



Weekly Safety Meetings

Safety Training for the Construction Industry

© 2017 Safety Meeting Outlines, Inc.

Select
Edition

Paragon Services Engineering

Seguridad en las zonas de trabajo III

(Work Zone Safety III)

La seguridad en las zonas de trabajo es crítica para los trabajadores, para el público automovilístico así como para los peatones. En todas partes de los Estados Unidos, parece que los caminos locales, estatales, y federales siempre están siendo reparados o ampliados. Con todas estas obras de construcción siendo hechas en nuestras calles, caminos, puentes y carreteras, es importante que la seguridad sea su máxima prioridad, ya sea que esté trabajando en una zona de construcción o manejando por dicha zona.

Es necesario tener un plan integral para contar con zonas de trabajo seguras. El plan debe seguir los lineamientos del Manual de Dispositivos Uniformes para el Control del Tránsito (MUTCD, por sus siglas en inglés). Usted necesita entender el plan y asegurarse de cumplirlo. También debe estar al pendiente de cualquier situación o acción que no cumpla con el plan. Cuando el tráfico está rápidamente pasando por la calle justo junto a usted, no hay lugar para errores.

Considere qué tipos de dispositivos de control de tráfico usará. Las opciones incluyen:

- Atenuadores montados en un camión
- Cojines contra choques
- Letreros con mensajes
- Letreros
- Barreras de concreto "Jersey"
- Dispositivos delineadores
- Barriles de agua
- Conos

Una vez que todo esté listo, tome el tiempo necesario para manejar por la zona de trabajo y verla desde la perspectiva de un conductor. Si es una zona pequeña, por lo menos camine a donde comienza y observe los letreros, ubicaciones de los encargados de la señalización, etc. ¿Qué es lo que ve? ¿Hay suficiente tiempo y distancia para que los conductores puedan reaccionar y disminuir su velocidad o pararse? ¿Son los letreros fáciles de ver? ¿Hay resplandor que potencialmente pudiera cegar un conductor? Corrija cada problema y situación cuestionable; no ponga en riesgo su vida, o la vida de sus compañeros de trabajo, o la vida de los automovilistas.

Los encargados de la señalización con frecuencia juegan un papel clave en la seguridad de las zonas de trabajo. Tienen la capacidad—y la responsabilidad—de controlar y de guiar al público viajero. Los encargados de la señalización deben estar debidamente entrenados. Muchos departamentos de tránsito estatales y locales, así como asociaciones comerciales, ofrecen entrenamientos para certificar a los encargados de la señalización. Este entrenamiento proporciona una base para las prácticas de trabajo que el encargado de la señalización usará todos los días. Los encargados de la señalización tienen que usar prendas de alta visibilidad con un fondo fluorescente hechas con telas o materiales retroreflejantes. Esto hace que los encargados de la señalización puedan ser vistos por lo menos a 1,000 pies en cualquier dirección.

El equipo pesado presenta peligros para los trabajadores, peatones, ciclistas y automovilistas de ser prensado y atrapado entre algún objeto. Nadie quiere ser atropellado. Obedezca todas las reglas de seguridad en relación al uso del equipo pesado y asegúrese que todo el equipo cuenta con alarmas de retroceso/reversa que funcionen.

Incluso si usted no trabaja en una zona de trabajo, sin duda pasa por ellas en su coche. La mayor parte de la gente que muere en las zonas de trabajo no son trabajadores de la construcción; son automovilistas. Reduzca su velocidad, observe los letreros y esté pendiente de los encargados de la señalización. ¡Maneje con seguridad!

SAFETY REMINDER

Al manejar por una zona de trabajo, reduzca su velocidad. Algunos estados imponen el doble de la multa por exceso de velocidad en las zonas de trabajo; pero lo más importante es que usted puede prevenir los accidentes y las muertes.

NOTES:

MEETING DOCUMENTATION

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

JOB NAME:

MEETING DATE:

SUPERVISOR:

ATTENDEES:

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

REVIEWED MSDS #

SUBJECT:

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

SAFETY MEETING OUTLINES, INC.

PO Box 700
Frankfort, IL 60423

815-464-8290
www.safetymeetingoutlines.com



Weekly Safety Meetings **Select Edition**

Safety Training for the Construction Industry

© 2017 Safety Meeting Outlines, Inc.

Paragon Services Engineering

Los Cables y Cadenas De izamiento

(Rigging)

El trabajo de construcción requiere levantar y mover cargas grandes y pesadas y eso requiere de cables y cadenas de izamiento. El equipo y los materiales se mueven con grúas torre, grúas hidráulicas móviles, y grúas de rieles con aguilón de celosía. Ya sea si son bultos de tubería, cubetas de concreto, conducto de HVAC, acero estructural, o vigas de madera que necesitan ser movidas, se necesita usar algún tipo de cables y cadenas de izamiento para hacer el trabajo. Hay muchos asuntos de seguridad a considerar antes, durante, y después de izar algo para asegurar la seguridad de los operadores y los trabajadores trabajando cerca de estas actividades.

Antes de izar algo: Primero, calcule el peso de la carga. Encuentre el centro de gravedad de la carga tan precisamente como sea posible. Determine el mejor método de fijar la carga y seleccione el equipo de cables y cadenas de izamiento que usará para el trabajo. Todo el equipo de cables y cadenas de izamiento debe ser inspeccionado contra desgastes, corrosión, muescas, rajaduras, daños por calor, y distorsión. No use eslingas/cadenas de suspensión, pernos de argolla, grilletes, o ganchos que han sido cortados, soldados, o pegados. Retire de servicio todos los cables y cadenas de izamiento dañados o defectuosos. No use cuerda de cáñamo (cable manila) para cables y cadenas de izamiento.

Preparando la carga para ser izada: Use guantes al manejar cable metálico. Evite los puntos de pellizco. Mantenga el cable metálico lubricado para evitar que lo debilite la oxidación y la suciedad. Evite que el cable metálico se tuerza o se enrosque. No vaya arrastrando el cable por encima de obstáculos ni para sacarlo de abajo de las cargas. Evite las cargas que se van de lado. Use almohadillas para proteger al cable y las eslingas de los bordes afilados o

cortantes de las cargas. Asegúrese que los pasadores de grillete estén en su lugar y afianzados. Asegúrese que los ganchos estén debidamente colocados y sujetos antes de dar el visto bueno para izar la carga. Nunca sobrecargue. Levante la carga unas cuantas pulgadas del piso para probar los cables y cadenas de izamiento y el equilibrio.

Al levantar la carga: Asegúrese que los compañeros de trabajo estén lejos de las cargas suspendidas. Use un cable de maniobra para guiar y controlar la carga. Tenga cuidado con los cables eléctricos aéreos. Si usted está dando señales, mantenga contacto directo con los ojos del operador, use las señales correctas que se usan con las grúas, y no haga nada que desvíe su atención. Suspnda cualquier operación de izamiento en cualquier momento si tiene dudas de la seguridad.

Mantenimiento: Almacene el equipo de cables y cadenas de izamiento lejos del lodo y de la humedad. Inspeccione el equipo de cables y cadenas de izamiento periódicamente contra señales de desgaste y daños. Si tiene la oportunidad de tomar un curso sobre seguridad para las operaciones de izamiento, tómelo.

Recuerde que las grúas sólo son tan confiables como sus componentes de cables y cadenas de izamiento. Es esencial la selección, inspección, uso, y mantenimiento correcto del equipo de izamiento.

..... SAFETY REMINDER

Si usted está trabajando o parado cerca, no se pare demasiado cerca.

¡Quédese siempre lejos de cualquier carga aérea!

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

SAF.E CARDS® PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED MSDS # _____ SUBJECT: _____

MEETING DOCUMENTATION

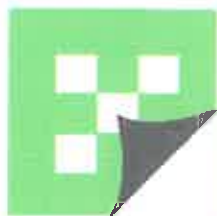
JOB NAME: _____

MEETING DATE: _____

SUPERVISOR: _____

ATTENDEES: _____

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



Weekly Safety Meetings

Safety Training for the Construction Industry

© 2017 Safety Meeting Outlines, Inc.

Select
Edition

Paragon Services Engineering

Los Cascos Duros I

(Hard Hats I)

Un casco es una de las piezas del equipo de protección personal más importante que puede usar en una obra de construcción. Lleva a cabo la importantísima tarea de protegerle su cabeza. Su cabeza es una de las partes más delicadas de su cuerpo; un sólo golpe a la cabeza lo puede dejar con daños cerebrales, incapacitado de por vida, o muerto. Por lo tanto, usted debe protegerse de las posibles lesiones a la cabeza usando su casco correctamente.

Los cascos proporcionan protección contra los impactos a la cabeza, limitan la penetración de objetos punzocortantes, y en algunos casos lo protegen de las descargas eléctricas de alto voltaje. Reducen el impacto de la caída de objetos o de materiales lanzados al aire, y de las lesiones causadas por choques, caídas, y choques eléctricos. Las lesiones a la cabeza pueden provocar dolores de cabeza, raspones leves, conmociones cerebrales, trauma, quemaduras, electrocución, y muerte.

Los cascos reducen el riesgo de este tipo de lesiones porque están diseñados con un armazón exterior duro y un sistema de suspensión interior. Adicionalmente, el ala o borde alrededor del casco puede desviar de las orejas, nariz, y hombros objetos que caen. Los cascos también le protegen la cabeza, cuero cabelludo, y cabello de la exposición al medio ambiente o contra los enredos en la maquinaria.

El casco proporciona protección contra golpes mediante una combinación de cuatro factores:

1. Cuando un objeto cae sobre el casco, el armazón duro resiste y desvía el impacto.
2. Debido a su forma, el casco distribuye la fuerza del golpe a través de toda su superficie.
3. El sistema de suspensión adentro del casco actúa como un amortiguador.
4. El casco puede aguantar los golpes—al moverse o al abollarse—para amortiguar aún más el golpe.

No se le olvide cuidar su casco y su casco lo cuidará a usted también. Revise su casco diariamente para ver que no tenga rajaduras, abolladuras, y señales de desgaste. Deseche aquellos cascos con agujeros o abolladuras. Por lo menos una vez al mes, lave su casco y su banda elástica para el sudor en agua tibia y jabonosa y enjuáguelo completamente. Nunca pinte su casco; la pintura contiene solventes que podrán reducir las propiedades de aislamiento o afectar el armazón. Nunca taladre, corte, o grabe su casco.

Para proporcionar protección, un casco debe usarse correctamente. Si lo usa en forma incorrecta, casi no proporciona ninguna protección.

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

¡Use la cabeza! Use siempre su casco.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

SAFE 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

© 2017 Safety Meeting Outlines, Inc.

Select Edition

Paragon Services Engineering

¡Es Tan Solo una Cortadita!

(It's Just a Little Cut!)

“¡Es tan solo una cortadita!” Puede que lo sea, pero esto significa que hay una abertura en su piel por donde bacterias y virus pueden entrar. Su piel es su órgano más extenso, diseñado para mantener afuera cualquier cosa ajena a su cuerpo. Cualquier daño que sufra su piel debe ser tratado seriamente. Por supuesto, el prevenir las cortadas es la mayor cura. Si usted no se corta, entonces no necesita preocuparse. Sin embargo, en la realidad de nuestro mundo, las cortadas y los raspones ocurren regularmente. Muchas veces usted ni siquiera se da cuenta que se ha cortado hasta que lo ve. Otras veces usted lo sabe inmediatamente ya que la herida le duele. El dolor es un buen indicador que algo ha pasado.

Las bacterias y los virus están presentes por doquier; algunos son inofensivos, pero muchos harán que se enferme. Cuando usted se corte, no se espere; atienda la herida. Los botiquines de primeros auxilios se proporcionan en cada obra. Típicamente puede encontrarlos en una oficina, en un trailer para las herramientas, o en un vehículo de la compañía. Asegúrese que usted sabe en dónde están guardados. Recuerde que las cortadas pequeñas, las hinchazones y los moretones pueden infectarse si no se atienden rápida y correctamente. Las cortadas ocurren con frecuencia—todo lo que toma es un descuido con la mano, un movimiento equivocado, o tan solo el manejar los materiales incorrectamente. Cuando usted se corte, busque atención médica con prontitud. Dése el tiempo de tomar un curso para que pueda proporcionar tratamiento de primeros auxilios cuando sea necesario.

Una vez que le hayan atendido su lesión, su tarea no termina ahí. Dependiendo de las instrucciones del doctor o del que proporcione los primeros auxilios, usted pudiera necesitar cambiar la curación o el vendaje con regularidad. En todos los casos, usted necesita observar el proceso curativo para asegurarse que no se inicia una infección. Una pequeña cortada puede transformarse en una herida peligrosa si se infecta. ¿Cómo sabrá usted si tiene una cortada infectada? Su cuerpo se lo dirá... tan solo observe si hay síntomas como hinchazón, enrojecimiento, sensación de calor alrededor de la cortada, pus, fiebre, o la aparición de líneas rojas alrededor de la herida. Si usted ve cualquiera de estos síntomas, notifíquelo a su supervisor o al representante de seguridad y consiga que un profesional médico le atienda la herida, de preferencia uno que conozca sobre lesiones relacionadas con el trabajo.

No hay diferencia alguna entre una cortada que le ocurre en el trabajo y una que le ocurre en casa—ambas requieren una atención inmediata. Observe a sus hijos también. Cuando tengan hinchazones, cortadas y raspones asegúrese de limpiar y cubrir las heridas. ¡Una cortada descuidada puede significar una herida infectada!

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

¡Deje saber al alguien si los suministros están bajos!

Si es su responsabilidad, mantenga los botiquines de primeros auxilios bien surtidos.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

SAFETY CARDS* PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED MSDS #

SUBJECT:

MEETING DOCUMENTATION

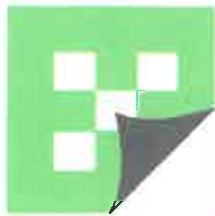
JOB NAME:

MEETING DATE:

SUPERVISOR:

ATTENDEES:

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



Weekly Safety Meetings **Select Edition**

Safety Training for the Construction Industry

© 2017 Safety Meeting Outlines, Inc.

Paragon Services Engineering

¡Piense antes de levantar un objeto!

(Think Before You Lift!)

Cada año, miles de trabajadores de la construcción se lastiman porque levantan incorrectamente objetos. Algunas de estas lesiones son leves, pero muchas terminan en incapacidades permanentes. Estas lesiones pueden evitarse si los trabajadores evitan el levantar objetos incorrectamente.

La Junta de Seguridad Semanal para hoy hablará de cómo levantar correctamente:

- ↗ Primero, observe lo que va a levantar. Si la carga tiene bordes afilados, astillas, clavos salientes, o está resbalosa, debe estar consciente de estos peligros antes de tratar de levantar la carga.
- ↗ Luego, necesita determinar cuánto pesa el objeto. Si está demasiado pesado para que lo levante solo, va a necesitar alguna ayuda—como la de un compañero de trabajo, una carretilla vertical, o un montacargas.
- ↗ Antes de mover cualquier objeto, revise su ruta y asegúrese que no haya obstáculos y peligros de tropezones.
- ↗ Si decide que va a levantar la carga en forma manual, doble sus rodillas, mantenga sus pies separados, y agarre bien el objeto. Levante enderezando sus piernas, manteniendo recta su espalda, para que los músculos de sus piernas hagan todo el trabajo.
- ↗ Al cargar cualquier objeto, vea por donde camina. Tenga cuidado en pasillos estrechos y en entradas apretadas en donde pudiera lastimarse sus manos o nudillos.
- ↗ Al caminar, mantenga la carga lo más cerca posible a su cuerpo.
- ↗ Al llegar a su destino final, haga el proceso al revés. Doble las rodillas, baje su cuerpo al agacharse en cuchillas, y suelte el objeto.
- ↗ Recuerde que los objetos vienen en muchos diferentes tamaños y formas; algunos tambores y barriles pueden ser rodados en vez de cargados, los materiales en sacos deben agarrarse por las esquinas, y los objetos largos deben cargarse entre dos personas.
- ↗ Nunca trate de cargar una carga que esté demasiado pesada para su capacidad física. Consiga ayuda— ya sea ¡humana o mecánica!

SAFETY REMINDER

El levantar correctamente no siempre es cosa natural. Usted tiene que concentrarse y pensar en cómo hacerlo hasta que se convierta en un hábito.

NOTES:	MEETING DOCUMENTATION
SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:	JOB NAME:
	MEETING DATE:
	SUPERVISOR:
	ATTENDEES:
SAFE CARDS SM PLANNED FOR THIS WEEK:	
REVIEWED MSDS #	SUBJECT:

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