

Manual de Seguridad del Empleado

UNA GUÍA PARA SU SEGURIDAD PERSONAL

Prevención de lesiones

Información sobre lesiones

Información sobre riesgos de seguridad e inquietudes

Reglas de salud general y seguridad

Código de prácticas laborales seguras

Información del contacto de seguridad

COMPROMISO DE SEGURIDAD

Estamos comprometidos en ayudar a los clientes a desarrollar, implementar y mantener un ambiente laboral seguro y adecuado para todos los empleados, personal administrativo, contratistas y visitantes. Nos esforzamos en proporcionar condiciones laborales seguras y adecuadas, y educar a los empleados a utilizar prácticas laborales seguras en todo momento. El cumplimiento con las regulaciones estatales y federales de seguridad se considera como la norma mínima para la seguridad y bienestar. Subrayando en la integración de medidas de salud y seguridad en todas las tareas laborales con nuestros clientes (“empleador en el lugar de trabajo” o “empleador”) para que la prevención de accidentes, salud y el desempeño laboral de calidad se vuelva parte del sistema administrativo de cada cliente.

Este manual es una guía para su seguridad personal y abarcará los temas siguientes:

- La responsabilidad de seguridad del empleado
- La administración de seguridad del empleado
- Prevención de lesiones
- Información sobre lesiones
- Información sobre riesgos de seguridad e inquietudes
- Reglas de salud general y seguridad
- Código de prácticas laborales seguras
- Información del contacto sobre seguridad

RESPONSABILIDAD DEL EMPLEADO

Se espera que todos los empleados cumplan con todas las reglas de seguridad, sigan las prácticas laborales seguras establecidas y que tengan cuidado en todas sus actividades laborales. Usted tiene la responsabilidad de conocer sus alrededores y condiciones laborales siempre para garantizar su seguridad y la de quienes le rodean.

Adicionalmente, tiene la responsabilidad de lo siguiente:

- Informar sobre **todas las lesiones, actos poco seguros y condiciones inseguras** a su supervisor tan pronto como sea prácticamente posible.
- En caso de una **emergencia**, contactar a las agencias locales al **marcar los números 911** en el teléfono o celular más cercano y proporcionar tanta información como sea posible para ayudarlo en su respuesta.
- Utilizar, mantener y almacenar apropiadamente el equipo de protección personal (PPE) entregado a usted para realizar su trabajo con seguridad.
- Cumplir con todas las señales de advertencia, instrucciones y reglas laborales.
- Abstenerse de utilizar cualquier equipo o maquinaria sin autorización y capacitación.
- Conocer sus deberes de trabajo y aplicar prácticas laborales seguras al comprometerse con esos deberes.
- Saber que está prohibido consumir sustancias controladas (Ej., bebidas alcohólicas, cocaína, marihuana, metanfetaminas, anfetaminas y opiáceos) y aquellas sustancias que pueden dañar su habilidad de usar un equipo y trabajar con seguridad. Contacte a su empleador si tiene preguntas o si necesita más información sobre la política en un lugar de trabajo sin drogas y sin alcohol.

RESPONSABILIDAD DE ADMINISTRACIÓN

El empleador de su lugar de trabajo es responsable de proporcionar un sitio de trabajo seguro. Para lograr esto, su equipo administrativo establecerá e implementará un Código de Prácticas Laborales Seguras y un Programa de Prevención de Lesiones específicos para sus operaciones. Estos programas establecerán capacitación, inspección, información, reglas disciplinarias y requisitos para ayudar a garantizar un lugar de trabajo seguro para todos los empleados.

Adicionalmente, su empleador es responsable de lo siguiente:

- Documentar todas las lesiones registrables y anunciar los resultados mediante el registro de OSHA 300 y e resumen 300 A.
- Informar sobre todas las lesiones a la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, en inglés) o a la agencia con responsabilidad jurisdiccional local de la seguridad.
- Proporcionar equipo de protección apropiado y capacitación sobre el uso adecuado y mantenimiento del mismo cada vez que las exposiciones u otras reglas laborales requieran su uso.
- Ofrecer tratamiento médico para todas las lesiones relacionadas a trabajo.
- Brindar un medio para comunicar emergencias en el lugar de trabajo (Ej., teléfonos, celulares, radios, sistemas de dirección pública y otros).
- Realizar inspecciones frecuentes y regulares del lugar de trabajo, materiales y equipo por personas capacitadas para garantizar un ambiente laboral seguro.

PREVENCIÓN DE LESIONES

Para ayudar al empleador a mantener un lugar de trabajo seguro y adecuado para todos los empleados, se ha desarrollado un sistema de inspecciones e información para identificar y brindar medios para acciones correctivas cada vez que lo garanticen las condiciones.

Como parte de este plan, su empleador le proporcionará un Código de Prácticas Laborales Seguras además de los requisitos de seguridad descritos en este manual. También se espera que informe sobre todas las lesiones (vea **Informe sobre lesiones**) a su empleador y le facilite toda la información posible respecto a cualquier lesión para evitar que ocurran futuros accidentes. Su empleador tomará acciones disciplinarias de acuerdo a este manual y a las políticas de su compañía cuando sea necesario (vea **Política de acción disciplinaria**).

Además de informar sobre las lesiones, esperamos que todos los empleados reporten las condiciones peligrosas o actos inseguros hechos por cualquier empleado, contratista o visitante en el lugar de trabajo. Los detalles para reportar las condiciones peligrosas o los actos inseguros se describen abajo.

INFORMACIÓN SOBRE LESIONES

Todas las lesiones deben informarse inmediatamente a su Supervisor inmediatamente sin tener en cuenta lo insignificante que pueda parecer al momento de la lesión. Su empleador le ayudarán a recibir una pronta atención médica para su lesión, si es necesario.

El sistema de seguro de accidentes está diseñado para brindar beneficios médicos para enfermedades o lesiones relacionadas al trabajo. El programa estatal protege los derechos de los empleados para tratamiento médico, reemplazo de salarios perdidos y los beneficios para volver a trabajar. Con pocas excepciones, este programa cubre las lesiones que ocurren durante el empleo.

La información de contacto (incluyendo los números de teléfono y direcciones) para reportar lesiones se incluye en la sección **Contacto de seguridad** en este manual.

Después de reportar una lesión, se le exigirá llenar los informes de lesiones dados por el empleador de su lugar de trabajo, ayudar y cooperar con el proceso de investigación de la lesión. Si su lesión requiere tratamiento médico, siga las instrucciones de su empleador. Las instrucciones respecto a cualquier tratamiento médico se incluirán con los formularios para reportar su lesión. Todos los empleados involucrados en un accidente, enfermedad o lesión deberán hacerse una prueba de droga y alcohol luego del incidente.

INFORME SOBRE RIESGOS DE SEGURIDAD O INQUIETUDES

Si considera en algún momento que es inseguro seguir trabajando bajo cualquier circunstancia, detenga su trabajo y reporte la condición a su supervisor y/o al oficial de la compañía más cercano.

Infórmele a su empleador siempre que:

- Identifique condiciones peligrosas en el lugar de trabajo;
- Observe un acto inseguro hecho por un empleado compañero, contratista o visitante al lugar de trabajo;
- Tenga cualquier inquietud relacionada al bienestar y seguridad.

Informar sobre condiciones peligrosas o actos inseguros hechos por un empleado compañero, contratista o visitante en el lugar de trabajo puede hacerse anónima o confidencialmente (vea la sección **Contacto de seguridad** de este manual).

Ningún empleado será despedido o discriminado de ninguna manera por su buena fe de reportar los riesgos de bienestar y seguridad al equipo administrativo o a una agencia gubernamental.

Su empleador investigarán todos los informes de inquietudes de seguridad o condiciones peligrosas en el lugar de trabajo y tomarán medidas correctivas cada vez que sea apropiado.

A todos los empleados se les anima a participar en el proceso de dar sugerencias o recomendaciones para eliminar cualquier condición peligrosa.

POLÍTICA DE ACCIÓN DISCIPLINARIA

Para mantener un lugar de trabajo seguro y adecuado para todos los empleados, su empleador tomará medidas disciplinarias para todas las violaciones a voluntad de las reglas de seguridad laboral.

También se tomarán medidas disciplinarias por cualquier acto de un empleado que arriesgue la seguridad de algún empleado (incluso el mismo ofensor), contratista o visitante.

Su empleador puede emitir una citación por escrito, suspender o despedir a un empleado por violar las reglas de seguridad intencionalmente o por arriesgar la seguridad de otros. El empleador podrá desarrollar políticas de acción disciplinaria más específicas. Revise el *Manual del Empleado* o el *Programa de Prevención de Lesiones* de la compañía para más detalles.

CAPACITACIÓN

Al comenzar su empleo, queremos enfatizar que nos preocupamos por su salud y seguridad. También enfatizamos en que la prevención de lesiones es responsabilidad de todos (Cliente, empleador y el empleado) y que usted debe volverse totalmente conocedor y cumplir con todas las prácticas laborales seguras indicadas en este manual.

Recibirá capacitación específica en seguridad de su empleador en base a su industria y deberes laborales, así como para cualquier nuevo riesgo en el lugar de trabajo. No trate de realizar su asignación sin obtener una capacitación específica de trabajo de su empleador.

Antes de comenzar su empleo, debe demostrar un entendimiento del **Código de prácticas seguras** y de los **Requisitos específicos del programa** al contestar con éxito todas las preguntas contenidas dentro del **Examen de seguridad dentro de este documento**.

REGLAS GENERALES DE SALUD Y SEGURIDAD



ASBESTO

Ningún empleado manejará o trastornará los materiales que contienen asbesto.

El asbesto puede estar presente en varios materiales de construcción, que incluyen pero que no se limitan a: *Adhesivos, almácigos, áreas de los techos o áticos, conductos, pavimentación, baldosas de piso y tuberías.*

Si no está seguro que los materiales con los que está trabajando contienen asbesto, detenga su trabajo y notifíquelo a su Supervisor. **¡No** manipule el (los) material(es) cuestionable(s) hasta que haya sido autorizado para hacerlo!

.....**Pregunta 2 del examen**



PATÓGENOS TRANSMITIDOS POR LA SANGRE/RIESGOS BIOLÓGICOS

En el transcurso de sus deberes laborales podrá estar expuesto a los patógenos transmitidos por la sangre u otros riesgos biológicos. La exposición a los patógenos transmitidos por la sangre puede transmitir enfermedades y causar dolencias serias (por ejemplo, hepatitis, VIH/SIDA y otros)

Los ejemplos de materiales que usted puede encontrar y que causan exposición a estos riesgos incluyen: *agujas, preparaciones médicas, líquidos corporales, equipo contaminado y ropa o equipo de protección personal contaminado.*

- Miembros del equipo de primeros auxilios, personal de mantenimiento y profesionales médicos son ejemplos de ocupaciones que pueden tener una exposición rutinaria a los patógenos transportados por la sangre.
- Todos los empleados en algún momento pueden estar expuestos a patógenos transmitidos por la sangre a través del contacto incidental (por ejemplo, al ayudar a una persona que está sangrando).

Para evitar la exposición a patógenos transmitidos por la sangre, su empleador le dará capacitación específica de sus requisitos. Esto incluye un plan de control a la exposición y requerirá capacitación más específica.

No manipule riesgos biológicos potenciales ni proporcione ninguna ayuda médica a menos que haya recibido capacitación más específica y autorización por escrito de su empleador. Si piensa que pudo haber entrado en contacto con sangre u otros riesgos biológicos, notifíquelo a su Supervisor inmediatamente para que se encargue de que usted reciba cualquier tratamiento necesario.....**Pregunta 3 del examen**



ESPACIOS CONFINADOS

Un espacio confinado es un espacio que es bastante grande para que entre una persona, tiene medios restringidos de entrada o salida, tiene ventilación desfavorable ó una atmósfera peligrosa y no está diseñado para una ocupación humana continua. Algunos ejemplos son: *cloacas, bocas de alcantarillas, silos, tanques, hoyos, túneles, trincheras y bóvedas.*

Nunca entre a un espacio confinado ni rompa su plano de entrada con su cuerpo a menos que haya recibido capacitación y autorización por escrito para trabajar en espacios confinados de su empleador.....**Pregunta 4 del examen**



RIESGOS ELÉCTRICOS

La electricidad es una forma peligrosa de energía que puede producir quemaduras, descargas eléctricas, electrocución, incendios y explosiones.

- **No** use equipos eléctricos o herramientas que no estén conectados a tierra o doblemente aislados.
- Evite cualquier línea de corriente y sobre todo mire para evitar las líneas de corriente **aéreas**.
- Al usar escaleras de metal u otros dispositivos elevados (por ejemplo, mástiles y otros) asegúrese de que el equipo no entrará en contacto con ningún equipo eléctrico, aditamentos o cables antes de empezar su trabajo. Si está inseguro(a), verifique con su Supervisor antes de proceder.
- **No** utilice equipo con cableado expuesto, cables raídos o aislamiento deteriorado. Reporte cualquier equipo con estos problemas a su Supervisor lo más pronto posible.
- Aléjese y evite el equipo eléctrico que se esté reparando y/o esté bloqueado e identificado como fuera de servicio (vea la sección **Control de energía peligrosa – Bloqueo/Etiquetado** de este documento).
- **No** bloquee el acceso al equipo eléctrico. Siempre manténgase al menos a tres (3) pies de distancia de todos los lados del equipo eléctrico.

Debe ser un *Electricista Calificado* y tener autorización de su empleador antes de trabajar con equipo eléctrico, incluso cualquiera de lo siguiente:

- Cajas de paneles
- Interruptores térmicos
- Transformadores
- Interruptores eléctricos o receptáculos
- Líneas de corriente, cableado eléctrico
- Equipo activado eléctricamente (para reparaciones)

¡No trabaje con equipo eléctrico hasta que su empleador le haya proporcionado capacitación adicional y autorización por escrito para hacerlo así!.....**Pregunta 5 del examen**



RIESGOS AMBIENTALES

La exposición a ciertos tipos de elementos puede presentar ciertos riesgos especiales según el ambiente, tipo de exposición y sensibilidad de un empleado al riesgo.

Algunos riesgos ambientales comunes que usted necesita considerar son:

Lesiones por calor – Trabajar en ambientes calientes puede causar deshidratación, agotamiento por calor, insolación e incluso la muerte en casos extremos. Las lesiones por calor se pueden evitar. Tenga cuidado de mantenerse totalmente hidratado todo el día si está trabajando en interiores o exteriores.

Las señales de lesiones por calor son: náusea, dolores de cabeza, debilidad, agotamiento, vómitos y pérdida de conciencia.

Infórmele cualquiera de estos síntomas inmediatamente a su Supervisor o si observa a otros empleados con estos síntomas. Si está trabajando solo(a), busque atención médica de una vez.....**Pregunta 6 del examen**

Polvo/Humo – Asbesto, plomo, sílice, madera, emisiones de soldadura y otros tipos de polvos y humos pueden inhalados en los pulmones y causar lesiones y enfermedades si no se usa protección respiratoria apropiada. Estos polvos se encuentran en varios lugares incluso en instalaciones industriales, sitios de construcción y en minas.

Según su nivel esperado de exposición, su empleador puede exigir el uso de un dispositivo de protección respiratoria (Ej., respirador contra polvo, filtro para la cara, respirador con aire y otros). Evite la exposición al polvo en lo posible y notifíquelo a su Supervisor si se expone al polvo y no ha sido debidamente capacitado. Su Supervisor tomará medidas para investigar la exposición al polvo y seguirá los pasos para controlar la exposición
.....**Pregunta 7 del examen**

Plantas y animales dañinos – Hay muchos tipos diferentes de plantas y animales que pueden ser dañinos para las personas. Las arañas, serpientes, abejas, hormigas, perros, roble venenoso y hiedra venenosa son ejemplos de plantas y animales que pueden causar lesiones a los empleados que trabajan en interiores y exteriores. Las picaduras, mordeduras y el contacto general con ciertas plantas y animales pueden causar reacciones alérgicas severas, infecciones y otras condiciones médicas.

Haga lo mejor para no entrar en contacto con plantas y animales dañinos. Si resulta mordido, picado o de otro modo herido por una planta o animal, repórtelo a su Supervisor inmediatamente para que pueda recibir tratamiento médico lo más pronto posible**Pregunta 8 del examen**

Radiación – La radiación es una forma peligrosa de energía y puede causar lesiones serias y enfermedades sin la protección adecuada. Hay diversas fuentes de radiación naturales y artificiales que incluyen las siguientes: rayos X, ciertas rocas y minerales que contienen elementos radiactivos (Ej., plutonio, uranio), reactores nucleares, torres de celulares, microondas, televisores, ciertas medicinas, y algunos gases naturales (Ej., radón).

Si trabaja en una instalación médica, construcción o ambiente industrial que usa materiales radiactivos, se le exigirá recibir capacitación especial antes de trabajar con estos materiales. **No** se exponga intencionalmente a ninguna fuente de radiación. Si piensa que está trabajando en un ambiente con exposición a radiación y no ha recibido una capacitación específica, detenga su actividad laboral y notifíquelo a su Supervisor inmediatamente.



ERGONOMÍA/LEVANTAMIENTO ADECUADO

Las ergonomía es una ciencia que generalmente trata de encontrar el mejor arreglo entre las personas y su trabajo. Para que los requisitos de trabajo no excedan sus capacidades físicas, es importante que tome una función activa en:

Acondicionar su cuerpo – Comer bien, dormir adecuadamente y hacer ejercicios rutinariamente le ayudará a mantenerse en forma y reducirá las probabilidades de lesionarse en el trabajo. Estirar y calentarse antes de empezar sus actividades laborales pueden ayudarle a mantener sus músculos flexibles y fuertes.

Escuchar a su cuerpo – El dolor es una señal de advertencia. No continúe con su tarea laboral si empieza a sentir dolores agudos en cualquier parte. Infórmele a su supervisor inmediatamente en cuanto empiece a sufrir cualquier dolor físico.

Evaluar sus condiciones de trabajo – Su empleador evaluará y supervisará rutinariamente sus condiciones de trabajo para asegurarse de que su trabajo realizado excede sus capacidades físicas. Usted puede ayudar en este proceso al comunicarle al Supervisor cualquier inquietud que pueda tener sobre sus condiciones de trabajo.

Algunas de las cosas que debe observar son:

- ¿Está levantando mucho peso?
- ¿Tiene que estirarse para alcanzar artículos con los que trabaja?

- ¿Está haciendo algo manualmente que pueda realizarse mejor con una herramienta o dispositivo?
- ¿Está sentado o parado en posiciones difíciles durante un largo período de tiempo?

Levantamiento apropiado – Las técnicas de levantamiento impropio pueden causar dolor y lesiones. Aprender la manera correcta de levantar puede ayudarle a evitar estos problemas.

- Planifique de antemano antes de levantar. Asegúrese de que es capaz de levantar el objeto con seguridad. Si no está seguro(a), pida ayuda o use un dispositivo de levantamiento (por ejemplo, grúa, montacargas y carretillas elevadoras). Asegúrese de tener el área o el camino despejado para movimiento.
- Levante objetos cerca de su cuerpo. Mientras más cerca esté la carga de su columna vertebral, menos fuerza ejercerá su espalda.
- Mantenga los pies a la anchura de sus hombros para tener una base sólida.
- Apriete los músculos abdominales.
- Levante las piernas. Nunca doble la espalda para recoger o levantar algo.
- **No** se tuerza ni doble cuando levante algo.
- **No** levante más de 40 libras sin la ayuda de un colaborador o un dispositivo de levantamiento aprobado. Su empleador le comunicará si tienen un límite más restrictivo/bajo para levantar.

.....**Pregunta 10 del examen**



PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS

- Siempre use los pasamanos al usar las escaleras.
- Tenga mucho cuidado al caminar sobre superficies con: hielo, nieve, rocas, aceite u otros materiales inestables.
- Mantenga todas las escaleras, pasillos y pasadizos limpios y despejados de materiales.
- Use zapatos que sean cómodos, estables y compatibles con su ambiente de trabajo. Los zapatos antiresbalantes certificados por ANSI/ASTM son los mejores para evitar resbalones y caídas. Su empleador puede exigirle usar zapatos que cumplan con estas normas.
- Se le podrá exigir que use dispositivos de protección contra caídas (Ej., anclaje, arneses, acolladores y otros) para protegerlo contra caídas.
- Antes de usar cualquier dispositivo de protección contra caídas, debe recibir más capacitación de su empleador. Su empleador revisará junto con usted los requisitos del Plan de Protección contra Caídas antes de usar los dispositivos de protección contra caídas.
- **No** trabaje en superficies sobre seis (6) pies sin usar protección contra caídas.

.....**Pregunta 11 del examen**



PREVENCIÓN DE INCENDIOS

Causas comunes de incendios en un lugar de trabajo: electricidad, reacciones químicas, fricción, chispas y soldadura.

Para prevenir incendios haga lo siguiente:

- Identifique y aprenda el *Plan de evacuación de emergencia* y rutas de evacuación para sus áreas.
- Familiarícese con la ubicación del equipo de protección contra incendio (Ej., extintores) en sus áreas de trabajo. **No use** equipo de protección contra incendio a menos que haya recibido capacitación adicional sobre cómo usar el equipo apropiadamente.
- Manténgase al menos a tres (3) pies de distancia de todos los lados del equipo de protección contra incendio. El equipo debe estar totalmente accesible en todo momento.
- En caso de incendio, evacue el área y active la alarma de incendio si está seguro(a) de hacerlo.
- Se prohíbe fumar en todas las áreas de trabajo
- Guarde los líquidos inflamables en recipientes cerrados a prueba de fuego y con tapas con resortes.
- Si usted o su ropa llegaran a incendiarse, apague las llamas al rodar en el suelo. No huya de su ubicación ya que esto causará que se dispersen las llamas.....**Pregunta 12 del examen**



PRIMEROS AUXILIOS/EMERGENCIAS MÉDICAS

En caso de una emergencia, **marque el 911** para llamar a las agencias locales de respuesta.

Si no puede llamar a las autoridades por alguna razón (Ej., ubicaciones remotas, líneas telefónicas o líneas de energía) caídas, use su mejor juicio. Si considera que es necesario llevar al empleado al hospital (es decir, una situación de vida o muerte), proceda a llevar al empleado a la ubicación más cercana si es posible.

No trate de dar los primeros auxilios a menos que tenga una certificación actual de primeros auxilios o resucitación pulmonar de una agencia certificadora (por ejemplo, Cruz Roja Americana). Si lo hace, podrá causar una lesión más seria a las personas afectadas.

Se aplicarán *precauciones universales* al dar primeros auxilios para protegerse contra enfermedades infecciosas. (Vea **Patógenos transmitidos por la sangre /Riesgos biológicos**).....**Pregunta 13 del examen**



LIMPIEZA

Una buena limpieza es esencial para mantener un lugar de trabajo seguro.

Para evitar lesiones y mantener un ambiente de trabajo limpio y seguro, haga lo siguiente:

- Mantenga las herramientas, equipo y químicos en almacenajes apropiados cuando no se usen.
- Conserve las superficies de trabajo y caminar limpias y sin desechos en todo momento.
- Mantenga tres (3) pies de distancia alrededor de toda la protección contra incendio y equipo eléctrico.
- Limpie los derrames inmediatamente o repórtelos a alguien autorizado para limpiarlos.
- Mantenga los alimentos y bebidas fuera del área de trabajo.
- Lávese siempre las manos antes de comer.
- **No** bloquee ni obstruya las puertas de salida o rutas.
- **No** obstruya el acceso a escaleras fijas, escaleras eléctricas, rescate, bomberos o a otro equipo de emergencia.
.....**Pregunta 14 del examen**



COMUNICACIÓN DE RIESGOS/QUÍMICOS PELIGROSOS

La OSHA y la Norma de Comunicación de Riesgos y otras normas similares específicas les exigen a los empleadores que les den información a los empleados sobre los riesgos asociados a los químicos usados y/o almacenados en su lugar de trabajo.

Esta norma exige lo siguiente:

- Un programa por escrito de comunicación de riesgos;
- Etiquetas en los recipientes de materiales peligrosos;
- Un inventario de los químicos peligrosos usados en su lugar o sitio de trabajo;
- Colocar señales de advertencia en el área referentes a químicos peligrosos en uso en su lugar de trabajo;
- Disponibilidad de hojas de datos del material (HDM); y
- Capacitación en seguridad de los químicos y sesiones de información cuando se introducen nuevos químicos en el lugar de trabajo.

Carcinógenos – Se considera que un químico es carcinogénico si se ha evaluado por la Agencia Internacional para Investigación sobre el Cáncer (IARC, en inglés) y se encontró que es carcinógeno o carcinógeno potencial o si se lista como carcinógeno o carcinógeno potencial en el *Informe Anual sobre Carcinógenos* publicados por el Programa de Toxicología Nacional (NTP, en inglés), o si se regula por OSHA [o California, Proposición 65] como carcinógeno.

Inventario de químicos – Un inventario actual de todos los químicos peligrosos presentes en el lugar de trabajo debe mantenerse por el empleador. El inventario debe guardarse con el archivo de HDM.

Químicos peligrosos – Los químicos peligrosos son aquellos con una o más de las propiedades siguientes: combustible, inflamable, explosivo, reactivo, presurizado (gases comprimidos), tóxico, carcinogénico, corrosivo, irritante o sensibilizador.

Información y capacitación – Todos los empleados que trabajen en áreas donde haya químicos peligrosos deben recibir capacitación de seguridad de los químicos. Esta capacitación debe documentarse y brindarse al momento del empleo inicial y antes de que se introduzca un nuevo riesgo en el lugar de trabajo.

La capacitación en seguridad de los químicos peligrosos debe incluir la información esencial siguiente:

- Interpretación de la información sobre las etiquetas y HDM;
- Ubicación de los materiales peligrosos en el lugar de trabajo;
- Ubicación y disponibilidad de las HDM;
- Efectos agudos y crónicos de los químicos;
- Procedimientos de manejo seguro;
- Equipo de protección personal;
- Métodos usados para el detector fugas y liberaciones;
- Procedimientos de emergencia y cómo obtener Primeros Auxilios;
- Limpieza del derrame y eliminación del desperdicio.

Etiquetas y otras formas de advertencia – A los fabricantes, importadores o distribuidores de químicos se les exige garantizar que cada recipiente para químicos peligrosos se etiquetará a fin de identificar el (los) químico(s) peligroso(s), las señales apropiadas de peligros, el nombre y la dirección del fabricante o importador del químico u otra parte responsable. Todas las tuberías que contienen químicos peligrosos deben etiquetarse.

Hoja de Datos de Seguridad del Material (HDM) – A los fabricantes de químicos se les exige proporcionar una Hoja de Datos de Seguridad del Material (HDM) para su(s) químico(s). La HDMS contiene información detallada sobre las

propiedades físicas y químicas del químico, los riesgos físicos y de salud, precauciones de manejo seguro, procedimientos de limpieza de derrames, emergencia y procedimientos de primeros auxilios.

Para evitar lesiones y accidentes relacionados a los químicos peligrosos:

- Revise y aprenda todo sobre las HDM para los químicos en su área de trabajo.
- Las HDM están disponibles a solicitud en cualquier momento.
- **Conozca sobre los químicos peligrosos en su área de trabajo y siempre lea y entienda las etiquetas y advertencias antes de usar o manejar los químicos.**
- Si no está seguro(a) sobre cualquier cosa al revisar la HDM, comuníquese con su Supervisor o representante de la compañía designado para que le proporcionen respuestas a cualquier pregunta que pueda tener sobre el químico o los químicos con los que está trabajando

.....**Pregunta 15 del examen**



ENERGÍA PELIGROSA (CONTROL DE) – BLOQUEO/ETIQUETADO

Se requiere el control de Energía Peligrosa antes de dar servicio, reparar, mantener, inspeccionar o exponer al equipo o en áreas donde podría presentarse un riesgo por energía no controlada (electricidad, presión de aire, gravedad y otros), incluso el flujo de sólidos, líquidos o gases en espacios confinados o ambientes.

A todos los empleados que estén trabajando con equipo donde la energización inesperada y el inicio o liberación de energía peligrosa pueda causar lesiones, se les exigirá seguir un procedimiento de Bloqueo/Etiquetado (LOTO, en inglés) que cumpla con OSHA y/o otras normas estatales específicas.

Bloqueo es el proceso de bloquear el flujo de energía de una fuente de alimentación a una máquina o pieza de un equipo y mantenerla bloqueada. El bloqueo se logra al instalar un dispositivo de bloqueo en la fuente de alimentación o suministro de energía para que el equipo no pueda utilizarse y no se les permita fluir a los líquidos, gases o sólidos. Un dispositivo de bloqueo es una cerradura, bloqueo o cadena que asegura a un interruptor, válvula o palanca en la posición de apagado.

El **etiquetado** se logra al colocar una etiqueta en la fuente de alimentación. La etiqueta actúa como advertencia para no utilizar o restaurar energía. Las etiquetas deben indicar claramente: NO UTILIZAR, y deben aplicarse a mano.

¡**No** trabaje o utilice ningún equipo que se esté arreglando, reparando o manteniendo hasta que su empleador le haya proporcionado capacitación adicional y autorización por escrito para hacerlo!

.....**Pregunta 16 del examen**



EL GUARDAR DE LA MÁQUINA

Para ayudar a protegerlo de lesiones al utilizar maquinaria y equipo, pueden usarse varias formas o guardias, señalizaciones y otros tipos o combinaciones de controles. Como regla, debe salvaguardarse cualquier pieza de la máquina, función o proceso que pueda causar lesión. Donde el uso de la máquina pueda dañar al operario u otros trabajadores, el riesgo debe controlarse o eliminarse.

Algunos ejemplos de riesgos mecánicos normalmente encontrados en las máquinas incluyen: *volantes, poleas, acoplamientos, cadenas, manivelas y engranajes.*

¡No trabaje o use equipo o maquinaria hasta que su empleador le haya proporcionado capacitación adicional y autorización por escrito para hacerlo así!

.....**Pregunta 17 del examen**



MAQUINARIA Y EQUIPO

Antes de utilizar cualquier maquinaria o equipo, debe recibir capacitación sobre el uso apropiado, utilización y cuidado del equipo. Su empleador le dará capacitación específica sobre maquinaria y equipo que usted usará en sus funciones laborales.

Cuando trabaje con maquinaria y equipo:

- Use equipo de protección personal (gafas de seguridad, anteojos de seguridad, protectores para la cara y otros) al utilizar o trabajar cerca de herramientas manuales o motorizadas.
- Las herramientas manuales o motorizadas se mantendrán en condiciones de uso seguro.
- Los guardas de las herramientas y equipos motorizados se inspeccionarán antes de cada uso y no se removerán o alterarán.
- Las agarraderas de las herramientas no se rajarán ni astillarán y se asegurarán firmemente a la herramienta.
- Todos los empleados que usen ruedas abrasivas se protegerán con equipo de protección para los ojos y se mantendrán permanentemente conectados al suelo o a la amoladora de banco.
- Todas las sierras tendrán guardas arriba y abajo del plato base o zapata. Al retirar la herramienta del trabajo, el guarda inferior regresará de forma automática e instantánea a la posición que cubre.

.....**Pregunta 18 del examen**



VEHÍCULOS INDUSTRIALES MECÁNICOS Y EQUIPO MOTORIZADO

En el transcurso de su trabajo, se le podrá exigir utilizar y manejar vehículos industriales mecánicos o equipos motorizados. El manejo de tal equipo requiere capacitación especializada y en algunos casos, licencias o certificaciones.

Los ejemplos de los equipos que requieren licencia y capacitación muy especializada incluyen: grúas, montacargas, elevadores de carga y dispositivos aéreos o plataformas de elevación (Ej., hidroelevadores, elevadores de tijeras, plataformas elevadoras y sistema de lavado de ventanas).

Al trabajar en o cerca de vehículos industriales mecánicos y equipo motorizado:

- Ningún vehículo industrial mecánico o motorizado podrá utilizarse sin las debidas licencias o certificaciones.
- Sólo se le permitirá al operario montar en un vehículo industrial mecánico o motorizado. No se permitirá llevar pasajeros en ningún equipo a menos que el mismo haya sido diseñado para llevar pasajeros que puedan usar **cinturones de seguridad**.
- Los **cinturones de seguridad** deben usarse en todo momento al utilizar o montar en vehículos industriales mecánicos o motorizados.
- Todos los vehículos industriales mecánicos o motorizados deben apagarse antes de salir del vehículo.
- Use las escaleras, pasamanos y puertas para salir de los vehículos y equipos. Nunca salte fuera de los vehículos industriales mecánicos y motorizados.
- **No** utilice equipos o vehículos mecánicos o motorizados hasta haber recibido capacitación de una persona calificada. Recibirá una certificación o licencia después de terminar, lo que representará su capacidad de manejar tal equip.....

.....**Pregunta 19 del examen**



SEGURIDAD EN LA OFICINA

Para evitar lesiones en la oficina:

- No se permite correr en las oficinas.
- Los líquidos derramados se limpiarán inmediatamente.
- **No** trate de llevar pilas de materiales que obstruyan la visión por estar bastante altos.
- **No** se pare en una silla, taburete u otra superficie inestable para alcanzar un objeto. Use una escalera.
- **No** se siente en los bordes de escritorios, mesas, cajas o armarios de archivos bajos.
- Para evitar resbalones y caídas, elija zapatos de su comodidad y compatibles con su ambiente de trabajo.
- Las payasadas (que impliquen arrojar basura, correr y otros) está estrictamente prohibido.
- Utilice zapatos en todo momento mientras trabaje.....**Pregunta 20 del examen**



EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

La lista siguiente muestra los tipos más comunes de Equipos de Protección Personal (PPE) usados por empleadores. Cuando se requiere PPE como parte de sus deberes regulares de trabajo, es su responsabilidad usar el equipo en todo momento, mantenerlo limpio, conservarlo y guardarlo apropiadamente.

Su Supervisor o representante de la compañía le dará el PPE requerido (no se proporcionan zapatos de seguridad en todos los casos) y lo instruirá en el uso, cuidado y mantenimiento apropiado del equipo.

Protección para los ojos y cara – se usará al exponerse a riesgos tales como partículas voladoras, metal fundido, polvo, químicos, gases, bruma, vapores, objetos, riesgos biológicos, brillo potencialmente injurioso, luz o radiación de calor u otras exposiciones potencialmente dañinas que pueden causar lesiones a los ojos o a la cara.

Protección contra caídas – (arnés de seguridad, líneas de seguridad y acolladores). Como se requiera para proteger a los empleados de caerse mientras trabajen a diversas alturas (36 pulgadas a seis (6) pies o más) según el tipo de trabajo (Ej., industria en general, construcción, techado y otros) no protegidos por pasamanos estándares o redes de seguridad o como se requiera al trabajar en espacios confinados.

Protección para los pies (zapatos de seguridad) – se requiere para proteger a los empleados que trabajen en áreas donde haya un peligro de recibir lesiones en los pies debido a la caída de objetos rodantes, riesgo de perforarse la suela o donde se necesite protección contra riesgos eléctricos o químicos.

Protección para las manos – como se requiera por las normas establecidas para proteger a los empleados de riesgos físicos, biológicos, químicos, eléctricos o de radiación.

Protección para la cabeza – se requiere para proteger la cabeza del empleado donde haya un peligro de lesión en la cabeza por el impacto de objetos voladores o que caigan. Los cascos de clase A se requieren en la industria en general y de construcción donde no haya ninguna exposición a descargas eléctricas o quemaduras. Los cascos de clase B se requieren para protección adicional a fin de proteger la cabeza contra electricidad de alto voltaje.

Protección auditiva – se usará como se requiera para proteger a los empleados del ruido cuando los controles de ingeniería no puedan reducir el ruido a niveles aceptables.

Equipo de protección respiratoria – debe usarse como parte de un programa comprensivo para respiradores cuando se requiera proteger a los empleados de los contaminadores aerotransportados que cuando se miden, están sobre el nivel de exposición permisible en las normas de OSHA. Comuníquese con su Supervisor para la capacitación de evaluación de riesgos y el equipo de protección

.....**Pregunta 21 del examen**



ESCALERAS PORTÁTILES Y ANDAMIOS

Escaleras

- Todas las escaleras deben inspeccionarse frecuentemente y volverse a revisar si están sólidas y en condiciones apropiadas de trabajo antes de su uso diario.
- Las escaleras que han mostrado defectos se retirarán del servicio para su destrucción y desecho. Todas las escaleras con defectos se etiquetarán o marcarán como “Peligro, no usar” hasta que se hayan desechado.
- Verifique las líneas de corriente aéreas o las obstrucciones antes colocar una escalera.
- **No** use escaleras en o cerca de líneas de corriente u otros dispositivos eléctricos.
- Las escaleras rectas y de extensión deben amarrarse y asegurarse a la base y arriba contra la estructura vertical contra la que se apoyan.
- Use una escalera con patas de seguridad que sean convenientes y que se asienten firmemente en el piso, tierra o concreto para brindar una superficie nivelada y estable.
- Trabaje siempre mirando la escalera con ambos pies en los escalones.
- Sólo se permite una persona a la vez en una escalera a menos que el diseño de la misma lo especifique de otra manera.
- Las escaleras deben mantenerse sin aceite, grasa u otros riesgos de resbalamiento.
- Las escaleras no se cargarán más allá de su máxima capacidad evaluada por los fabricantes.
- Levante o baje las herramientas o equipo por una línea manual y bolsa de lona para herramientas.
- **No** se extienda más del largo de sus brazos desde una escalera. Si es necesario, baje la escalera y muévela a una mejor ubicación.
- Las escaleras plegables deben abrirse totalmente y situarse a nivel.
- Las escaleras se mantendrán en buenas condiciones en todo momento, la junta entre los escalones y los pasamanos deben estar apretados, todo el hardware y los acoples deben estar conectados firmemente y las partes móviles deben moverse libremente sin impedimento o juego indebido.

.....Pregunta 22 del examen

Andamios

- No trate de levantar o modificar cualquier andamiaje a menos que haya sido capacitado, recibido una certificación y haya sido autorizado por el empleador para hacerlo.
- Cualquier equipo de andamiaje defectuoso o dañado se etiquetará como “Peligro, fuera de servicio. No usar”. **No** trate de usar ningún andamio que haya sido etiquetado como tal.

.....Pregunta 23 del examen



ZANJADO Y EXCAVACIONES

Los trabajos de zanjado y excavaciones crean riesgos que son sumamente peligrosos. Ejemplos de excavaciones, sin estar limitados a ellas, son las siguientes operaciones: Perforar, cavar y zanjar.

La evaluación de los lugares de zanjado y excavaciones debe completarse por una persona competente que sepa y que esté capacitada para identificar los tipos de suelos, sistemas de protección apropiados y condiciones peligrosas.

Usted no está autorizado para entrar o trabajar en y cerca de los lugares de zanjado o excavaciones hasta haber recibido

una capacitación especializada, certificación de terminación del curso y haya sido autorizado por su empleador a completar tal trabajo.

Cuando las excavaciones sean más profundas que cinco (5) pies, los lados tendrán un sistema de protección (lo bastante entibados, asegurados o inclinados) para proteger contra el peligroso movimiento de tierra. Se requieren sistemas de protección para las excavaciones menores que cinco (5) pies de profundidad cada vez que el examen del terreno hecho por una persona competente indique riesgo potencial de hundimiento.

Al trabajar cerca de sitios de zanjado y excavaciones observe lo siguiente:

- Todas las excavaciones en las que pueda caerse o tropezarse una persona deben protegerse.
- Mientras se realice un trabajo en o cerca de una apertura, se mantendrán guardas que rodeen el área. Se proporcionarán barricadas de al menos 3 a 5 pies de alto y espaciadas a no más de diez (10) pies. Se extenderán cintas de seguridad que indiquen *“Precaución, no entre”* entre las barricadas.

.....**Pregunta 24 del examen**

CÓDIGO DE PRÁCTICAS SEGURAS

I. REGLAS GENERALES DE SEGURIDAD

A. SUSTANCIAS CONTROLADAS

1. SE PROHIBE EL USO DE SUSTANCIAS CONTROLADAS (**EJ. BEBIDAS ALCOHÓLICAS, COCAÍNA, MARIHUANA, METANFETAMINAS, ANFETAMINAS, OPIATOS Y OTROS**) O CUALQUIER SUSTANCIA QUE AFECTE SU CAPACIDAD DE MANEJAR EQUIPOS O TRABAJAR CON SEGURIDAD. COMPRUEBE CON SU EMPLEADOR PARA INFORMACIÓN MÁS ESPECÍFICA SI ES NECESARIO.

B. JUEGOS INADECUADOS/PELEAS

1. SE PROHIBEN LOS JUEGOS INADECUADOS, PELEAS Y OTROS ACTOS QUE TIENDAN A INFLUIR ADVERSAMENTE EN LA SEGURIDAD O BIENESTAR DE OTROS EMPLEADOS.

C. DISCAPACIDAD

1. SI SE PRESENTA A TRABAJAR EN CONDICIÓN DISCAPACITADA, NOTIFÍQUELE A SU SUPERVISOR ANTES DE COMENZAR A TRABAJAR. SE LE CONSIDERARÁ COMO DISCAPACITADO SI MUESTRA LO SIGUIENTE: FÍSICAMENTE AGOTADO / CANSADO, ENFERMO / DOLIDO O BAJO LA INFLUENCIA DE MEDICAMENTOS U OTRAS SUSTANCIAS CONTROLADAS. SI ESTÁ INSEGURO(A) O TIENE DUDAS SOBRE SU CONDICIÓN, NOTIFÍQUELE A SU SUPERVISOR ANTES DE EMPEZAR CUALQUIER ACTIVIDAD LABORAL.

D. ARTÍCULOS PERSONALES

1. SE PROHIBE FUMAR EN CUALQUIER LUGAR DE TRABAJO, EXCEPTO EN AQUELLAS ÁREAS IDENTIFICADAS COMO ÁREAS DE FUMAR.
2. NO SE PERMITE USAR ROPA SUELTA U HOLGADA, JOYAS O CABELLO LARGO NO PROTEGIDO AL TRABAJAR CON MAQUINARIA O HERRAMIENTAS ELÉCTRICAS.

II. LEVANTAMIENTO

A. GENERAL

1. AL LEVANTAR OBJETOS PESADOS, UTILICE LOS MÚSCULOS GRANDES DE LAS PIERNAS EN LUGAR DE LOS MÚSCULOS MÁS PEQUEÑOS DE LA ESPALDA.
2. EN NINGÚN MOMENTO, NINGUNA PERSONA LEVANTARÁ OBJETOS MÁS PESADOS QUE 40 LIBRAS. SI SE REQUIERE LEVANTAR OBJETOS MÁS PESADOS QUE 40 LIBRAS, USE UN DISPOSITIVO DE LEVANTAMIENTO APROBADO O BUSQUE AYUDA DE UN COLABORADOR. PUEDE QUE SU EMPLEADOR TENGA REQUISITOS MÁS RESTRICTIVOS/BAJOS PARA LEVANTAR. SERÁ NOTIFICADO SI LAS RESTRICCIONES PARA LEVANTAR DE SU EMPRESA SON MENOS DEL LÍMITE DE 40 LIBRAS INDICADO AQUÍ.

III. USO DE LAS HERRAMIENTAS Y EQUIPO

A. MANEJO DE LOS VEHÍCULOS INDUSTRIALES MECÁNICOS Y VEHÍCULOS MOTORIZADOS

1. LOS VEHÍCULOS INDUSTRIALES MECÁNICOS (EJ., ELEVADORES DE CARGA, GRÚAS Y OTROS) Y LOS VEHÍCULOS MOTORIZADOS (EJ., CAMIONES DE TRABAJO DE LA COMPAÑÍA) NO PUEDEN MANEJARSE A VELOCIDADES MAYORES QUE 5 MILLAS POR HORA A MENOS QUE LAS SEÑALES DE TRÁNSITO DE VELOCIDAD LO INDIQUEN. ESTO APLICA A TODOS LOS LUGARES DE TRABAJO.
2. NO SE MANEJARÁN VEHÍCULOS INDUSTRIALES SIN LICENCIAS O CERTIFICACIONES.
3. SÓLO AL OPERARIO SE LE PERMITIRÁ MONTARSE EN UN VEHÍCULO INDUSTRIAL MECÁNICO. NO SE PERMITIRÁ LLEVAR PASAJEROS EN NINGÚN EQUIPO A MENOS QUE EL MISMO HAYA SIDO DISEÑADO PARA LLEVAR PASAJEROS QUE PUEDAN USAR CINTURONES DE SEGURIDAD.
4. DEBEN USARSE CINTURONES DE SEGURIDAD EN TODO MOMENTO AL MANEJAR O MONTAR VEHÍCULOS INDUSTRIALES MECÁNICOS Y MOTORIZADOS.
5. TODOS LOS VEHÍCULOS MOTORIZADOS DEBEN APAGARSE ANTES DE SALIR DEL VEHÍCULO.
6. LOS CONDUCTORES U OPERARIOS SIEMPRE DEBEN CUMPLIR CON LAS REGLAS DE TRÁNSITO (EJ., CÓDIGOS ESPECÍFICOS DE LOS VEHÍCULOS A MOTOR, REGLAS DEL LUGAR DE TRABAJO Y OTROS).

B. HERRAMIENTAS

1. USE LAS HERRAMIENTAS Y EQUIPOS PARA LOS QUE FUERON DISEÑADOS.
2. TODAS LAS HERRAMIENTAS Y EQUIPOS SE MANTENDRÁN EN BUENAS CONDICIONES.
3. LAS HERRAMIENTAS DAÑADAS SE RETIRARÁN DE SERVICIO Y ETIQUETARÁN COMO “DEFECTUOSAS”. LAS HERRAMIENTAS DAÑADAS DEBEN REPARARSE, DESTRUIRSE Y DESECHARSE RÁPIDAMENTE.
4. SIEMPRE SE USARÁN LOS GUARDAS Y NO SE ALTERARÁN. TODOS LOS GUARDAS ESTARÁN PUESTOS. ANTES DE USAR CUALQUIER MÁQUINA. SÓLO PUEDEN RETIRARSE PARA REPARACIONES

CÓDIGO DE PRÁCTICAS LABORALES SEGURAS (CONTINUACIÓN)

5. CUANDO LAS HERRAMIENTAS REQUIERAN REPARACIONES, SÓLO LOS EMPLEADOS AUTORIZADOS REALIZARÁN LAS REPARACIONES.

IV. EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

A. USO

1. SE REQUIEREN COMO MÍNIMO, CASCOS, GAFAS DE SEGURIDAD, CHALECOS DE SEGURIDAD, GUANTES Y BOTAS CON PUNTA DE ACERO EN TODOS LOS LUGARES DE TRABAJO, A MENOS QUE SU EMPLEADOR LE PROPORCIONE UNA DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO POR ESCRITO QUE INDIQUE SU PPE REQUERIDO PARA SUS DEBERES LABORALES.
2. SE REQUIEREN COMO MÍNIMO, GAFAS DE SEGURIDAD Y BOTAS CON PUNTA DE ACERO EN TODOS LOS LUGARES DE LA OFICINA Y BODEGA, A MENOS QUE SU EMPLEADOR LE DÉ UNA DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO POR ESCRITO QUE INDIQUE SU PPE REQUERIDO PARA SUS DEBERES LABORALES
3. SI SE REQUIERE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL ADICIONAL (EJ., PROTECCIÓN AUDITIVA Y PROTECCIÓN RESPIRATORIA), EL EQUIPO DEBE LLEVARSE EN TODO MOMENTO AL ESTAR EN LAS ÁREAS DE TRABAJO DESIGNADAS.
4. TODO EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL DEBE MANTENERSE EN BUENAS CONDICIONES Y DE ACUERDO A LOS REQUISITOS DEL FABRICANTE.

V. LUGARES O SITIOS DE TRABAJOS

A. GENERAL

1. TODAS LAS ÁREAS DE TRABAJO SE MANTENDRÁN DE MANERA LIMPIA Y ORDENADA.
2. LAS ESCALERAS, PASILLOS, PUERTAS DE SALIDA Y UBICACIONES DE LOS EQUIPOS ELÉCTRICOS SE MANTENDRÁN SIN ARTÍCULOS.
3. TODOS LOS DERRAMES DE MATERIALES NO PELIGROSOS SE LIMPIARÁN INMEDIATAMENTE.
4. TODOS LOS DERRAMES DE MATERIALES PELIGROSOS SÓLO SE LIMPIARÁN POR PERSONAS AUTORIZADAS. LOS GRANDES DERRAMES (55 GALONES O MÁS, O UN DERRAME QUE PROBABLE MENTE CAUSE DAÑO A LA PROPIEDAD O LESIONES A LAS PERSONAS) DE MATERIALES PELIGROSOS SE REPORTARÁN A LAS AUTORIDADES LOCALES AL MARCAR 911. COMUNÍQUESE CON SU SUPERVISOR Y/O OFICIAL DE LA COMPAÑÍA MÁS CERCANO LUEGO DE CONTACTAR A LAS AUTORIDADES LOCALES.
5. LOS LÍQUIDOS IDENTIFICADOS COMO INFLAMABLES, SE GUARDARÁN EN RECIPIENTES DE SEGURIDAD CERRADOS.

VI. EMERGENCIAS

A. INCENDIOS

1. LOS GRANDES INCENDIOS DEBEN REPORTARSE AL MARCAR 911 PARA LLAMAR AL DEPARTAMENTO LOCAL DE BOMBEROS. AVÍSELE AL SUPERVISOR DE UNA VEZ LUEGO DE MARCAR 911.
2. **NO** TRATE DE APAGAR UN INCENDIO A MENOS QUE EL INCENDIO SEA BASTANTE PEQUEÑO PARA ROCIARSE CON UN EXTINTOR DE INCENDIOS.
3. **NO** TRATE DE APAGAR UN INCENDIO A MENOS QUE HAYA SIDO ENTRENADO PARA USAR UN EXTINTOR.
4. ENCUENTRE LA ALARMA CONTRA INCENDIOS (SI ESTÁ DISPONIBLE) Y ACTÍVELA.
5. EVACÚE LAS INSTALACIONES LO MÁS PRONTO POSIBLE Y REPORTE SU SITUACIÓN AL LUGAR DESIGNADO.

B. EVACUACIONES DE EMERGENCIA

1. EN CASO DE UNA EMERGENCIA (EJ., TERREMOTO, INCENDIO, ATAQUE TERRORISTA Y OTROS) EVACÚE A SU UBICACIÓN DE INFORMACIÓN DESIGNADA.
2. SI ESTÁ EN EL LUGAR DE TRABAJO, EVACÚE HACIA LA UBICACIÓN SEGURA MÁS CERCANA Y REPÓRTESE A SU SUPERVISOR O DESDE SU OFICINA EN CASA SI ES POSIBLE.

C. EMPLEADOS LESIONADOS/SITUACIONES DE VIDA O MUERTE

1. SI UN EMPLEADO RESULTA SERIAMENTE HERIDO, MARQUE 911 PARA LLAMAR A LAS AGENCIAS QUE DEN RESPUESTA.
2. SI NO PUEDE LLAMAR A LAS AUTORIDADES POR ALGUNA RAZÓN (EJ., UBICACIONES REMOTAS, LÍNEAS TELEFÓNICAS O LÍNEAS DE ENERGÍA CAÍDAS), USE SU MEJOR JUICIO. SI CONSIDERA QUE ES NECESARIO LLEVAR AL EMPLEADO AL HOSPITAL (ES DECIR, UNA SITUACIÓN DE VIDA O MUERTE) LLEVE AL EMPLEADO A LA INSTALACIÓN MÉDICA MÁS CERCANA.

ESTA PÁGINA SE DEJÓ EN BLANCO INTENCIONALMENTE.

INFORMACIÓN DEL CONTACTO DE SEGURIDAD

Información de contacto – (adjunte etiqueta de dirección, tarjeta de presentación, o estampe la dirección de la sucursal aquí)

Información del empleador – (adjunte etiqueta de dirección, tarjeta de presentación, o estampe la dirección aquí)

<p>Nombre del empleador y cliente: Dirección:</p> <p>Supervisor: Número telefónico:</p>
--

INFORME SOBRE LOS RIESGOS DE SEGURIDAD

A todos los empleados se les exige informar sobre cualquier riesgo de seguridad que puedan observar o encontrar durante sus actividades laborales. ¡Reporte cualquier riesgo de seguridad lo más pronto posible!

Todos los riesgos de seguridad deben reportarse a su empleador en el sitio de trabajo. La información del contacto se indicó anteriormente.

SUGERENCIAS DE SEGURIDAD

Para ayudarnos a mantener un ambiente laboral seguro, por favor reporte todos los riesgos de seguridad o cualquier sugerencia para mejorar su lugar de trabajo. **Puede usar el formulario abajo para reportar un riesgo de seguridad o sugerencia o sólo para contactar a su empleador.**

DESPEGUE EL FORMULARIO ABAJO Y PRESENTELO A SU EMPLEADOR

.....
Su nombre (Opcional): _____ Fecha: _____

Nombre del empleador: _____

Dirección del lugar de trabajo: _____

Descripción del asunto _____

Su información de contacto: _____

ESTA PÁGINA SE DEJÓ EN BLANCO INTENCIONALMENTE.

EXAMEN DE SEGURIDAD PARA EL EMPLEADO NUEVO

Este formulario y examen de seguridad deben completarse por todos los empleados nuevos. Antes de empezar sus deberes laborales, debe demostrar que entiende nuestras Reglas y Procedimientos de Seguridad al contestar correctamente todas las preguntas siguientes.

Fecha de inicio del empleo: _____ Cargo: _____ Número de Seguro Social: _____

NOMBRE DEL(LA) EMPLEADO(A) (POR FAVOR EN LETRA DE IMPRENTA)

NOMBRE(S): _____ APELLIDO(S): _____

INSTRUCCIONES DEL EXAMEN DE SEGURIDAD

Indique al marcar con un gancho en la casilla si las declaraciones siguientes son **Ciertas** o **Falsas**.

	CIERTO	FALSO	PUNTOS
1. A todos los empleados se les exige informar sobre las lesiones o actos inseguros lo más pronto posible.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Si sospecha que podría haber encontrado <i>materiales que contienen asbestos</i> en su lugar de trabajo, se le exigirá que deje de trabajar con esos materiales hasta haber recibido autorización por su Supervisor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. La exposición a la sangre puede causar enfermedades serias si no se atienden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Una alcantarilla es un ejemplo de espacio confinado . Se le prohíbe entrar a espacios confinados sin capacitación adicional y autorización de su supervisor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Puede trabajar en un transformador eléctrico sin ser un electricista calificado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Los síntomas de enfermedad por calor pueden incluir: náusea, debilidad y vómitos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. El polvo y humo generado de los procesos industriales puede causar enfermedades y dolencias.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. En el trabajo, usted entra en contacto con un pedazo de roble venenoso que causa salpullido. No tiene que reportar esto a su Supervisor porque fue causado por una planta.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Su empleador le pide usar una máquina de rayos X. Puede usar la máquina de rayos X aunque no haya terminado una capacitación en seguridad contra radiación .	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Es aceptable torcerse o doblarse lo más que pueda ya que está levantando menos que 40 libras.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Está trabajando en una escalera a 10 pies sobre la tierra. No se le exige usar ningún dispositivo de protección contra caídas al trabajar en esta escalera.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Para usar un extintor de incendios en el trabajo, debe completar capacitación adicional.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

DESPRENDA Y ENVÍE COPIAS A SU EMPLEADOR - PÁGINA 1 DE 3

13.	Un empleado se resbala y cae golpeándose la cabeza. No está seguro si el empleado está seriamente herido. La póliza de la compañía le exige que obtenga ayuda al marcar 911.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14.	Las puertas de salida y los extintores de incendios requieren tres (3) pies de espacio en todo momento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15.	Las Hojas de datos de seguridad del material brindan información detallada sobre los químicos peligrosos .	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16.	Una sierra tiene una etiqueta que indica que se está reparando. Usted puede usar esta sierra cuando quiera.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17.	Es su primer día de trabajo y su empleador le pide que use un serrucho de banda. Puede usar esta sierra sin haber recibido ninguna capacitación adicional.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18.	Usted puede retirar el guarda de la máquina con sus herramientas si la otra herramienta es difícil de usar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19.	Para manejar una carretilla elevadora se requiere una licencia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20.	Puede pararse en una silla de oficina para acceder a sus archivos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21.	Usted es responsable de mantener su equipo de protección personal en buen estado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22.	Las escaleras con escalones faltantes pueden usarse si sólo falta el escalón inferior.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23.	Para levantar un andamio se requiere una capacitación más específica.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24.	Se puede entrar a una zanja sin recibir capacitación más específica siempre que su Supervisor esté con usted.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25.	El Código de prácticas laborales seguras para su empleador describe las reglas laborales específicas y los requisitos de seguridad que deben cumplir todos los empleados.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

TOTAL DE RESPUESTAS CORRECTAS: _____

Firma del(de la) Empleado(a)

Fecha

DESPRENDA Y ENVÍE COPIAS A SU EMPLEADOR - PÁGINA 2 DE 3

RESPONSABILIDAD Y ACUSO DE RECIBO DEL EMPLEADO

Entiendo que es mi responsabilidad cumplir y obedecer todas las reglas de seguridad y bienestar de la compañía y aplicar los principios de prevención de accidentes en mis deberes diarios como se describen en este Manual de Seguridad del Empleado y el Código de Prácticas Laborales Seguras contenidos dentro de este documento.

Estoy de acuerdo en cooperar totalmente con los programas de seguridad e iniciativas de mi empleador, seguir todas las reglas de seguridad e informar sobre cualquier condición laboral insegura o lesiones inmediatamente a mi empleador al descubrirlas.

Se me ha mostrado la ubicación de lo siguiente (✓ todo lo que aplique):

- Extintores
- Kits de primeros auxilios
- Hojas de datos de seguridad del material
- Salidas de emergencia
- Baños
- Áreas designadas para descanso o almuerzo

Se me ha entregado lo siguiente (✓ todo lo que aplique):

- Gafas de seguridad
- Protector de la cara
- Respirador/Máscara antipolvo
- Delantales/Guardapiernas
- Zapatos
- Equipo de protección contra caídas
- Protección auditiva
- Guantes/Protección de manos
- Casco/Protección para la cabeza

He leído el Manual de Seguridad del Empleado y he completado lo siguiente:

- Examen de seguridad
- Otros: _____
- Otros: _____
- Otros: _____

Sección del empleado

Nombre del empleado
(En letra de imprenta)

Firma del empleado

Fecha

Número de Seguro Social del Empleado

Fecha de inicio del empleo

Sección del Gerente/Supervisor/Capacitador

Nombre del Gerente/Capacitador

Firma del Gerente/Capacitador

Fecha

(En letra de imprenta)

DESPRENDA Y ENVÍE COPIAS A SU EMPLEADOR - PÁGINA 3 DE 3
