



Weekly Safety Meetings

Safety Training for the Construction Industry

© 2010 Safety Meeting Outlines, Inc.

Standard
Subscription

COMPANY NAME: _____

Volume 33 Issue 14 April 5, 2010

Concientización de la seguridad en las zonas de trabajo

(Work Zone Safety Awareness)

Cada mes de abril, la Administración Federal de Caminos (FHWA) organiza eventos para informarle al público acerca de la seguridad en las zonas de trabajo. La Semana Nacional de la Concientización de la Seguridad en las Zonas de Trabajo de este año se llevará a cabo del 19 al 23 de abril. La meta de la campaña nacional es reducir las muertes y lesiones que suceden en las zonas de trabajo.

Son comunes los accidentes de transporte en las zonas de trabajo. Durante el transcurso de su carrera profesional tal vez haya visto uno o más de los siguientes incidentes: un accidente automovilístico, un trabajador golpeado por un vehículo en movimiento, un encargado de la señalización brincando para protegerse, o una máquina pavimentadora dañada por un conductor. El público automovilístico considera a las zonas de trabajo como una molestia que los hace reducir su velocidad y los hace llegar tarde. Muchos conductores no ponen atención en la carretera y pueden estar enviando mensajes de texto, haciendo llamadas telefónicas, bebiendo café, comiendo, o simplemente tratando de pasar rápidamente por la zona de trabajo. Su seguridad y la seguridad de sus compañeros de trabajo siempre está en peligro cuando usted está trabajando expuesto al tráfico vehicular.

Cuando usted esté en una zona de trabajo, siempre debe de estar pendiente de lo inesperado y nunca suponer que los conductores lo ven. Evite que los conductores encuentren cambios repentinos o condiciones de manejo inesperadas. Durante su trabajo, tenga cuidado y ponga mucha atención en el tráfico en movimiento. Si usted tiene que trabajar con su espalda al tráfico, asegúrese que usted y su avisador/vigilante puedan comunicarse claramente entre sí. Si usted está trabajando como encargado de la señalización, párese a un costado del camino; nunca se pare en un carril si hay tráfico en movimiento. Siempre use prendas de alta visibilidad para que todos lo puedan ver.

Luego, cuando es hora de ir a casa y usted sea el conductor manejando por una zona de trabajo, asegúrese seguir los consejos de seguridad al manejar en una zona de trabajo:

- **Manténgase alerta:** Ponga toda su atención en el camino y esté consciente de sus alrededores.
- **Ponga atención:** Los letreros y los encargados de la señalización salvan vidas.
- **Encienda sus faros:** Los trabajadores y otros automovilistas necesitan poder verlo.
- **No siga muy de cerca al vehículo enfrente de usted, ni exceda la velocidad señalada:** Deje suficiente espacio entre su vehículo y el carro enfrente de usted. Observe los límites de velocidad señalados en y alrededor de la zona de trabajo.
- **Mantenga su velocidad a la par del tráfico:** No cambie de carriles en la zona de trabajo.
- **Reduzca al mínimo las distracciones:** Evite cambiar de estaciones de radio o usar su aparato móvil de comunicación al manejar en una zona de trabajo.
- **Espere lo inesperado:** Esté pendiente de los trabajadores y su equipo. Esté preparado para reaccionar rápidamente.
- **Sea paciente:** Recuerde que el propósito del trabajo que se está haciendo deberá facilitar el tránsito en el futuro.

Si es posible, evite las zonas de trabajo al encontrar una ruta alterna.

.....
SAFETY REMINDER
.....

Esté pendiente siempre que su trabajo lo obligue a trabajar en una calle o en la carretera.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

S.A.F.E. CARDS* PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED MSDS #

SUBJECT:

MEETING DOCUMENTATION

JOB NAME:

MEETING DATE:

SUPERVISOR:

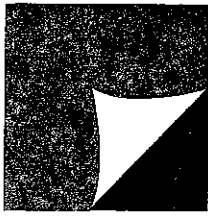
ATTENDEES:

These instructions do not supersede local, state, or federal regulations.

SAFETY MEETING OUTLINES, INC.

PO Box 700
Frankfort, IL 60423

815-464-0200
www.safetymeetingoutlines.com



Weekly Safety Meetings

Safety Training for the Construction Industry

© 2010 Safety Meeting Outlines, Inc.

Standard
Subscription

COMPANY NAME: _____

Volume 33 Issue 15 April 12, 2010

Los solventes

(Solvents)

Un solvente es una sustancia usada para disolver o diluir otra sustancia. El solvente más común es el agua. En la construcción, usamos solventes para limpiar y desengrasar; pueden formar parte de pegamentos y lubricantes; son usados en pinturas, revestimientos, y selladores. Muchas sustancias en la obra sólo pueden diluirse o limpiarse con sustancias químicas tóxicas que también pueden disolver otras sustancias como la piel. Los solventes presentan muchos peligros a las personas quienes los usan o trabajan cerca de ellos.

Los solventes pueden entrar a su cuerpo de tres maneras diferentes:

- 1. Inhalación.** Muchos solventes se evaporan rápidamente. Si usted inhala los vapores, gases, o emanaciones en el aire, éstos pueden entrar a su torrente sanguíneo.
- 2. Ingestión.** Si usted no sigue buenas prácticas de higiene al trabajar con solventes, podrá ingerirlos al comer, beber, o fumar con las manos contaminadas.
- 3. Absorción a través de la piel.** Los solventes también pueden entrar a su cuerpo directamente a través de su piel, cuando usted entra en contacto con ellos.

Los efectos de los solventes sobre la salud dependen del tipo de solvente, la duración y el tipo de exposición, así como la cantidad del solvente que entra a su cuerpo. Pero tome en cuenta que una sola exposición puede ser fatal. Las exposiciones pueden resultar en problemas agudos (problemas inmediatos o a corto plazo) tales como náuseas, dolores de cabeza, somnolencia, mareos, y piel seca o agrietada. Las exposiciones también pueden causar problemas crónicos (a largo plazo) tales como el cáncer, trastornos cerebrales y del sistema nervioso, daños al hígado, daños al riñón, e infertilidad.

Protéjase de los peligros de los solventes al:

- Saber cuáles sustancias químicas está usando.
- Leer la Hoja de Información de Seguridad del Material cuidadosamente antes de iniciar su trabajo.
- Conocer los efectos sobre la salud de las sustancias con las que trabaja.
- Saber qué hacer en caso de un derrame.
- Substituir productos menos peligrosos que los solventes dañinos que usa.
- Poner y usar el equipo de protección personal correcto. Ésto puede incluir prendas protectoras de vestir, guantes, protección para los ojos, botas, y protección de las vías respiratorias.
- Asegurar que su área de trabajo cuente con muy buena ventilación y aire limpio y fresco.
- Evitar que un solvente entre en contacto con su piel.
- Practicar la buena higiene después de trabajar con un solvente.
- Almacenar los solventes como lo indiquen sus Hojas MSDSs.
- Asegurarse que los solventes estén debidamente etiquetados.
- Saber cómo desechar una sustancia química en forma segura.

SAFETY REMINDER

Si sus ojos entran en contacto con un solvente, enjuáguelos con agua durante por lo menos 15 minutos y consiga atención médica tan pronto como sea posible.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

S.A.F.E. CARDS® PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED MSDS # _____ SUBJECT: _____

MEETING DOCUMENTATION

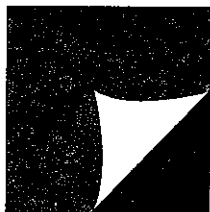
JOB NAME: _____

MEETING DATE: _____

SUPERVISOR: _____

ATTENDEES: _____

These instructions do not supersede local, state, or federal regulations.



Weekly Safety Meetings

Safety Training for the Construction Industry

© 2010 SafetyMeetingOutlines, Inc.

Standard
Subscription

COMPANY NAME: _____

Volume 33 Issue 16 April 19, 2010

Protección para los ojos

(Eye Protection)

El aserrín, el polvo de cemento, los fragmentos de metal; ninguna de estas cosas parecen ser especialmente peligrosas, pero si alguna de estas partículas entra en sus ojos, usted puede sentir irritación, dolores graves, lesión, o—en el peor de los casos—usted puede hasta quedarse ciego. Como trabajador de la construcción, usted siempre debe usar protección para los ojos. Cada día más de 2,000 trabajadores sufren lesiones de los ojos relacionadas con el trabajo que requieren de tratamiento médico. Muchas de esas lesiones a los ojos suceden en obras como ésta.

Una de las primeras cosas que usted debe hacer todos los días es evaluar los peligros del trabajo que estará haciendo. Esto le ayudará a seleccionar la protección para los ojos correcta y necesaria. La mayoría de los empleadores requerirán que usted use lentes de seguridad en la obra en todo momento. Sin embargo, algunas de sus tareas podrán requerir protección adicional como gafas de seguridad, caretas faciales, o una combinación de éstas.

Los **lentes de seguridad** son diseñados para protegerlo de los peligros de impacto tales como los fragmentos lanzados al aire, desportilladuras, y partículas grandes.

Las **gafas de seguridad** son diseñadas para ajustarse a la cara alrededor de los ojos y formar un sello protector alrededor de los ojos. Evitan que los objetos o salpicaduras de productos químicos entren por debajo o alrededor de las gafas de seguridad.

Las **caretas y gafas para soldar** están diseñadas para filtrar la energía radiante y proteger sus ojos de la escoria caliente.

Cada diferente tipo de equipo para la protección de los ojos y cara es diseñado para un peligro en particular. Al seleccionar su protección para los ojos y la cara, asegúrese de considerar

los tipos y grados de peligros a los cuales usted se estará enfrentando.

A continuación encontrará una lista de los peligros y una forma recomendada de protección para los ojos y la cara para cada uno de los peligros:

- **Taladrado aéreo** (peligro de impacto): use lentes de seguridad y considere una careta facial.
- **Aplicación del compuesto para curado** (peligro químico): use lentes de seguridad o gafas de seguridad para productos químicos o ambos.
- **Operación de una sierra circular** (peligro de impacto): use lentes de seguridad.
- **Uso de una hidrolavadora** (peligros de partículas y productos químicos): use lentes de seguridad y careta facial.
- **Uso de un soplete de corte** (radiación óptica y peligro de partículas): use gafas de corte y soldador.
- **Soldado de tubos de acero** (radiación óptica): use lentes de seguridad y una careta para soldar.

Asegúrese siempre que la protección para los ojos y cara que usted escoja le queda cómoda. La principal razón para los trabajadores de la construcción de no usar su protección para los ojos, es porque dicen que es muy incómoda. La sencilla solución a esta queja es seleccionar protección para la cara y para los ojos que tenga un buen ajuste para que la use y para que proteja su vista.

SAFETY REMINDER

Los lentes de seguridad solamente sirven cuando usted los usa. No le protegen los ojos cuando los lleva colgados del cuello, cuando están sobre el tablero de su camioneta, u olvidados en su caja de herramientas.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

S.A.F.E. CARDS* PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED MSDS #

SUBJECT:

MEETING DOCUMENTATION

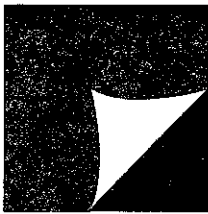
JOB NAME:

MEETING DATE:

SUPERVISOR:

ATTENDEES:

These instructions do not supersede local, state, or federal regulations.



Weekly Safety Meetings

Safety Training for the Construction Industry

© 2010 Safety Meetings Outlines, Inc.

Standard
Subscription

COMPANY NAME: _____

Volume 33 Issue 17 April 26, 2010

Las plataformas aéreas

(Aerial Lifts)

Si usted ve las noticias, es probable que durante los últimos años haya visto un aumento en el número de muertes que involucran a las plataformas aéreas. Uno de estos notorios casos sucedió en el centro de la ciudad de Boston el año pasado cuando una plataforma perdió su estabilidad y se cayó sobre un mercado de libros al aire libre. Un trabajador murió y otro se lastimó; ninguno de los compradores resultó lesionado. Otro accidente sucedió en la ciudad de Filadelfia: una plataforma se cayó, murió un trabajador, y se lesionaron algunas personas que pasaban por el área. Estos dos incidentes son en adición a las muchas plataformas aéreas que entran en contacto con los cables activados de electricidad.

Las causas más comunes de muertes debido a las plataformas aéreas son las volcaduras, colapsos, electrocuciones, y caídas. **Piense siempre en los siguientes consejos de seguridad cada vez que opere una plataforma aérea:**

- Nunca opere una plataforma a menos que usted tenga el debido entrenamiento y sea un operador con experiencia.
- Lleve a cabo una inspección detallada de la máquina todos los días antes de iniciar su trabajo.
- Revise todos los controles superiores e inferiores antes de elevar la plataforma.
- Asegúrese que todas las llantas estén en buenas condiciones y debidamente infladas.
- Establezca zonas de exclusión para evitar que los trabajadores y personal ajeno se pare, camine, o trabaje debajo de la plataforma.
- Coloque la plataforma sobre una superficie nivelada y estable.

- Si la plataforma cuenta con estabilizadores o llantas extensibles, úselos para aumentar la estabilidad de la plataforma.
- Ponga los frenos y use calzas en las llantas al trabajar sobre una inclinación.
- Use un arnés corporal con una cuerda de sujeción sujeta al aguilón o canasto para que usted no sea expulsado accidentalmente o jalado del canasto.
- Siga siempre las instrucciones del fabricante al mover o conducir una plataforma.
- ¡Esté atento! Mantenga siempre su atención en el sentido hacia donde se dirige.
- Busque y evite los cables de electricidad aéreos.
- Limpie cualquier depósito de aceite, lodo, grasa, nieve, o hielo de su calzado y de la cubierta de la plataforma.
- No se siente ni se pare sobre los largueros intermedios o superiores del canasto. Mantenga sus pies firmemente plantados en la cubierta de la plataforma aérea.
- Nunca se coloque entre el larguero de un canasto y los peligros aéreos como viguetas o vigas.
- Nunca pase por alto los dispositivos de seguridad hidráulicos, mecánicos, o eléctricos.
- Nunca inhabilite el interruptor de pedal.
- No coloque cargas pesadas o materiales sueltos sobre una plataforma aérea.
- Nunca supere los límites de carga del fabricante para el equipo.

SAFETY REMINDER

No opere una plataforma si faltan las placas con las instrucciones.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

S.A.F.E. CARDS® PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED MSDS #

SUBJECT:

MEETING DOCUMENTATION

JOB NAME: _____

MEETING DATE: _____

SUPERVISOR: _____

ATTENDEES: _____

These instructions do not supersede local, state, or federal regulations.

SAFETY MEETING OUTLINES, INC.

PO Box 700
Frankfort, IL 60423

815-464-0200
www.safetymeetingoutlines.com