



Weekly Safety Meetings **Select Edition**

Safety Training for the Construction Industry

© 2018 Safety Meeting Outlines, Inc.

Paragon Services Engineering

Week of 2/5/2018

Seguridad con la Electricidad I

(Electrical Safety I)

Sin la electricidad, el trabajo de la construcción sería mucho más difícil que lo que la mayoría de nosotros quisiéramos pensar, y por eso definitivamente queremos seguir usándola. Para usar la electricidad en forma segura, usted necesita conocer cómo funciona, y cómo controlarla.

La electricidad corre a través de conductores. Los conductores comunes incluyen: todos los objetos metálicos incluyendo el cable, conductos, varillas de acero, herramientas metálicas, y escaleras metálicas, así como el agua, los pisos húmedos, y usted. ¡El cuerpo humano es un conductor! Los aisladores impiden, o por lo menos reducen en gran medida, el flujo de electricidad. Algunos aisladores comunes incluyen el vidrio, hule, y plástico. La electricidad fluye de alto voltaje a bajo voltaje. Para evitar una electrocución, necesita asegurarse que usted no se convertirá en conductor entre un punto de alto voltaje y un punto de bajo voltaje. Para reducir el riesgo de la electrocución, siga estos consejos de seguridad.

- No use una herramienta eléctrica mientras está parado o tocando algo mojado.
- Maneje cualquier circuito eléctrico como si estuviera energizado.
- Evite el contacto con los transformadores.
- Use herramientas de doble aislamiento siempre que sea posible.
- Asegúrese que todo equipo eléctrico esté puesto a tierra.
- Conecte las herramientas de potencia a enchufes eléctricos puestos a tierra protegidos con Dispositivos interruptores de circuito eléctrico accionado por corriente de pérdida a tierra (GFCI).

- Verifique con la compañía local de servicios públicos antes de excavar o trabajar cerca de los cables de electricidad o servicios públicos subterráneos.
- Inspeccione todos los cables eléctricos para asegurarse que no tengan cortaduras, aislamiento deshilachado, terminales expuestas, y conexiones sueltas.
- Cuando tenga que dar mantenimiento o reparar un circuito o equipo eléctrico, asegúrese que esté cerrado con candado y protegido.
- Asegúrese que los cables de extensión sean del tamaño y clasificación correctos para la herramienta que está usando.
- Nunca use una escalera de aluminio para trabajar cerca de un equipo o sistema eléctrico.
- El equipo eléctrico siempre debe ser reparado por personas especializadas.
- Use el correspondiente equipo de protección personal.
- Siga todos los procedimientos establecidos de seguridad.

La electricidad hace que nuestro trabajo sea más fácil, pero exige nuestro respeto. Si usted no le da la debida importancia a su potencia, ¡dicha potencia puede lastimarlo!

SAFETY REMINDER

No deje que un descuido cerca de un cable eléctrico resulte en una lesión o muerte.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

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

REVIEWED SDS #

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

© 2018 Safety Meeting Outlines, Inc.

Paragon Services Engineering

Week of 2/12/2018

Seguridad con la Electricidad II

(Electrical Safety II)

Típicamente, usted usa la electricidad sin pensarlo dos veces. Cuando usted enciende un interruptor, espera que las luces se enciendan, que el motor funcione, o que las herramientas de mano funcionen. Pero la electricidad también presenta peligros que pueden causar lesiones serias y hasta la muerte. La industria de la construcción tiene el porcentaje más alto de muertes causadas por electrocución. No tome a la ligera a la electricidad; esté consciente de sus posibles peligros y desarrolle costumbres seguras para reducir el riesgo de sufrir una lesión o de ser electrocutado.

Los cuatro tipos de lesiones resultantes de una descarga eléctrica son: electrocución, daños a los tejidos, quemaduras, y caídas. La electrocución es un choque eléctrico que resulta en la muerte. Pocas personas se dan cuenta de la poca cantidad de electricidad que puede causar una lesión fatal — aún la corriente de una lámpara pequeña de 7.5-watts, 120 voltios es suficiente para causar la electrocución. Los daños a los tejidos pueden afectar sus nervios y sus órganos internos; y la electricidad puede detener su corazón. El entrar en contacto con la electricidad también puede resultar en quemaduras externas e internas así como contracciones musculares involuntarias que pudieran provocar una caída de una escalera o de un lugar elevado.

La seguridad eléctrica comienza con el buen sentido común. Siempre inspeccione sus herramientas y cables antes de usarlos. Inspeccione las clavijas eléctricas y busque cualquier daño a bornes de conexión a tierra. Si falta el borne de conexión a tierra, la clavija debe de reemplazarse. Nunca use una herramienta o cable eléctrico dañado. Cuando sea posible, conecte las herramientas a enchufes eléctricos

protegidos con un interruptor accionado por corriente de pérdida a tierra (GFCI). Aleje las escaleras y postes metálicos de los cables de electricidad.

Nunca mezcle electricidad y agua. Al usar cualquier herramienta eléctrica, mantenga los cables y equipo lejos del agua. Nunca se pare en agua al usar una herramienta eléctrica. Siempre desconecte una herramienta antes de repararla y siga los procedimientos correspondientes de cierre con candado y colocación de avisos. Al trabajar cerca de equipo eléctrico, use el equipo de protección personal requerido tal y como guantes y protección para los ojos. Respete los letreros que advierten acerca de peligros de choques eléctricos.

La electricidad es una necesidad en cada sitio de trabajo pero puede presentar serios peligros. El ambiente de trabajo en una obra de construcción es impredecible y puede ser muy pesado para las herramientas y equipo. Tal vez tenga que conectarse a cableado temporal o a generadores portátiles. Se puede mojar mientras trabaja cuando comienza a llover. Los cables de extensión son pisados por maquinaria y personal, son arrastrados y cortados. Debe tener más cuidado con las herramientas y el equipo eléctrico. Las inspecciones frecuentes y el estar siempre consciente de las condiciones cambiantes reducirá considerablemente la posibilidad de una lesión eléctrica.

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

No deje que el poder de la electricidad lo espante.

Reconozca y prevenga los peligros eléctricos.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

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

REVIEWED SDS # _____ 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

© 2018 Safety Meeting Outlines, Inc.

Paragon Services Engineering

Week of 2/19/2018

Llevando a casa la cultura de la seguridad

(Bringing the Culture of Safety Home)

Cada día, se le recuerda sobre la importancia de la seguridad en el trabajo. Usted ve los letreros de advertencia y los carteles de seguridad, asiste a los entrenamientos de seguridad, y habla con sus compañeros de trabajo y supervisores quienes también están conscientes de la seguridad. Su empleador podrá contar el número de días que han transcurrido sin un accidente o lesión. Tal vez se les podrá reconocer o premiar a las personas y los equipos de trabajo por sus logros sobresalientes de seguridad.

Pero la seguridad no debe ser algo que usted deja en el trabajo al final del día. En casa, los recordatorios de seguridad y lo que resulta de ellos es igual de importante. Tome el papel de líder de seguridad para su familia. Enséñeles la manera segura y recuérdelos que deben integrar la seguridad en cada cosa que hagan. Y no hay cosa más gratificante que saber que su familia está segura y saludable.

El entrenamiento y los conocimientos que usted usa para mantenerse seguro en el trabajo fácilmente son aplicables a lo que usted y su familia hacen en casa, cuando van de vacaciones y durante sus actividades de recreo y tiempo libre. Haga que sea una prioridad el mantener a su casa libre de accidentes y libre de peligros. Lleve sus buenos conocimientos de seguridad a casa al compartir su actitud positiva sobre la seguridad con su familia y amistades. Aquí le damos algunos temas sobre seguridad para comentar con su familia:

Lesiones de la espalda: Ya sea si está levantando bolsas de comestibles de la tienda o moviendo muebles, siempre practique técnicas seguras para levantar las cargas.

Caidas: Limpie los derrames, mantenga los pasillos despejados de juguetes u otros objetos, y asegúrese de contar con

suficiente iluminación en las escaleras. Tenga cuidado al colocar las decoraciones navideñas.

Productos químicos peligrosos: Mantenga los productos químicos domésticos, limpiadores, y medicinas lejos de los niños. Mantenga el número de emergencia para reportar incidentes de envenenamiento junto con otros números telefónicos de emergencia. Use las pinturas, pesticidas, y solventes en un área ventilada, y use el EPP correspondiente.

Equipo de protección personal: Enséñele a su familia a usar crema bloqueadora de sol, cascos, guantes, chalecos salvavidas, y otro equipo de seguridad cuando realizan actividades al aire libre.

Peligros de incendio: Involucre a su familia en la creación de un plan de escape en caso de incendio. Enséñeles a sus hijos qué pueden hacer en caso de una emergencia de incendio y cómo operar su extintor de incendio en su casa.

Travesuras y distracciones: Enséñeles a sus hijos que hay momentos en que puede ser peligroso hacer travesuras, o jugar bruscamente—por ejemplo, mientras está manejando o cuando alguien está cortando verduras en la cocina.

Como la seguridad en la construcción, la seguridad en el hogar involucra el nunca tomar atajos, tratar de ahorrar tiempo o tener demasiado confianza, y siempre siga las recomendaciones del fabricante. Sea un modelo ejemplar positivo para su familia y haga que la seguridad sea un valor familiar.

SAFETY REMINDER

La seguridad es importante las 24 horas del día. ¡Nunca salga de su casa (o del trabajo) sin ella!

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

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

REVIEWED SDS #

SUBJECT:

MEETING DOCUMENTATION

JOB NAME:

MEETING DATE:

SUPERVISOR:

ATTENDEES:

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



Los Cascos Duros II

(Hard Hats II)

Un golpe o choque repentino con un objeto puede causar una lesión seria a la cabeza. Por eso es muy importante usar su casco en todo momento. A través de los años, los fabricantes de equipo, sindicatos, asociaciones laborales, y trabajadores han exigido mejor protección para la cabeza. Los cascos de hoy en día son seguros, cómodos, confiables, y le protegen la cabeza contra lesiones serias y golpes aunque no tan serios, pero dolorosos.

Los cascos lo protegen de objetos que caen desde arriba. También lo protegen de golpes a la cabeza causados por vigas bajas o espacios restringidos como espacios accesibles solamente entrando a gatas, túneles, y bóvedas. Los cascos pueden evitar que su cabello quede atrapado en la maquinaria. También lo pueden proteger de la exposición a ciertos peligros ambientales o químicos. Los cascos proporcionan una capa dura de protección. No importa que tipo de casco use—de policarbonato, fibra de vidrio, o metal—éste actúa como un escudo físico para su cabeza.

Los cascos también pueden protegerlo de otros peligros. Algunos cuentan con abrazaderas especiales para montar la protección para la audición, luces montadas en la parte frontal, caretas para soldar, o caretas faciales. Algunos cuentan con visores para el sol para proteger su cuello y orejas contra las quemaduras del sol. Durante un día caliente, su casco proporciona sombra para su cabeza, ayudándolo a mantenerla fresca. La temperatura debajo de

su casco puede ser de entre 5 a 10 grados menor que la temperatura ambiental.

La suspensión es responsable de distribuir la energía de un impacto y de proporcionar un ajuste cómodo. Asegúrese de que esté en su lugar y correctamente ajustada. Use siempre el casco con la visera hacia enfrente. Esa protección adicional encima de sus ojos y nariz es muy útil cuando un objeto cae desde arriba. Usted tiene la obligación de mantener su casco en buenas condiciones. Nunca haga agujeros en su casco. Los agujeros en el armazón exterior del casco pueden reducir en forma importante su capacidad para protegerlo contra una electrocución. No use sustancias químicas fuertes para limpiar su casco. Inspecciónelo periódicamente que no tenga abolladuras, rajaduras, y señales de desgaste.

Hay varias clases y tipos de cascos; asegúrese de usar el caso correcto para el tipo de trabajo que estará desempeñando. Debe haber una etiqueta de certificación en el interior de cada casco. Ocasionalmente, los cascos de béisbol aparecen en las obras de construcción. Mientras que pueden tener más estilo, no pueden tomar el lugar de un casco duro en el sitio de trabajo.

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

Deje de hacer excusas.

Use su casco.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

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

REVIEWED SDS #

SUBJECT:

MEETING DOCUMENTATION

JOB NAME:

MEETING DATE:

SUPERVISOR:

ATTENDEES:

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