

Professional Boundaries and Safe Touch in Early Childhood Education Stats and Facts

FACTS

- Clear professional boundaries are a core component of child safeguarding.
- Children who experience predictable, respectful care are more likely to feel safe and confident.
- Inconsistent boundaries can create confusion about consent and personal space.
- Most boundary concerns arise from misunderstanding, not intent.
- Early discussion and clear policies reduce risk for children and educators.

STATS

- Safeguarding reviews consistently identify boundary clarity as a key protective factor.
- Organizations with clear safe-touch policies report fewer incidents and complaints.
- Training on consent and boundaries improves educator confidence and consistency.
- Visible, transparent care practices significantly reduce safeguarding concerns.
- In the United States, over 4 million child maltreatment referrals were made in 2022, involving approximately 7 million children, according to the U.S. Department of Health and Human Services.
- Canadian child welfare agencies investigate over 200,000 child maltreatment cases each year, according to the Public Health Agency of Canada.

Professional Boundaries and Safe Touch in Early Childhood Education Fatality File

Boundary Confusion Leads to Safeguarding Review

In a childcare program, an educator frequently allowed children to sit on their lap during group activities. While the intention was comfort, the practice was inconsistent with centre guidelines and varied between staff members.

A concern was raised by a colleague who noticed that some children appeared uncomfortable and that care interactions were not always visible. The organization conducted a review and reinforced clear expectations around safe touch, visibility, and consent.

No harm was found, but the incident highlighted how unclear boundaries can create risk and uncertainty even when intentions are positive.

Professional Boundaries and Safe Touch in Early Childhood Education Fatality File –

Spanish

La Confusión Sobre los Límites da Lugar a una Revisión de las Medidas de Protección

En un programa de cuidado infantil, un educador solía permitir que los niños se sentaran en su regazo durante las actividades grupales. Aunque la intención era que se sintieran cómodos, esta práctica no se ajustaba a las directrices del centro y variaba según el miembro del personal.

Un colega expresó su preocupación al notar que algunos niños parecían incómodos y que las interacciones de cuidado no siempre eran visibles. La organización llevó a cabo una revisión y reforzó las expectativas claras en torno al contacto seguro, la visibilidad y el consentimiento.

No se encontró ningún daño, pero el incidente puso de relieve cómo los límites poco claros pueden generar riesgo e incertidumbre, incluso cuando las intenciones son positivas.

Professional Boundaries and Safe Touch in Early Childhood Education Fatality File



The image shows an educator seated in a quiet corner with a child on their lap while other children and staff are out of view.

What's concerning is not the intention, but the lack of visibility and clarity. When touch happens in isolated spaces, it can create discomfort, confusion, or risk.

What should be avoided is providing physical comfort without clear boundaries or observation. The behaviour to model is offering comfort in visible areas, using verbal reassurance, or sitting beside a child instead of holding them.

Professional Boundaries and

Safe Touch in Early Childhood Education Fatality File – Spanish



La imagen muestra a un educador sentado en un rincón tranquilo con un niño en su regazo, mientras que los demás niños y el personal no aparecen en la imagen.

Lo preocupante no es la intención, sino la falta de visibilidad y claridad. Cuando el contacto físico ocurre en espacios aislados, puede generar incomodidad, confusión o riesgo.

Lo que se debe evitar es brindar consuelo físico sin límites claros o sin supervisión. El comportamiento que se debe modelar es ofrecer consuelo en áreas visibles, utilizando palabras de tranquilidad, o sentarse al lado de un niño en lugar de abrazarlo.

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest Risks Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Hotels, restaurants, and hospitality venues run on speed, service, and constant movement. Behind the scenes, hot kitchens, slippery floors, sharp tools, heavy carts, and repetitive housekeeping tasks create daily exposure to burns, cuts, strains, and falls. At the same time, guest areas must remain safe and hazard-free, because one oversight can injure a customer and damage the business.

WHAT'S THE DANGER

Hospitality environments move fast. Kitchens are hot and crowded, housekeeping teams work under time pressure, and guest areas must stay open and hazard-free at all times. When speed and service override awareness, injuries happen quickly.

Heat, Blades, and Slippery Floors

Commercial kitchens combine high temperatures, sharp knives, wet surfaces, and tight workspaces. Burns from ovens or hot oil, deep cuts from rushed prep, grease fires, and slips on oily floors are constant risks. Add heavy pots, broken glass, and pressurized equipment, and the margin for error gets even smaller.

The Physical Toll Behind the Scenes

Housekeeping and service roles involve lifting mattresses, pushing loaded carts, bending, kneeling, and working in awkward postures.

Over time, this leads to back injuries, shoulder strains, knee pain, repetitive motion injuries, and fatigue-related mistakes.

Guest Areas: Where Safety Meets Liability

Spills, loose carpets, dim lighting, unsecured cords, overcrowded spaces, or improperly stored cleaning chemicals can cause sudden injuries to guests and staff alike.

HOW TO PROTECT YOURSELF

In hospitality, you're protecting two groups at the same time: your team and your guests. The goal isn't just to avoid injury, it's to control risk while keeping service smooth and professional. Safety has to move with the pace of the job.

Stay in Control in the Kitchen

Kitchens demand speed, but controlled movement prevents most injuries.

- Announce "behind" or "hot" when moving through tight spaces
- Clean spills immediately and degrease floors regularly
- Keep pot handles turned inward
- Use proper gloves for heat and cut resistance
- Store knives safely, never loose in sinks

Know where extinguishers are and never leave cooking equipment unattended.

Protect Your Body in Housekeeping

Repetition is the real hazard. Lift mattresses with support, push carts instead of pulling, and avoid twisting while carrying loads. Adjust your stance, rotate tasks when possible, and stretch briefly between rooms. Early soreness is a warning, not something to ignore.

Make Guest Areas Actively Safe

Guests don't see hazards the way staff do. Scan lobbies, hallways, dining areas, and bathrooms as if you're seeing them for the first

time.

- Post clear wet-floor signs during cleaning
- Secure loose rugs, cords, and mats
- Keep exits and stairways clear
- Store chemicals away from public access
- Monitor lighting in walkways and parking areas

When Service Pressure Increases

Short staffing, peak dining hours, or event rushes increase risk fast. Slow your movements, not your awareness. Controlled actions prevent burns, strains, falls, and guest injuries.

FINAL WORD

In hospitality, safety is part of the service. When you stay aware, control your pace, and protect both your team and your guests, you prevent the kinds of injuries that disrupt operations and damage trust. A smooth shift isn't just about great service, it's about everyone leaving safely at the end of it.

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest Risks Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los hoteles, restaurantes y establecimientos hosteleros funcionan a base de rapidez, servicio y movimiento constante. Entre bastidores, las cocinas calientes, los suelos resbaladizos, las herramientas afiladas, los carritos pesados y las tareas repetitivas de limpieza crean una exposición diaria a quemaduras, cortes, esguinces y caídas. Al mismo tiempo, las zonas de huéspedes deben permanecer seguras y libres de peligros, ya que un descuido puede lesionar a un cliente y dañar el negocio.

CUÁL ES EL PELIGRO

Los entornos hoteleros se mueven rápidamente. Las cocinas son calurosas y están abarrotadas, los equipos de limpieza trabajan bajo presión y las zonas comunes deben permanecer abiertas y libres de peligros en todo momento. Cuando la velocidad y el servicio prevalecen sobre la precaución, las lesiones se producen rápidamente.

Calor, Cuchillos y Suelos Resbaladizos

Las cocinas industriales combinan altas temperaturas, cuchillos afilados, superficies mojadas y espacios de trabajo reducidos. Las quemaduras por hornos o aceite caliente, los cortes profundos por preparaciones apresuradas, los incendios por grasa y los resbalones en suelos aceitosos son riesgos constantes. Si a esto le sumamos ollas pesadas, cristales rotos y equipos a presión, el margen de error se reduce aún más.

El Desgaste Físico Detrás de los Escenarios

Las tareas de limpieza y servicio implican levantar colchones, empujar carros cargados, agacharse, arrodillarse y trabajar en posturas incómodas. Con el tiempo, esto provoca lesiones de espalda, distensiones de hombro, dolor de rodilla, lesiones por movimientos repetitivos y errores relacionados con la fatiga.

Áreas de Huéspedes: Donde la Seguridad se Une a La Responsabilidad

Los derrames, las alfombras sueltas, la iluminación tenue, los cables sin fijar, los espacios abarrotados o los productos químicos de limpieza almacenados de forma inadecuada pueden causar lesiones repentinas tanto a los huéspedes como al personal.

COMO PROTEGERSE

En el sector hotelero, proteges a dos grupos al mismo tiempo: tu equipo y tus huéspedes. El objetivo no es solo evitar lesiones, sino controlar los riesgos y mantener un servicio fluido y profesional. La seguridad debe adaptarse al ritmo del trabajo.

Mantén el Control en la Cocina

Las cocinas exigen rapidez, pero los movimientos controlados previenen la mayoría de las lesiones.

- Avisa con un «¡detrás!» o «¡caliente!» cuando te muevas por espacios reducidos.
- Limpia los derrames inmediatamente y desengrasa los suelos con regularidad.
- Mantén las asas de las ollas hacia dentro.
- Utiliza guantes adecuados resistentes al calor y a los cortes.
- Guarda los cuchillos de forma segura, nunca sueltos en los fregaderos.

Conoce dónde están los extintores y nunca dejes los electrodomésticos de cocina desatendidos.

Protege tu Cuerpo en las Tareas de Limpieza

La repetición es el verdadero peligro. Levanta los colchones con ayuda, empuja los carritos en lugar de tirar de ellos y evita girar el cuerpo mientras transportas cargas. Ajusta tu postura, alterna las tareas cuando sea posible y estira brevemente entre habitaciones. El dolor temprano es una advertencia, no algo que se deba ignorar.

Haz que las Zonas para Huéspedes Sean Seguras

Los huéspedes no ven los peligros como el personal. Revisa los vestíbulos, pasillos, comedores y baños como si los estuvieras viendo por primera vez.

- Pon señales claras de piso mojado durante la limpieza
- Asegura las alfombras, cables y tapetes sueltos
- Mantén despejadas las salidas y escaleras
- Guarda los productos químicos lejos del acceso público
- Controla la iluminación en los pasillos y áreas de estacionamiento

Cuando Aumenta la Carga de Trabajo

La falta de personal, las horas pico en el comedor o los eventos concurridos aumentan rápidamente el riesgo. Reduzca la velocidad de sus movimientos, no su atención. Las acciones controladas previenen quemaduras, esguinces, caídas y lesiones a los huéspedes.

CONCLUSIÓN

En el sector hotelero, la seguridad forma parte del servicio. Si permaneces alerta, controlas tu ritmo y proteges tanto a tu equipo como a tus huéspedes, evitarás el tipo de lesiones que perturban las operaciones y dañan la confianza. Un turno sin contratiempos no solo consiste en ofrecer un servicio excelente, sino también en que todo el mundo salga sano y salvo al final del mismo.

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest Risks Stats and Facts

FACTS

- **Grease & Wet Floors:** Spilled liquids, cooking oils, and dishwashing areas create slick surfaces that lead to sudden slips and hard-impact falls.
- **Burn & Scald Exposure:** Hot oil, steam, ovens, and heated equipment can cause severe burns during rushed food preparation or cleaning.
- **Knife & Blade Injuries:** Fast-paced cutting, slicing, and food prep increase the risk of deep lacerations and amputations.
- **Housekeeping Overexertion:** Repetitive bed-making, lifting mattresses, pushing carts, and awkward bathroom cleaning positions strain backs and shoulders.
- **Chemical Contact:** Cleaning agents and disinfectants can irritate skin, damage eyes, or create respiratory issues in poorly ventilated areas.
- **Crowded Service Areas:** Tight kitchen layouts and busy dining floors increase struck-by and collision risks between staff and guests.

STATS

- The Bureau of Labor Statistics reports that accommodation and food services record tens of thousands of injury cases annually, with cuts, burns, and slips leading the list (2022–2023).
- Slip, trip, and fall injuries account for over 25% of nonfatal injuries in U.S. hospitality workplaces.
- Hotel housekeepers experience musculoskeletal injury rates higher than the all-industry average, primarily due to

repetitive lifting and awkward postures (NIOSH studies).

- Burn injuries remain one of the most common kitchen-related workplace injuries in North America, with thousands reported annually (BLS).
 - In Canada, the hospitality sector reports thousands of lost-time claims each year, with slips, overexertion, and equipment contact among the top causes.
 - In Canada, housekeeping staff face high MSD risks from repetitive tasks, with low back pain prevalence up to 81% and neck/shoulder pain at 59% in surveys; hotel workers overall report injury rates 40-60% higher than other service sectors.
-

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest Risks Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Suelos Grasientos y Mojados:** los líquidos derramados, los aceites de cocina y las zonas de lavado de platos crean superficies resbaladizas que provocan resbalones repentinos y caídas con fuerte impacto.
2. **Exposición a Quemaduras y Escaldaduras:** el aceite caliente, el vapor, los hornos y los equipos calientes pueden causar quemaduras graves durante la preparación apresurada de alimentos o la limpieza.
3. **Lesiones con Cuchillos y Cuchillas:** cortar, rebanar y preparar alimentos a gran velocidad aumenta el riesgo de sufrir laceraciones profundas y amputaciones.
4. **Esfuerzo Excesivo en las Tareas de Limpieza:** hacer camas repetidamente, levantar colchones, empujar carros y adoptar

posturas incómodas para limpiar el baño provocan tensiones en la espalda y los hombros.

5. **Contacto con Productos Químicos:** los productos de limpieza y desinfectantes pueden irritar la piel, dañar los ojos o provocar problemas respiratorios en zonas mal ventiladas.
6. **Zonas de Servicio Abarrotadas:** las cocinas con poco espacio y los comedores concurridos aumentan el riesgo de golpes y colisiones entre el personal y los clientes.

ESTADÍSTICAS

- La Oficina de Estadísticas Laborales informa que los servicios de alojamiento y restauración registran decenas de miles de casos de lesiones al año, entre los que destacan los cortes, las quemaduras y los resbalones (2022-2023).
- Las lesiones por resbalones, tropiezos y caídas representan más del 25 % de las lesiones no mortales en los lugares de trabajo del sector hotelero de EE. UU.
- El personal de limpieza de los hoteles sufre una tasa de lesiones musculoesqueléticas superior a la media de todos los sectores, debido principalmente a la repetición de movimientos de levantamiento y a las posturas incómodas (estudios del NIOSH).
- Las quemaduras siguen siendo una de las lesiones laborales más comunes relacionadas con la cocina en Norteamérica, con miles de casos registrados cada año (BLS).
- En Canadá, el sector hotelero registra miles de reclamaciones por pérdida de tiempo cada año, siendo los resbalones, el esfuerzo excesivo y el contacto con el equipo algunas de las causas principales.
- En Canadá, el personal de limpieza se enfrenta a altos riesgos de TME debido a las tareas repetitivas, con una prevalencia de dolor lumbar de hasta el 81 % y de dolor de cuello/hombros del 59 % en las encuestas; los trabajadores hoteleros en general registran tasas de lesiones entre un 40 % y un 60 % más altas que otros sectores de servicios.

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest Risks Fatality File – Spanish

Una Empleada Sufre Quemaduras al Ser Afectada por una Olla Con Líquido Caliente

A las 10:15 p. m. del 2 de octubre de 2021, una empleada que trabajaba como cocinera de turno en la cocina del restaurante de un hotel estaba realizando sus tareas habituales de preparación de pedidos de comida. Al final de su turno, estaba limpiando su puesto de trabajo y guardando sus utensilios de cocina.

Un compañero de trabajo pasó cerca de la empleada con una olla de líquido caliente y perdió el control de la olla. La olla cayó al suelo y salpicó a la empleada. La empleada sufrió quemaduras y fue hospitalizada.

Fuente: <https://www.osha.gov>

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest

Risks Fatality File

Employee sustains burns when struck by pot of hot liquid

At 10:15 p.m. on October 2, 2021, an employee working as a Line Cook for a hotel restaurant kitchen was performing her routine duties preparing food orders. At the end of her shift she was cleaning her work station and putting her cooking tools away. A coworker walked by carrying a pot of hot liquid near the employee and lost control of the pot. The pot fell to the ground and splashed the employee. The employee sustained burns and was hospitalized.

Source: <https://www.osha.gov>

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest Risks Picture This



This image shows a busy commercial kitchen during peak dinner service. Steam rises from the cook line, fryers are active, and staff move quickly between prep tables and hot surfaces. A thin layer of water and grease has built up near the dish station, partially hidden under rubber floor mats that have shifted out of place. A server rushes through the narrow walkway carrying two plates while a line cook turns with a pot of boiling liquid. In high-pressure kitchen environments, small housekeeping issues quickly become major hazards.

A single slip on a greasy surface can send hot oil, boiling water, or sharp tools into someone's path. Poor mat placement, cluttered aisles, and rushed cleanup increase the risk of burns, falls, strains, and guest exposure to hazards. Maintain dry, slip-resistant floors, secure mats properly, keep walkways clear, enforce safe carrying procedures, and never delay spill cleanup during service. In hospitality, safety in the kitchen protects both workers and the guests who depend on them.

Hospitality: Kitchen Safety, Housekeeping Strains and Guest Risks Picture This – Spanish



Esta imagen muestra una cocina comercial muy concurrida durante la hora punta del servicio de cena. El vapor se eleva desde la línea de cocción, las freidoras están en funcionamiento y el personal se mueve rápidamente entre las mesas de preparación y las superficies calientes. Se ha acumulado una fina capa de agua y grasa cerca de la estación de lavado de platos, parcialmente oculta bajo las alfombrillas de goma que se han desplazado de su sitio. Un camarero se apresura por el estrecho pasillo llevando dos platos, mientras un cocinero se gira con una olla de líquido hirviendo. En entornos de cocina de alta presión, los pequeños problemas de limpieza se convierten rápidamente en grandes peligros.

Un simple resbalón en una superficie grasienta puede hacer que aceite caliente, agua hirviendo o herramientas afiladas salgan disparadas hacia alguien. La mala colocación de las alfombrillas, los pasillos abarrotados y la limpieza apresurada aumentan el riesgo de quemaduras, caídas, esguinces y exposición de los clientes a peligros. Mantén los suelos secos y antideslizantes,

fija las alfombrillas correctamente, mantén los pasillos despejados, aplica procedimientos de transporte seguros y nunca retrases la limpieza de derrames durante el servicio. En la hostelería, la seguridad en la cocina protege tanto a los trabajadores como a los clientes que dependen de ellos.

Air Emissions Management

Course Description

This course will cover why air emissions management matters. Unlike a machine accident that happens in an instant, emissions often slip under the radar. They accumulate gradually, but their impacts – on health, the environment, and compliance – are huge.

Air Emissions Management – Spanish

Course Description

This course will cover why air emissions management matters. Unlike a machine accident that happens in an instant, emissions often slip under the radar. They accumulate gradually, but their impacts – on health, the environment, and compliance – are huge.
(Spanish Version)

Courier & Delivery Services: On-the-Road + Load-Handling Hazards Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Courier and delivery work isn't just driving from point A to point B. It's tight schedules, constant stops, lifting packages in and out of vehicles, and navigating traffic, weather, stairs, and unfamiliar properties all day long. One quick decision behind the wheel or one awkward lift at a doorstep can lead to a crash, a serious strain, or a fall. Meeting delivery times matters but getting home safe at the end of the route matters more.

WHAT'S THE DANGER

Delivery work blends driving risk with physical strain, and the transition between the two happens dozens of times a day. You're on the road one minute, lifting and climbing steps the next. That constant shift increases the chance of mistakes.

On-the-Road Risk

- Heavy traffic and sudden stops –Vehicles can brake abruptly, pedestrians may step out unexpectedly, and intersections create constant conflict points where collisions happen fast.
- Large vehicle blind spots –Cyclists, pedestrians, and smaller vehicles can disappear during lane changes, turns, or reversing.
- Fatigue over long routes – Repeated stops, long hours, and mental strain reduce reaction time and decision-making, especially late in the shift.

- Autopilot driving on familiar routes – When drivers know the streets well, they may become less alert, increasing the risk of missing traffic signals, hazards, or sudden changes.

Load-Handling Hazards

Packages aren't always light or evenly balanced. Repeated lifting, twisting in tight cargo spaces, or carrying loads upstairs strains the back, shoulders, and knees. Over time, that repetition leads to chronic pain and sudden muscle injuries.

The Pressure Factor

Tight delivery windows increase rushing. Rushing leads to missed hazards, improper lifting technique, skipping vehicle checks, and stepping out into traffic without fully scanning.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Courier and delivery work is about managing two risks at once driving safely and handling loads properly. The key is staying deliberate, even when the schedule feels tight.

Drive Like You Expect the Unexpected

Plan your route before moving and give yourself extra space in traffic. Slow down at intersections, check mirrors constantly, and avoid rushing between stops. Familiar streets still deserve full attention.

- Keep safe following distance, especially in city traffic
- Scan intersections twice before moving
- Avoid distractions inside the cab
- Park in safe, visible areas whenever possible

Lift Smart, Not Fast

Every package doesn't look heavy, but repetition is what causes injury. Face the load, keep it close to your body, bend at the knees, and avoid twisting while lifting or carrying.

- Test the weight before fully lifting

- Use carts or dollies for bulky or heavy items
- Make multiple trips instead of overloading
- Watch footing on stairs, wet driveways, or uneven ground

Control the Transition Moments

Most injuries happen getting in or out of the vehicle. Slow down when stepping into traffic, check blind spots, and use three points of contact when climbing in or out.

When the Schedule Feels Tight

Rushing increases mistakes. It's better to lose a minute than lose control of the vehicle or strain your back. In delivery work, controlled movement prevents crashes and injuries.

FINAL WORD

Courier and delivery work may move fast, but safety depends on slowing down at the right moments. Drive alert, lift smart, and never let the schedule push you into shortcuts because finishing the route safely is always more important than finishing it quickly.

Courier & Delivery Services: On-the-Road + Load-Handling

Hazards Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El trabajo de mensajería y reparto no consiste solo en conducir del punto A al punto B. Implica horarios ajustados, paradas constantes, subir y bajar paquetes de los vehículos y lidiar con el tráfico, las condiciones meteorológicas, las escaleras y propiedades desconocidas durante todo el día. Una decisión rápida al volante o un movimiento torpe al levantar un paquete en la puerta de una casa pueden provocar un accidente, una lesión grave o una caída. Cumplir con los plazos de entrega es importante, pero llegar a casa sano y salvo al final de la ruta lo es aún más.

CUÁL ES EL PELIGRO

El trabajo de reparto combina el riesgo de conducir con el esfuerzo físico, y la transición entre ambos se produce decenas de veces al día. En un momento estás en la carretera y al siguiente estás levantando peso y subiendo escaleras. Ese cambio constante aumenta la posibilidad de cometer errores.

Riesgos en la Carretera

- Tráfico intenso y frenadas bruscas: Los vehículos pueden frenar bruscamente, los peatones pueden salir inesperadamente y las intersecciones crean puntos de conflicto constantes donde se producen colisiones rápidamente.
- Puntos ciegos de los vehículos grandes: los ciclistas, los peatones y los vehículos más pequeños pueden desaparecer durante los cambios de carril, los giros o las maniobras de marcha atrás.
- Fatiga en rutas largas: las paradas repetidas, las largas jornadas y la tensión mental reducen el tiempo de reacción y la capacidad de toma de decisiones, especialmente al final del turno.

- Conducción autopilotada en rutas familiares: cuando los conductores conocen bien las calles, pueden estar menos alerta, lo que aumenta el riesgo de no ver las señales de tráfico, los peligros o los cambios repentinos.

Peligros Relacionados con la Manipulación de Cargas

Los paquetes no siempre son ligeros ni están equilibrados. Levantar peso repetidamente, girar en espacios reducidos o subir cargas por escaleras supone un esfuerzo para la espalda, los hombros y las rodillas. Con el tiempo, esa repetición provoca dolor crónico y lesiones musculares repentinas.

El Factor Presión

Los plazos de entrega ajustados aumentan las prisas. Las prisas provocan que se pasen por alto peligros, se utilicen técnicas de levantamiento inadecuadas, se omitan revisiones del vehículo y se salga al tráfico sin mirar bien.

COMO PROTEGERSE

El trabajo de mensajería y reparto consiste en gestionar dos riesgos a la vez: conducir con seguridad y manipular las cargas correctamente. La clave es actuar con prudencia, incluso cuando el horario parece apretado.

Conduce como si Esperaras lo Inesperado

Planifica tu ruta antes de salir y deja un margen adicional en el tráfico. Reduce la velocidad en los cruces, revisa constantemente los espejos y evita correr entre paradas. Las calles conocidas también merecen toda tu atención.

- Mantenga una distancia de seguridad, especialmente en el tráfico urbano.
- Observe dos veces las intersecciones antes de avanzar.
- Evite las distracciones dentro de la cabina.
- Estacione en áreas seguras y visibles siempre que sea posible.

Levante con Inteligencia, no con Rapidez.

No todos los paquetes parecen pesados, pero la repetición es lo que causa lesiones. Colóquese frente a la carga, manténgala cerca de su cuerpo, doble las rodillas y evite girar mientras la levanta o la transporta.

- Pruebe el peso antes de levantar completamente.
- Utilice carritos o plataformas rodantes para artículos voluminosos o pesados.
- Haga varios viajes en lugar de sobrecargar.
- Tenga cuidado al caminar por escaleras, entradas mojadas o terrenos irregulares.

Controle los Momentos de transición.

La mayoría de las lesiones ocurren al entrar o salir del vehículo. Reduzca la velocidad al entrar en el tráfico, revise los puntos ciegos y utilice tres puntos de contacto al subir o bajar.

Cuando el Horario es Apretado

Las prisas aumentan los errores. Es mejor perder un minuto que perder el control del vehículo o forzar la espalda. En el trabajo de reparto, los movimientos controlados evitan accidentes y lesiones.

CONCLUSIÓN

El trabajo de mensajería y reparto puede ser muy dinámico, pero la seguridad depende de reducir la velocidad en los momentos adecuados. Conduzca con precaución, levanta objetos con cuidado y nunca dejes que el horario te empuje a tomar atajos, ya que terminar la ruta de forma segura siempre es más importante que terminarla rápidamente.

Courier & Delivery Services: On-the-Road + Load-Handling Hazards Stats and Facts

FAITS

1. **Risque de Collision Arrière** : Les arrêts fréquents, les délais de livraison serrés et la congestion urbaine augmentent le risque d'être percuté par l'arrière.
2. **Risque lié à la Distraction au Volant** : L'utilisation du GPS, les communications avec la centrale et le scan des colis réduisent l'attention visuelle et cognitive sur la route.
3. **Fatigue et Longues Journées de Travail** : Les itinéraires prolongés et la demande en période de pointe réduisent la vigilance, augmentant les délais de réaction et le risque d'accident.
4. **Risques Liés Aux Hayons Élévateurs et aux Rampes** : les rampes glissantes et les hayons élévateurs en mouvement créent des risques de chute et d'écrasement pendant le chargement et le déchargement.
5. **Blessures Dues à un Effort Excessif** : le fait de soulever à plusieurs reprises des colis du sol à hauteur d'épaule sollicite le dos, les épaules et les poignets.
6. **Surfaces de Livraison Inégales** : les marches, les bordures, les allées en gravier et les trottoirs verglacés augmentent les risques de glissade et de trébuchement pendant la livraison du dernier kilomètre.

STATISTIQUES

- Les accidents de transport sont la principale cause de décès au travail aux États-Unis, représentant près de 40 % des décès de travailleurs, selon le Bureau of Labor Statistics (2022).
- Les États-Unis ont enregistré plus de 1 300 décès liés au travail sur les routes en 2022, dont beaucoup impliquaient des chauffeurs-livreurs et des chauffeurs professionnels (BLS).
- La National Highway Traffic Safety Administration rapporte que la distraction au volant a contribué à 3 308 décès sur les routes américaines en 2022.
- Au Canada, les transports et l'entreposage restent parmi les secteurs les plus touchés par les accidents mortels traumatiques sur le lieu de travail, selon le Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail.
- Au Canada, les secteurs du transport et de l'entreposage (y compris la livraison) ont enregistré un nombre élevé de demandes d'indemnisation pour perte de temps, les glissades, trébuchements et chutes représentant 20 à 25 % des blessures, et les troubles musculo-squelettiques et les efforts excessifs étant particulièrement fréquents (2020-2024).

**Courier & Delivery Services:
On-the-Road + Load-Handling
Hazards Stats and Facts –
Spanish**

HECHOS

1. **Riesgo de Colisión por Alcance:** Las paradas frecuentes, los plazos de entrega ajustados y la congestión urbana aumentan la probabilidad de sufrir un choque por alcance.
2. **Exposición a Distracciones al Volante:** El uso del GPS, las comunicaciones con la central y el escaneo de paquetes reducen la atención visual y cognitiva en la carretera.
3. **Fatiga y Turnos Largos:** Las rutas prolongadas y la demanda en temporada alta reducen el estado de alerta, lo que aumenta los retrasos en la reacción y la probabilidad de sufrir un accidente.
4. **Peligros de las Rampas y las Puertas Elevadoras:** Las rampas resbaladizas y las puertas elevadoras en movimiento crean riesgos de caídas y aplastamientos durante la carga y descarga.
5. **Lesiones por Esfuerzo Excesivo:** Levantar repetidamente paquetes desde el suelo hasta la altura de los hombros tensiona la espalda, los hombros y las muñecas.
6. **Superficies de Entrega Irregulares:** Los escalones, los bordillos, las entradas de grava y las aceras heladas aumentan el riesgo de resbalones y tropiezos durante la entrega en la última milla.

ESTADÍSTICAS

- Los accidentes de transporte son la principal causa de muertes laborales en Estados Unidos, representando casi el 40 % de las muertes de trabajadores, según la Oficina de Estadísticas Laborales (2022).
- Estados Unidos registró más de 1300 muertes en carretera relacionadas con el trabajo en 2022, muchas de ellas de repartidores y conductores comerciales (BLS).
- La Administración Nacional de Seguridad Vial informa de que la conducción distraída contribuyó a 3308 muertes por accidentes de tráfico en Estados Unidos en 2022.
- En Canadá, el transporte y el almacenamiento siguen siendo uno de los sectores con más muertes traumáticas en el lugar

de trabajo, según resume el Centro Canadiense de Salud y Seguridad en el Trabajo.

- En Canadá, los sectores del transporte y el almacenamiento (incluido el reparto) registraron un elevado número de reclamaciones por pérdida de tiempo, con resbalones, tropiezos y caídas que representaron entre el 20 % y el 25 % de las lesiones, y con una gran incidencia de trastornos musculoesqueléticos y sobreesfuerzo (2020-2024).
-

Courier & Delivery Services: On-the-Road + Load-Handling Hazards Fatality File

Worker is killed when crushed between loading dock and backing

At 4:30 a.m. on March 4, 2022, an employee was working as a traffic, shipping, and receiving clerk for a courier and express delivery service. He was a dock manager. He was standing on the ground in front of loading dock number 86 at his work site. A trailer was pulled in a few feet away from the edge of the loading dock. One end of a roller conveyor was still inside the truck. The driver of the truck backed the trailer up against the dock to make it easier to retract the conveyor into the warehouse dock. The employee, on the ground outside the dock, was pinned between the back of the trailer and the edge of the loading dock. His vital internal organs were crushed. He was killed.

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

Courier & Delivery Services: On-the-Road + Load-Handling Hazards Fatality File – Spanish

Un Trabajador Muere Aplastado entre el Muelle de Carga y un Vehículo que daba Marcha Atrás

A las 4:30 a. m. del 4 de marzo de 2022, un empleado trabajaba como encargado de tráfico, envíos y recepciones para un servicio de mensajería y paquetería urgente. Era el responsable del muelle. Estaba de pie en el suelo, delante del muelle de carga número 86 de su lugar de trabajo. Un remolque se detuvo a pocos metros del borde del muelle de carga. Un extremo de una cinta transportadora de rodillos aún se encontraba dentro del camión. El conductor del camión retrocedió el remolque contra el muelle para facilitar la retirada de la cinta transportadora al muelle del almacén. El empleado, que se encontraba en el suelo fuera del muelle, quedó atrapado entre la parte trasera del remolque y el borde del muelle de carga. Sus órganos vitales internos quedaron aplastados. Murió.

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

Courier & Delivery Services:

On-the-Road + Load-Handling Hazards Picture This – Spanish



Esta imagen muestra a un repartidor en la parte trasera de un camión caja durante una ruta matutina. La zona de carga está parcialmente descargada y varios paquetes grandes se encuentran cerca del borde de la puerta elevadora. El conductor da un paso atrás mientras tira de un paquete pesado hacia él, sin darse cuenta de que la plataforma elevadora no está completamente nivelada con el muelle. El tráfico pasa a solo unos metros de distancia y otro vehículo está dando marcha atrás en el muelle de carga adyacente. En el trabajo de mensajería, la transición entre la conducción y la manipulación de la carga es donde el riesgo suele aumentar.

Un solo paso en falso puede hacer que un trabajador caiga de la puerta elevadora o quede atrapado bajo la carga en movimiento. Los vehículos que dan marcha atrás, los puntos ciegos, las cargas

inestables y los horarios apurados aumentan el peligro. Las lesiones por levantamientos incómodos, los dedos aplastados por las puertas enrollables y los golpes en muelles concurridos son peligros constantes. Asegure las cargas antes de moverlas, mantenga una comunicación clara durante el posicionamiento del vehículo, utilice técnicas y equipos de elevación adecuados y nunca se precipite en las transiciones entre la carretera y el muelle. En el trabajo de reparto, la tarea no consiste solo en conducir, sino en gestionar el riesgo cada vez que las ruedas dejan de girar.

Courier & Delivery Services: On-the-Road + Load-Handling Hazards Picture This



This image shows a delivery driver at the rear of a box truck during an early morning route. The cargo area is partially unloaded, and several large packages sit near the edge of the liftgate. The driver steps backward while pulling a heavy parcel toward him, unaware that the lift platform is not fully level with the dock. Traffic passes only a few feet away, and another vehicle is reversing into the adjacent loading bay. In courier work, the transition between driving and load handling is where risk often spikes.

A single misstep can send a worker off the liftgate or under shifting freight. Backing vehicles, blind spots, unstable loads, and rushed schedules increase the danger. Strains from awkward lifting, crushed fingers from roll-up doors, and struck-by incidents at busy docks are constant hazards. Secure loads before movement, maintain clear communication during vehicle positioning, use proper lifting techniques and equipment, and never rush transitions between road and dock. In delivery work, the job isn't just driving – it's managing risk every time the wheels stop turning.

Personal Fall Arrest Systems (PFAS)

Course Description

This course will dive into how PFAS works, why it matters, and how you can make sure it's protecting you—not just hanging off your back.

Personal Fall Arrest Systems (PFAS) – Spanish

Course Description

This course will dive into how PFAS works, why it matters, and how you can make sure it's protecting you—not just hanging off your back. (Spanish Version)