inspecciones periódicas sirven para detectar estos problemas potenciales antes de que provoquen un accidente.

CUÁL ES EL PELIGRO

Tenga en cuenta los peligros potenciales de utilizar una escalera que no haya sido inspeccionada correctamente o que esté dañada.

Fallos Estructurales que Provocan Caídas

El peligro más inmediato es que la propia escalera falle bajo tu peso o la tensión del uso. Esto puede ocurrir debido a:

- Los peldaños, escalones, barandillas laterales o refuerzos dañados pueden ceder inesperadamente, provocando una pérdida repentina de apoyo y una caída.
- Los peldaños o escalones sueltos pueden desplazarse o desprenderse, provocando inestabilidad y pérdida de equilibrio. La falta de piezas puede comprometer la integridad estructural de la escalera.
- Con el tiempo, materiales como el metal o la madera pueden debilitarse debido al óxido, la putrefacción u otras formas de degradación, haciendo que la escalera sea insegura.

Inestabilidad y Pérdida de Equilibrio

Aunque una escalera no sufra un fallo estructural completo, los defectos existentes pueden comprometer gravemente su estabilidad. Esto aumenta significativamente la probabilidad de una pérdida de equilibrio y una posterior caída. Los componentes dañados o desgastados, como los pies o los niveladores de las patas, pueden

impedir que la escalera alcance una posición firme y nivelada en el suelo.

Esto puede manifestarse como un tambaleo perceptible o una mayor tendencia de la escalera a inclinarse hacia un lado mientras se utiliza. Además, la presencia de sustancias resbaladizas en los peldaños o peldaños crea un peligro directo para tu equilibrio. La suciedad acumulada, la grasa o la pintura derramada pueden hacer que sea mucho más fácil que un pie resbale inesperadamente.

COMO PROTEGERSE

Una inspección meticulosa de cualquier escalera antes de cada uso es el paso más crítico. Esto le permitirá identificar posibles peligros antes de que puedan provocar un accidente.

Profundice en las Comprobaciones Estructurales

▪ Cuestiones Específicas del Material:

- **Escaleras de Madera:** Preste mucha atención a la veta de la madera. Busque rajaduras o grietas a lo largo de la veta, ya que debilitan considerablemente la escalera. Compruebe si hay signos de podredumbre o infestación de insectos, especialmente en zonas que puedan haber estado expuestas a la humedad. Preste atención también a las deformaciones o torsiones de los largueros o peldaños.
- **Escaleras Metálicas (Aluminio/Fibra de Vidrio):** Inspeccione si hay abolladuras, dobleces o pliegues en las barandillas laterales o los peldaños. Esto puede comprometer la integridad estructural. Busque signos de corrosión, especialmente alrededor de las juntas y los sujetadores. En las escaleras de fibra de vidrio, compruebe si hay floración (un residuo de polvo blanco) o daños en las fibras, que pueden indicar un debilitamiento del material.
- **Integridad de las Juntas:** Examine cuidadosamente todos los puntos en los que los peldaños, escalones o tirantes están conectados a los largueros. Compruebe

si hay movimiento, holgura o huecos. Asegúrese de que los remaches estén apretados y no cizallados, y de que los pernos y tornillos estén bien sujetos. Las uniones soldadas no deben presentar grietas ni signos de fallo.

- **Componentes que Soportan Carga:** Preste especial atención a los componentes que soportan la carga principal, como los rieles laterales principales y los puntos donde se fijan los peldaños. Cualquier daño en estas zonas es especialmente crítico.

Funcionalidad y mecanismos de seguridad en detalle: Específicos de la escalera extensible

- Compruebe que la cuerda no esté deshilachada, cortada o excesivamente desgastada. Asegúrese de que la polea gira libremente y está bien sujeta.
- Accione los mecanismos de bloqueo para asegurarse de que encajan firmemente y evitan que las secciones de la escalera se deslicen. Inspeccione los trinquetes (los ganchos de bloqueo) por si están desgastados, doblados o dañados.
- Asegúrese de que las guías de los raíles permiten que las secciones se muevan suavemente sin atascarse y evitan un bamboleo excesivo entre las secciones.
- Verifique que cuando la escalera esté extendida para su uso, se mantenga el solapamiento mínimo requerido entre las secciones de acuerdo con las instrucciones del fabricante (a menudo marcadas en la escalera).

Documentación y Capacitación:

Cuando se trata de inspecciones de escaleras, algunos lugares mantienen un registro de cuándo se han revisado las escaleras anteriormente. Si ves una etiqueta, échale un vistazo rápido, pero sigue haciendo tu comprobación. Y lo que es más importante, asegúrate de que sabes cómo revisar una escalera correctamente y en qué debes fijarte. Estar entrenado para detectar problemas y saber que puedes decir «no» a una escalera defectuosa es clave para mantenerte seguro ahí arriba.

CONCLUSIÓN

Recuerda esto: la inspección previa al ascenso es tu primera y mejor defensa. Tómate ese minuto para revisar las cosas. Si hay algo que te parece raro (un bamboleo, una grieta, un peldaño suelto), no te arriesgues. Busca una escalera segura. Es un pequeño paso que puede evitar una gran caída.

Ladder Inspection Stats and Facts

FACTS

1. **Damaged or Worn Components:** Cracks, splits, or missing parts in ladder rails, rungs, or feet can compromise structural integrity, leading to potential collapses.
2. **Loose or Missing Hardware:** Loose nails, screws, bolts, or nuts can cause instability, increasing the risk of falls.
3. **Corrosion and Rust:** Metal ladders exposed to moisture may develop rust, weakening the ladder and posing safety hazards.
4. **Warped or Twisted Rails:** Distorted ladder rails can affect balance and stability during use.
5. **Defective Locks and Spreaders:** Faulty locking mechanisms or spreaders can result in unexpected ladder movement or collapse.
6. **Worn Non-Slip Feet:** Damaged or missing non-slip feet can

cause the ladder to slip on smooth surfaces.

7. **Missing Identification Labels:** Absence of labels can lead to misuse or overloading beyond the ladder's capacity.

STATS

- OSHA's 2023 data reported that 22% of ladder-related violations involved inadequate inspections, contributing to 4,000 fall injuries annually in construction and maintenance.
- WorkSafeBC noted in 2022 that 10% of ladder fall incidents in British Columbia were linked to uninspected or defective ladders, with 15% involving missing anti-slip feet.
- The CDC's 2023 NIOSH Fall Safety Report estimated that 30% of ladder falls in warehousing were due to undetected defects, preventable with proper pre-use inspections.
- Statistics Canada's 2021 Workplace Safety Survey found that 8% of workers in high-risk industries lacked access to ladder inspection training, correlating with higher fall rates.
- A 2022 Journal of Safety Research study indicated that 25% of ladder injuries were linked to failure to tag or remove defective ladders, per OSHA 1926.1053 standards.
- CCOHS reported in 2023 that workplaces with documented ladder inspection programs reduced fall incidents by 20%, aligning with CSA Z11 guidelines.
- A 2024 EHS Today analysis found that 12% of ladder-related injuries (approximately 2,500 cases) involved uninspected ladders, addressable through ANSI A14-compliant checks.

Ladder Inspection Stats and

Facts – Spanish

HECHOS

1. **Componentes Dañados o Desgastados:** Las grietas, rajaduras o piezas faltantes en los rieles, peldaños o pies de la escalera pueden comprometer la integridad estructural, provocando potenciales derrumbes.
2. **Herrajes Suelos o Faltantes:** Los clavos, tornillos, pernos o tuercas sueltos pueden causar inestabilidad, aumentando el riesgo de caídas.
3. **Corrosión y Óxido:** Las escaleras metálicas expuestas a la humedad pueden desarrollar óxido, debilitando la escalera y planteando riesgos de seguridad.
4. **Raíles Deformados o Retorcidos:** Los rieles deformados de la escalera pueden afectar el equilibrio y la estabilidad durante su uso.
5. **Cierres y Separadores Defectuosos:** Los mecanismos de bloqueo o separadores defectuosos pueden provocar el movimiento inesperado de la escalera o su colapso.
6. **Pies Antideslizantes Desgastados:** Los pies antideslizantes dañados o ausentes pueden hacer que la escalera resbale en superficies lisas.
7. **Falta de Etiquetas de Identificación:** La ausencia de etiquetas puede provocar un mal uso o una sobrecarga superior a la capacidad de la escalera.

ESTADÍSTICAS

- Los datos de OSHA de 2023 indicaban que el 22% de las infracciones relacionadas con escaleras implicaban inspecciones inadecuadas, lo que contribuía a 4.000 lesiones por caída al año en la construcción y el mantenimiento.
- WorkSafeBC señaló en 2022 que el 10% de los incidentes de caídas de escaleras en Columbia Británica estaban relacionados con escaleras no inspeccionadas o defectuosas,

y que en el 15% faltaban pies antideslizantes.

- El Informe de Seguridad contra Caídas de NIOSH de 2023 de los CDC estimó que el 30% de las caídas de escaleras en almacenes se debían a defectos no detectados, evitables con inspecciones adecuadas previas al uso.
 - Statistics Canada's 2021 Workplace Safety Survey found that 8% of workers in high-risk industries lacked access to ladder inspection training, correlating with higher fall rates.
 - Un estudio de 2022 del Journal of Safety Research indicó que el 25% de las lesiones por escaleras estaban relacionadas con el hecho de no etiquetar o retirar las escaleras defectuosas, según las normas 1926.1053 de la OSHA.
 - CCOHS informó en 2023 de que los lugares de trabajo con programas documentados de inspección de escaleras redujeron los incidentes de caídas en un 20%, en consonancia con las directrices CSA Z11.
 - En un análisis de EHS Today de 2024 se descubrió que el 12% de las lesiones relacionadas con escaleras (aproximadamente 2.500 casos) estaban relacionadas con escaleras no inspeccionadas, lo que puede abordarse mediante comprobaciones conformes con la norma ANSI A14.
-

Ladder Inspection Fatality File

Worker Dies from Fall Due to Defective Ladder

In August 2024, a tragic incident occurred when an employee fell from a ladder and sustained fatal head injuries. The Occupational Safety and Health Administration (OSHA) reported that the employee was using a ladder that was defective, leading to the fall. The ladder's condition had not been properly inspected before use, and

the defects were not identified or addressed. As a result, the ladder failed during use, causing the employee to fall and suffer fatal injuries.

This incident underscores the critical importance of regular ladder inspections and maintenance. Employers are required to ensure that all ladders are in safe working condition and free from defects. Regular inspections can identify issues such as broken rungs, loose hardware, or structural weaknesses that could lead to accidents. Proper training for employees on how to inspect ladders and recognize potential hazards is also essential.

To prevent such tragedies, it's vital to implement a comprehensive ladder safety program that includes routine inspections, maintenance, and employee training. Ensuring that all ladders meet safety standards and are suitable for the intended task can significantly reduce the risk of falls and related injuries.

Source: [Osha.gov](https://www.osha.gov)

Ladder Inspection Fatality File – Spanish

Un Trabajador Muere por Caída Debida a una Escalera Defectuosa

En agosto de 2024, se produjo un trágico incidente cuando un empleado se cayó de una escalera y sufrió lesiones mortales en la cabeza. La Administración de Seguridad y Salud en el Trabajo (OSHA) informó de que el empleado estaba utilizando una escalera defectuosa, lo que provocó la caída. El estado de la escalera no se había inspeccionado adecuadamente antes de utilizarla, y los defectos no se identificaron ni se subsanaron. Como consecuencia,

la escalera falló durante su uso, provocando la caída del empleado y lesiones mortales.

Este incidente subraya la importancia crítica de las inspecciones y el mantenimiento periódicos de las escaleras. Los empresarios están obligados a garantizar que todas las escaleras se encuentren en condiciones de funcionamiento seguras y libres de defectos. Las inspecciones periódicas pueden detectar problemas como peldaños rotos, herrajes sueltos o deficiencias estructurales que podrían provocar accidentes. También es esencial que los empleados reciban una formación adecuada sobre cómo inspeccionar las escaleras y reconocer posibles peligros.

Para evitar este tipo de tragedias, es fundamental implantar un programa integral de seguridad de escaleras que incluya inspecciones rutinarias, mantenimiento y formación de los empleados. Asegurarse de que todas las escaleras cumplen las normas de seguridad y son adecuadas para la tarea prevista puede reducir significativamente el riesgo de caídas y lesiones relacionadas.

Fuente: [Osha.gov](https://www.osha.gov)

Ladder Inspection Picture This



This image demonstrates a highly unsafe ladder use scenario. One worker is standing on top of a closed step ladder that is not fully opened or locked, while another person is dangerously climbing over him. Additionally, a second ladder nearby is not being used but is also positioned unsafely. These behaviors violate basic ladder safety rules and present a high risk of falls and serious injury.

Proper ladder inspection includes checking for structural integrity—no cracks, bends, or missing parts—and ensuring all locks and spreaders are functioning. Workers should always set ladders on stable, level surfaces, open them fully, and never exceed the maximum weight limit. Climbing on the top rung or using a ladder in a closed position is never acceptable. Training and enforcement are essential to prevent ladder-related accidents.

Ladder Inspection Picture This – Spanish



Esta imagen muestra una situación muy insegura en el uso de una escalera. Un trabajador está de pie encima de una escalera de mano cerrada que no está completamente abierta o bloqueada, mientras que otra persona está trepando peligrosamente por encima de él. Además, una segunda escalera cercana no se está utilizando, pero también está colocada de forma insegura. Estos comportamientos infringen las normas básicas de seguridad de las escaleras y suponen un alto riesgo de caídas y lesiones graves.

Una inspección adecuada de la escalera incluye la comprobación de la integridad estructural -que no haya grietas, dobleces ni piezas

que falten- y la verificación del funcionamiento de todos los cierres y separadores. Los trabajadores deben colocar siempre las escaleras en superficies estables y niveladas, abrirlas completamente y no superar nunca el límite de peso máximo. Nunca es aceptable subirse al último peldaño o utilizar una escalera en posición cerrada. La formación y el cumplimiento de las normas son esenciales para prevenir los accidentes relacionados con las escaleras.