



# Weekly Safety Meetings **Select Edition**

Safety Training for the Construction Industry

© 2018 Safety Meeting Outlines, Inc.

Paragon Services Engineering

Week of 3/5/2018

## Equipo Personal de Protección

*(Personal Protective Equipment)*

El Equipo Personal de Protección (PPE) está diseñado para proteger varias partes del cuerpo humano que frecuentemente son lastimadas o dañadas—como los ojos, pulmones, pies, manos, oídos, cabeza, etc. El PPE ayuda a evitar lesiones. El PPE viene en muchas formas: como cascos duros, anteojos protectores, máscaras de hule, chalecos salvavidas, arneses de seguridad, protectores para oídos y protección para ojos, son tan solo algunos que mencionar. Cuando elija qué PPE utilizar, considere el tipo de trabajo que estará haciendo, el clima, y cualquier material con el que usted vaya a estar en contacto. Su patrón es responsable de eliminar los peligros en la obra, siempre que sea posible. Cuando los peligros no pueden ser completamente eliminados, se le requiere a su patrón que proporcione el Equipo Personal de Protección (PPE) apropiado. ¡Asegúrese que lo utiliza! El equipo para protección personal más utilizado es el casco duro. Es el símbolo más visible de la industria de la construcción.

Le proporciona una capa protectora en su cabeza. Dentro de su cabeza está su cerebro—el dejarla desprotegida sería tonto. Por lo tanto, no sea un cabezadura y ¡póngase su casco duro!

Otro importante equipo para protección personal es la protección para ojos. Sus ojos le proporcionan el conocimiento del mundo alrededor de usted—le permiten conducir, jugar pelota con sus hijos, ir de cacería y, por supuesto, hacer su trabajo. Asegúrese que usted utiliza la clase de protección para ojos que resulte la mejor para su trabajo. Su protector para ojos debe quedarle bien ajustado

y debe mantenerlo limpio. Enjuague la tierra, la mugre y el polvo antes de limpiar los lentes.

El Equipo Personal de Protección (PPE) no tiene valor alguno si no es utilizado o si se utiliza incorrectamente. Cada uno de ustedes debe ser entrenado a utilizar y mantener el equipo personal de protección que necesita para hacer su trabajo. Una vez que haya sido entrenado, es su responsabilidad el usar el equipo de protección y asegurarse que está limpio y en un estado bueno y seguro.

Si un corredor profesional de la Asociación Nacional de Automóviles Clásicos de Carreras NASCAR sale hacia la pista sin su casco duro, ¿estaría bien porque él es un buen conductor y no planea estrellarse? o, ¿sería simplemente tonto? Si un miembro de la ofensiva de un equipo de fútbol americano atajara al contrario en el campo sin su casco duro y sin protectores de hombros, ¿estaría bien porque él es realmente un hombre fuerte? o, ¿sería simplemente tonto? Por lo tanto, si usted inicia su trabajo sin su Equipo Personal de Protección, ¿es usted realmente tan bueno o tan fuerte que sería imposible que se lastimara, o es usted simplemente un tonto?

### SAFETY REMINDER

**Ese polvo u olor químico en el aire pudiera no solamente ser irritante—¡pudiera ser tóxico!**

**Aprenda cuándo ventilar el área o cuándo usar una máscara de hule.**

#### 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.*



# Lesiones de las Manos

(Hand Injuries)

La protección de sus manos es crítica. Usted usa sus manos para cepillar sus dientes, comer, manejar su automóvil, cortar el césped, y sujetar sus herramientas. ¿Puede usted pensar en un período de dos minutos desde que se despertó esta mañana cuando no haya usado sus manos para hacer algo? Usted usa sus manos todo el tiempo. Necesita cuidarlas mucho.

Vamos a tomar unos cuantos minutos para identificar algunas cosas que usted puede hacer para evitar las lesiones de las manos.

- **Use guantes**—pues son su principal defensa contra las cortaduras, raspones, ampollas, y quemaduras:
  - o Seleccione los guantes correctos para el trabajo y asegúrese de que le queden cómodamente.
  - o Use guantes resistentes a los productos químicos al trabajar con sustancias químicas, especialmente productos cáusticos y ácidos.
  - o Mantenga limpio el interior de sus guantes. Los contaminantes en sus guantes pueden causar ampollas y quemaduras.
  - o Póngase guantes al usar cuchillos, cortacajas, etc. Siempre corte en sentido opuesto a su cuerpo.
- **Tenga cuidado con los peligros causados por las máquinas**—evite que cualquier parte de su cuerpo sea prensada o amputada:
  - o Quite anillos, relojes, brazaletes, etc., para reducir la posibilidad de quedar enredado o atrapado.

- o Aléjese de los puntos de pellizco y de las flechas girando.
- o Siempre mantenga los resguardos de protección en su lugar. Nunca trate de evadir o pasar por alto un resguardo o dispositivo de seguridad.
- o Use un cepillo, o pala—no sus manos—para limpiar las rebabas o limaduras de las áreas de trabajo.
- **Esté pendiente de su trabajo**—las decisiones sencillas evitarán las lesiones:
  - o No agarre el vidrio roto, las varillas de refuerzo, cortadores, y otros objetos punzocortantes con las manos sin protección.
  - o Mantenga sus manos lejos de los bordes afilados, agujas, clavos salientes, y astillas.
  - o Tenga cuidado al cargar cualquier objeto. Los marcos de las puertas y las barandillas de las escaleras pueden machucar sus manos y dedos.
  - o Aprenda a reconocer y evitar los puntos de pellizco antes de que lo pellizquen.

Sus manos pueden sujetar, empujar, jalar, guiar, agarrar, doblar, y sentir. Son indispensables e irremplazables. Requieren de adecuado cuidado y atención.

### SAFETY REMINDER

**Asegúrese siempre de tener una correcta sujeción de las cosas; ya sea que esté usando una herramienta o la carga que está moviendo.**

### 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

Safety Training for the Construction Industry

© 2018 Safety Meeting Outlines, Inc.

Select Edition

Paragon Services Engineering

Week of 3/19/2018

## La Prevención y Protección Contra Incendios

(Fire Prevention & Protection)

El mes de octubre es el Mes Nacional de la Prevención de Incendios. Cada año, los negocios, organizaciones cívicas, comunidades, escuelas, y departamentos de bomberos utilizan este mes para llevar a cabo campañas en pro de prevención y protección contra incendios. Usted puede tomar este tiempo para asegurarse de que usted, su familia, amigos, y sus compañeros de trabajo reconozcan las posibles causas de los incendios. Hable con su familia y amigos acerca de la prevención de incendios y de qué hacer en caso de que fallara la prevención y comience un incendio.

### No importa si está en el trabajo o en casa, tenga en mente estos consejos de seguridad sobre los incendios:

- Tenga un plan de escape en casa y practíquelo con su familia.
- Sepa por lo menos dos maneras de salir de cada habitación.
- Instale detectores de humo en su casa y reemplace las pilas por lo menos una vez al año.
- Asegúrese que los enchufes eléctricos están diseñados para aguantar las cargas de los aparatos electrodomésticos.
- Mantenga los encendedores y cerillos fuera del alcance de los niños.
- Asegúrese de que todo mundo sepa como usar los extinguidores de incendio y sepa dónde se encuentran.
- Desconecte los aparatos tales como planchas y secadores de cabello después de cada uso. Déjelos enfriar antes de guardarlos.
- Desarrolle un plan de escape en el trabajo y practíquelo.
- Sepa por lo menos dos maneras de salir de su área de trabajo en el sitio de trabajo.
- Apague los motores y déjelos enfriar antes de surtirlos nuevamente de combustible.
- Almacene los productos inflamables en recipientes cerrados y aprobados, dando cumplimiento a todos los reglamentos.
- Si no ha revisado sus extinguidores recientemente, hágalo justo después de esta junta.
- Mantenga todas las salidas sin obstrucciones, sin barreras, y sin llave en todo momento.
- Si usa un cable de extensión, asegúrese que esté debidamente clasificado para la carga eléctrica que usará.
- Si huele humo o cualquier olor extraño, asegúrese de investigarlo.
- Cuando descubra un incendio, suene la alarma de incendios, llame al departamento de bomberos, y luego sálgase del área rápidamente.
- Cuando escuche una alarma, no investigue—evacue.

### SAFETY REMINDER

### ¿Qué hace con otro tipo de emergencias?

### ¿Está preparado para casos de lesiones graves, tornados, derrames de productos químicos, terremotos y explosiones?

#### 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.*





# Calentadores Portátiles

(Portable Heaters)

Los calentadores portátiles hacen posible que usted trabaje con más eficiencia cuando hace mucho frío. Proporcionan condiciones de trabajo cómodas y le permiten continuar con su trabajo programado. Pero si los calentadores portátiles son usados indebidamente, pueden ser peligrosos. Con la temporada de invierno encima, es importante repasar algunos lineamientos para el uso seguro de los calentadores portátiles para evitar los incendios, quemaduras, explosiones, choques eléctricos, y envenenamiento con monóxido de carbono.

Ya sea que use un calentador que quema combustible o un calentador eléctrico, piense en la seguridad antes de comenzar a usarlo. Lea y siga todas las recomendaciones del fabricante. Las instrucciones no serán iguales para todos los calentadores. Tenga mucho cuidado al seleccionar el lugar en donde colocar la unidad. Nunca coloque un calentador en un pasillo, entrada, u otro lugar en donde exista la posibilidad de que sea golpeado y tirado. Asimismo, asegúrese que el calentador descansa encima de una superficie sólida. Mantenga un extinguidor de incendios cerca, pero no justo al lado de cada calentador portátil. Nunca deje sin atender un calentador en funcionamiento. Mantenga los calentadores lejos de materiales combustibles o inflamables incluyendo ropa, paredes, cortinas, y material de desperdicio. Todos los calentadores portátiles deben colocarse **por lo menos a tres pies** de distancia de cualquier cosa a su alrededor. Nunca tire materiales combustibles hacia o adentro de un calentador.

### Calentadores eléctricos:

Inspeccione el cable eléctrico para asegurar que no esté dañado. No use el calentador si el cable está deshilachado o

agrietado. Conecte los calentadores directamente al enchufe de la pared. Mucha carga eléctrica en un cable de extensión puede causar el sobrecalentamiento e iniciar un incendio. Nunca toque un calentador eléctrico si usted está mojado o tiene las manos mojadas, y no use un calentador eléctrico en un área húmeda o mojada. Desconecte el calentador cuando no lo está usando y antes de efectuar cualquier reparación.

### Calentadores que queman combustible:

Asegúrese de tener suficiente aire fresco y buena ventilación. Esto permitirá suficiente oxígeno para la combustión eficiente y para evitar una acumulación de gases dañinos. Nunca almacene productos de gas embotellado, petróleo, o combustibles cerca de un calentador. Un derrame, fuga, o recipiente sobrecalentado pudiera causar un incendio o explosión. Siempre deje enfriar el calentador antes de tratar de ponerle combustible nuevamente. Limpie inmediatamente los derrames de combustible. Nunca tenga una llama lo suficiente grande que eche chispas.

El uso descuidado de los calentadores portátiles puede causar lesiones e incendios mortales. Use los calentadores portátiles en forma segura.

.....  
**SAFETY REMINDER**  
.....

**¡El monóxido de carbono mata!**

**Si usa un calentador que quema combustible en un espacio cerrado tal vez usted no llegará a casa esta noche.**

### 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.*