



Garrison Engineered, Inc.

Manual de Seguridad del Empleado

Preparado por:

Garrison Engineered, Inc.

En asociación con:

U.S. Compliance Systems, Inc.

Este Manual es la vigente en: 07/05/2022

Descargo de Responsabilidad: Este Manual de Seguridad del Empleado tiene licencia para el uso exclusivo de Garrison Engineered, Inc.. Los materiales del programa fueron seleccionados por el cliente de materiales estandarizados. U.S. Compliance Systems no recopila ni retiene información específica del cliente y no modifica los programas estandarizados para los clientes. Los clientes no pueden modificar contenido estandarizado. USCS no acepta responsabilidad por los materiales del programa seleccionados e implementados por los clientes.

Tabla de Contenido

Compromiso de Seguridad	4
Autoridad para Detener el Trabajo y el Derecho de los Trabajadores de Rechazar una Declaración Peligrosa de Política de Trabajo	5
Código de Prácticas Seguras	7
Consideraciones de Seguridad	8
Servicio de Limpieza	8
Emergencias Médicas	8
Prevención de Incendios	8
Extinguidores de Fuego Portátiles	9
Protección contra Incendios	10
Primeros Auxilios y Botiquines de Primeros Auxilios	10
Materiales Peligrosos en el Sitio de Trabajo	11
Equipo de Protección Personal	12
Levantar, Empujar y Tirar	13
Resbalones, tropezones y caídas	14
Herramientas Básicas	14
Herramientas Eléctricas (Motorizadas)	15
Interruptores de Circuito con Falla a Tierra (GFCI)	15
Cables de Extensión	16
Escaleras Portátiles	17
Señales y Etiquetas	18
Iluminación adecuada	18
Ropa Apropiaada	18
Higiene Personal	18
Drogas y Alcohol	18
Violencia en el Lugar de Trabajo	18
Investigación de Accidentes	19
Publicaciones	20
Reuniones de Seguridad	20
Aplicación	20
Calendario de Acciones de Aplicación	22
Programas Específicos de Cumplimiento de CalOSHA	23
Control de Energía Peligrosa	23
Plan para el Control de Exposición a Patógenos	24
Protección Contra Caídas	25
Carretillas Elevadoras	26
Comunicación de Riesgos	26
La Prevención de Enfermedades Relacionadas con el Calor	27
Espacios Confinados que Requieren Permiso	27
Equipo de Protección Personal	28
Protección Respiratoria	28
Andamios	29
Requisitos de Seguridad Específicos de la Compañía	30
Reconocimiento del Manual de Empleado	31

Compromiso de Seguridad

Nos comprometemos a asegurar que usted no trabaje en un ambiente que es insalubre, riesgoso o peligroso para su salud o su seguridad. Usted será instruido en cómo reconocer y evitar condiciones inseguras y los reglamentos que se aplican a su ambiente de trabajo para controlar o eliminar cualquier peligro o exposición a enfermedades o lesiones.

Utizando los programas de seguridad y salud aportados por CalOSHA así como otros materiales de referencia, desarrollaremos e implementaremos el entrenamiento de seguridad de la compañía, sus políticas y sus procedimientos según sea necesario.

El Administrador del Programa de Seguridad o las personas designadas realizarán inspecciones frecuentes y regulares de nuestras instalaciones, materiales y equipos.

Usted solo podrá operar equipos o maquinarias si está calificado por entrenamiento o experiencia. Las maquinarias, las herramientas, los materiales o los equipos que usted encuentre que no estén en conformidad con cualquier estándar particular de CalOSHA o que usted determine que sean inseguros, serán identificados como tal por etiquetado; bloquear los controles; o removerlos físicamente de su lugar de operación.

La seguridad requiere el compromiso de todas las personas, desde la gerencia superior hasta el recién empleado. Se espera que usted participe activamente en el entrenamiento de seguridad y realice su trabajo de manera segura.

La persona que más se beneficia de mantener un ambiente de trabajo seguro es usted. Usted será la persona que no sufrirá lesiones ni enfermedades ocupacionales. Adicionalmente, un sitio de trabajo seguro protege a los demás empleados y compañeros de trabajo. Realizar las tareas de manera segura nos permite trabajar más eficazmente, reduce la posibilidad de daños al equipo, elimina citaciones costosas y aumenta nuestras oportunidades de obtener más trabajo. Trabajar de manera segura solo atrae beneficios positivos para usted y la compañía.

Si se encuentra con una tarea nueva para la cual no sabe el procedimiento de seguridad correcto, pida instrucciones a su supervisor antes de proceder.

No dude en señalar al supervisor las deficiencias de seguridad que usted haya observado - así podrá evitar lesiones a usted mismo o a un compañero de trabajo.

Los estándares de CalOSHA que son aplicables al trabajo que usted realiza están fácilmente accesibles.

Autoridad para Detener el Trabajo y el Derecho de los Trabajadores de Rechazar una Declaración Peligrosa de Política de Trabajo

Como se indicó en la Orientación de Seguridad de los Empleados Nuevos, cada empleado debe:

- a. Trabajar de manera segura y seguir las reglas y los procedimientos de trabajo establecidos a lo mejor de su capacidad.
- b. Pedir aclaraciones sobre los procedimientos de seguridad de los cuales no está seguro, antes de comenzar a realizar una tarea.
- c. Reportar al supervisor o la persona competente cualquier acto o procedimiento inseguro y asegurarse de que éstos sean tratados y resueltos antes de continuar el trabajo.

Se han establecido procedimientos específicos para asegurarnos de que todos los empleados comprendan la importancia de **no** realizar una tarea de trabajo si no puede realizarse con seguridad y conforme a las normas apropiadas.

Se dará entrenamiento en los Procedimientos de la Autoridad para Detener el Trabajo durante la orientación de seguridad de los empleados nuevos antes que se les asigne una determinada tarea de trabajo. El entrenamiento será documentado e incluirá el nombre del empleado, las fechas del entrenamiento y el tema.

Todos los empleados no sólo tienen la autoridad de detener el trabajo cuando el control de un peligro de salud, de seguridad o ambiental no esté claramente establecido o entendido, sino que tienen la obligación de detener el trabajo.

Procedimientos:

- a. Al descubrir o darse cuenta de que el control de un riesgo de salud, de seguridad o ambiental no está claramente establecido o entendido, el empleado parará inmediatamente el trabajo.
- b. Los empleados con los que esté trabajando serán inmediatamente informados para que dicho riesgo de salud, de seguridad o ambiental no les afecte a ellos ni a su trabajo.
- c. El supervisor o la persona competente será notificado tan pronto como sea posible para que la situación pueda resolverse (corregirse).
- d. Si el supervisor o la persona competente puede resolver con éxito el asunto, se reanudará el trabajo. Si no se resuelve, el trabajo permanecerá parado hasta que lo sea. La mayoría de los incidentes de detención de trabajo suelen resolverse de manera oportuna en el sitio de trabajo. En ocasiones, podría requerir de una investigación adicional para determinar la causa o raíz del problema y los procedimientos apropiados a seguir.
- e. La detención de trabajo será documentada con un informe de detención de trabajo.

Revisión del Supervisor:

Los supervisores que revisen los reportes de detención de trabajo pueden determinar la participación de los empleados en el programa, la calidad de las intervenciones, detectar tendencias comunes e identificar oportunidades de mejorar y establecer nuevos procedimientos de seguridad para impedir que vuelvan a producirse.

Seguimiento:

Después que la intervención de detención de trabajo haya sido iniciada y cerrada, el supervisor haya completado la revisión y todas los asuntos de seguridad hayan sido resueltos de manera oportuna para la satisfacción de todas las personas involucradas en el sitio de trabajo, antes de reanudar el trabajo (o, si es necesario, después de que se hayan completado las investigaciones adicionales y las acciones correctivas necesarias para identificar y tratar las causas de raíz), la **importancia del seguimiento** puede ser demostrada al:

- a. proporcionar una herramienta de aprendizaje para el desarrollo de un mejor entrenamiento.
- b. establecer nuevos procedimientos de seguridad.
- c. facilitar el intercambio de aprendizaje.

Responsabilidades:

Empleado: Iniciar una detención de trabajo cuando sea necesario.

Supervisor o persona competente: notificar a todo el personal afectado y supervisar el incidente de detención de trabajo, corregir el problema y reanudar el trabajo cuando sea seguro hacerlo.

Gerencia: Establecer una norma en donde la autoridad de poder detener el trabajo se ejerza libremente.

Se les recuerda a los empleados que cumplan con su **obligación** de detener el trabajo cuando se justifica, que bajo ninguna circunstancia será el cumplir con esta obligación motivo de ninguna forma de represalia o intimidación por parte de nuestra empresa ni de la empresa para la cual estemos trabajando.

Esta Declaración de Política será publicada en un lugar visible.

Michael Jensen
Director de Seguridad

Código de Prácticas Seguras

A continuación se presentan las reglas básicas de seguridad que se aplican en todas las situaciones:

- a. Nunca haga nada que sea inseguro por ninguna razón. Si se encuentra una condición insegura, repórtelo a su supervisor.
- b. No quite ni desactive ningún dispositivo de seguridad. Mantenga todas las protecciones en todo momento en la maquinaria, el equipo y las herramientas eléctricas en funcionamiento.
- c. No realice ninguna tarea laboral a menos que esté entrenado antes de la asignación inicial.
- d. Nunca opere ningún equipo a menos que esté entrenado y autorizado.
- e. Use su equipo de protección personal cuando sea necesario.
- f. Obedezca todas las señales de advertencia de seguridad.
- g. Se prohíbe trabajar bajo la influencia del alcohol y las drogas ilegales y usarlos en el trabajo.
- h. No traiga armas de fuego ni explosivos a la propiedad de la compañía ni a ningún sitio de trabajo.
- i. Se prohíben los juegos rudos, correr y pelear.
- j. Limpie los derrames inmediatamente.
- k. Vuelva a poner todas las herramientas y suministros en su lugar después del uso.
- l. No permita que los residuos se acumulen. Practique siempre el orden y la buena limpieza.
- m. Se realizarán inspecciones de seguridad al principio de cada trabajo y al menos una vez por semana.

Copias de nuestro Código de Prácticas Seguras serán publicadas en los sitios de trabajo.

Consideraciones de Seguridad

Usted debe tener un entendimiento total de los principios y tópicos que se detallan más adelante y sus aplicaciones en toda situación en todos los lugares de trabajo. Los procedimientos de seguridad para trabajos específicos serán explicados a través de un entrenamiento formal o entrenamiento en el trabajo, dependiendo de la tarea.

En cada proyecto habrá una persona competente que tenga el conocimiento y la autoridad de detener el trabajo si se desarrollara una condición peligrosa que no pueda ser resuelta de inmediato. Se realizarán inspecciones regulares y aleatorias para asegurar que se sigan los procedimientos de seguridad.

Servicio de Limpieza

Usted debe mantener limpia y ordenada su área de trabajo *en cuanto sea práctico*. La limpieza y pulcritud en general tiene un impacto directo en la seguridad y salud. Un mantenimiento apropiado puede prevenir caídas y resbalones, mantener las salidas libres de obstáculos por si hay alguna emergencia, evitar lesiones por la caída de objetos, mejorar la seguridad contra incendios y prevenir la proliferación de roedores y otras clases de sabandijas. A continuación, están enumeradas las reglas de limpieza general:

- a. Todas las superficies de trabajo se mantendrán limpias y secas.
- b. La basura no se dejará acumular.
- c. Los materiales almacenados serán cuidadosamente apilados en el lugar de trabajo.
- d. Los envases se sellarán cuando no estén en uso.
- e. Los objetos no quedarán desatendidos en las escaleras.
- f. Las entradas y salidas serán debidamente marcadas y no bloqueadas.

Emergencias Médicas

NO BRINDE NINGUNA AYUDA MÉDICA PARA LA CUAL USTED NO ESTÉ CAPACITADO POR ENTRENAMIENTO CERTIFICADO

Si ocurriera una lesión que requiriera un médico de emergencia, se tomarán las siguientes acciones en el orden dado:

- a. Llamar al número de emergencias médicas del sitio de trabajo.
- b. Brindar cualquier asistencia médica para la cual esté entrenado y certificado. No brindar ninguna ayuda médica para la cual no esté capacitado.
- c. Designar a un individuo para dirigir a los médicos de emergencia a la persona lesionada y proporcionar hojas de datos de seguridad, o SDS (por sus siglas en inglés), si es aplicable.
- d. Notificar a la persona competente que, a su vez, notificará a la oficina.

Prevención de Incendios

La prevención de incendios no se trata del manejo de una emergencia de incendio, sino más bien prevenir un incendio desde antes que ocurra. Para reducir la probabilidad de incendio, usted debe seguir las siguientes reglas:

- a. Se permitirá fumar sólo en áreas designadas. Los materiales de fumar serán extinguidos totalmente y colocados en contenedores apropiados. Bajo ninguna circunstancia se fumará durante el reabastecimiento de combustible de los vehículos ni dentro de 50 pies de los materiales inflamables.

- b. Los productos serán manipulados y almacenados de acuerdo con los procedimientos enumerados en sus Hojas de Datos de Seguridad (SDS, en inglés) individuales.
 - c. Todo equipo que produzca calor se mantendrá correctamente y será operado según las instrucciones del fabricante para prevenir el incendio accidental de materiales inflamables.
 - d. Se tomarán precauciones al trabajar con llama abierta y esas zonas se harán seguras contra el fuego mediante la eliminación o protección de los materiales inflamables a que no se enciendan.
 - e. Los líquidos inflamables se almacenarán en recipientes aprobados.
 - f. Se limpiarán de inmediato los derrames de sustancias químicas--particularmente los líquidos inflamables y reactivos. Serán desechados apropiadamente los contenedores químicos y materiales de limpieza dañados.
- Nota:** ¡Tenga cuidado! La información relacionada con los equipos de protección personal; el desecho adecuado; los procedimientos adecuados de limpieza; la ventilación requerida; etc. se encuentra en la Hoja de Datos de Seguridad (SDS) de los productos.
- g. Se separará la basura de los líquidos inflamables y las fuentes de ignición.
 - h. Se mantendrá el acceso a extinguidores de fuego portátiles y bocas de incendio.
 - i. ¡Ponga en práctica el buen servicio de limpieza!

Extinguidores de Fuego Portátiles

Usted debe saber la ubicación de los extinguidores de fuego, qué clase de extinguidor es apropiado para cada tipo de incendio y cómo usar un extinguidor de la manera correcta.

Los extinguidores portátiles estarán localizados de manera que sean fácilmente accesibles.

Los extinguidores portátiles se distribuirán como se indica a continuación:

Clase	Distribución	Notas
A "A" en un triángulo verde	75 pies o menos de distancia entre el empleado y el extinguidor	Para uso en madera, papel, basura, etc.
B "B" en un cuadrado rojo	50 pies o menos de distancia entre la zona de peligro y el extinguidor	Para uso en gas licuado, inflamable, etc.
C "C" en un círculo azul	Basado en el patrón adecuado para los riesgos existentes de la clase A o clase B	Para uso en incendios eléctricos
D "D" en una estrella amarilla	75 pies o menos de distancia entre la zona de trabajo de metal inflamable y el extinguidor u otros contenedores o agentes extinguidores de clase D	Para uso en metales combustibles

El uso del extinguidor incorrecto puede propagar el incendio en algunos incendios. Extinguidores portátiles adecuados para fuegos de clase ABC estarán disponibles en todos los sitios de trabajo --- por lo menos un extinguidor en cada piso de un proyecto ubicado cerca de la escalera.

Protección contra Incendios

El número de teléfono de los bomberos locales, así como la dirección del sitio de trabajo será publicado o fácilmente accesible.

Si ocurre un incendio, se notificarán todo el personal y el departamento local de bomberos. En todas las situaciones de emergencia, el personal debe:

- a. Permanecer tranquilo.
- b. Hablar clara y lentamente.
- c. Dar la ubicación exacta.
- d. Describir la situación.
- e. Dar el número de teléfono de donde está llamando.
- f. No colgar el teléfono hasta que le hayan dicho que lo haga.

Primeros Auxilios y Botiquines de Primeros Auxilios

En caso de emergencia médica, que no sea rasguños y moretones leves, y es lo suficientemente grave como para solicitar asistencia médica profesional, usted debe llamar al Número de Respuesta de Emergencia publicado en el tablón de anuncios del sitio de trabajo. Antes de que lleguen los proveedores de primeros auxilios, en la medida de lo posible, despeje el camino para que puedan llegar al empleado lesionado de la manera más directa posible.

El personal capacitado en posesión de un certificado actual de Primeros Auxilios de la Cruz Roja o su equivalente debe estar disponible de inmediato en el sitio de trabajo para proporcionar tratamiento de primeros auxilios. Los empleados que realicen primeros auxilios utilizarán precauciones universales y garantizarán que se establezca una barrera impermeable entre ellos y los posibles agentes patógenos transmitidos por la sangre.

Según Sección 14300.7(b)(5)(B) de la Norma de California, los primeros auxilios se limitan a:

- a. Utilizar un medicamento disponible sin receta médica en la fuerza disponible sin receta. (para los medicamentos disponibles en forma de receta médica y también sin receta médica, la recomendación de un médico u otro profesional de la salud licenciado de usar un medicamento sin receta a la fuerza de receta se considera tratamiento médico para fines de mantenimiento de registros);
- b. La administración de la vacuna contra el tétano (otras inmunizaciones, como la vacuna contra la hepatitis B o la vacuna contra la rabia, se consideran tratamientos médicos);
- c. Limpiar, lavar o remojar heridas en la superficie de la piel;
- d. Usar revestimientos de herida tales como vendajes, Band-Aids™, gasas, etc.; o el uso de vendajes de mariposa o Steri-Strips™. (otros dispositivos para cerrar las heridas como suturas, grapas, etc. se consideran tratamiento médico);
- e. Usar terapia caliente o fría.
- f. Utilizar cualquier medio no rígido de apoyo, tales como vendajes elásticos, envolturas, cinturones de espalda no rígidos, etc. (los dispositivos con soporte rígido u otros sistemas diseñados para inmovilizar partes del cuerpo se consideran tratamientos médicos para propósitos de mantenimiento de registros);

- g. Utilizar dispositivos de inmovilización temporal mientras se transporta a una víctima de accidente (por ejemplo, férulas, cabestrillos, collares de cuello, tableros traseros, etc.);
- h. Perforar una uña de las manos o de los pies para aliviar la presión o el drenaje de líquido de una ampolla;
- i. Usar parches oculares;
- j. Extraer del ojo cuerpos extraños usando solamente irrigación o un hisopo de algodón;
- k. Remover astillas o materiales extraños de áreas aparte del ojo por irrigación, pinzas, bastoncillos de algodón u otros medios simples.;
- l. Utilizar protectores de dedos;
- m. Usar masajes (la fisioterapia o el tratamiento quiropráctico se consideran tratamientos médicos para propósitos de mantenimiento de registros); o
- n. Beber líquidos para el alivio del estrés causado por el calor.

Si un empleado se lesiona y se llama al personal de emergencia, mantenga la calma y tranquilice al empleado lesionado de que recibirá ayuda.

Fluidos Desde un punto de vista de seguridad, no debe descuidar la necesidad de líquido potable (bebible).

En los sitios de trabajo, el esfuerzo excesivo y el calor requieren la necesidad de abundante agua abundante.

Desde un punto de vista biológico, el tomar líquidos lo mantiene saludable, permitiendo a su cuerpo mantener su temperatura corporal a su nivel apropiado, así como también transportar alimentos, gases y residuos dentro de su cuerpo.

Imagine a su cuerpo como una fábrica química a base de agua que funciona sólo dentro de un rango estrecho de temperatura. El sudar (pérdida de agua) enfría al cuerpo y este líquido debe ser reemplazado.

¡Beba mucha agua!

Materiales Peligrosos en el Sitio de Trabajo

Al trabajar adentro o alrededor de las estructuras viejas, peligros potenciales del asbesto (amianto) y plomo pueden existir. En muchos sitios de trabajo, puede existir el riesgo de exponerse a la sílice cristalina. La presencia de estos peligros y los requisitos de protección respiratoria y de PPE apropiados se divulgarán antes de que comience cualquier trabajo.

Si se "descubrieran" éstos materiales mientras el trabajo esté en progreso, nosotros protegeremos a nuestros empleados de estos peligros por medio de:

- a. la identificación de estos problemas por la persona competente.
- b. se informará al dueño, al diseñador del proyecto o ingeniero de los peligros.
- c. se asegurarán las áreas en cuestión hasta que las pruebas de las muestras salgan negativas.

Asbesto El asbesto (amianto) se puede encontrar en las tuberías, las paredes y el aislamiento de las calderas; las chapas exteriores; y el material de piso. El asbesto friable o el que se esté desmoronando presenta más riesgo porque puede flotar en el aire y ser inhalado por el sistema respiratorio. Sin protección respiratoria, las fibras microscópicas del asbesto pueden entrar en la parte más profunda del pulmón, causando cicatrices y rigidez del pulmón. El resultado es una reducción del intercambio de gases - una condición llamada asbestosis.

Plomo El plomo se puede encontrar en las tuberías de agua, las soldaduras y las pinturas. El plomo es un metal pesado y tóxico que puede ser absorbido por el cuerpo por la ingestión o la inhalación. Es un veneno acumulativo que puede permanecer en el cuerpo durante décadas.

Aunque una dosis masiva de plomo puede matar en cuestión de días, es más probable estar expuesto a una cantidad moderada de asbesto o plomo que probablemente no crea problemas de salud por años--si es que los crea.

Sílice cristalina La sílice cristalina puede encontrarse fácilmente en muchos sitios de trabajo en las rocas, así como también en muchos productos de cemento (hormigón) y albañilería (mampostería). Sílice cristalina puede liberarse en el aire cuando los empleados realicen tareas como:

- a. Cortar, martillar, perforar, triturar o mover las rocas.
- b. La detonación abrasiva.
- c. Aserrar, martillar, perforar, o barrer el concreto o albañilería.

Exponerse a la sílice cristalina sin protección respiratoria puede causar una enfermedad pulmonar llamada silicosis.

Debido a la naturaleza crónica (de largo plazo) de estos peligros, los efectos perjudiciales para la salud debido al exponerse a este químico no se notarán de inmediatamente.

La persona competente designada en el sitio de trabajo evitará que los empleados estén expuestos a estos materiales.

Las áreas que contienen estos materiales serán acordonadas y protegidas con señales de advertencia adecuadas. No entre en las áreas restringidas, a menos que su trabajo lo requiera y solo después de un entrenamiento específico de cómo combatir estos peligros. El entrenamiento incluirá el PPE, la protección respiratoria, los procedimientos de trabajo, la supervisión médica, el control, la higiene, el manejo, las pruebas y el etiquetado.

Equipo de Protección Personal

Se realizará una evaluación de peligros para determinar cuáles tipos de equipo de protección personal (PPE, por sus siglas en inglés) son apropiados. La mayor parte de esta evaluación de peligros será determinar cuáles necesidades de PPE pueden ser eliminadas a través de controles de ingeniería viables o procedimientos de trabajo.

Las categorías de tipos de peligro que se consideran son: el impacto; la penetración; la compresión; los productos químicos; el calor; el polvo nocivo; y la radiación de la luz.

El enfoque del PPE es eliminar lesiones de los ojos, las manos, los pies, las extremidades y la cabeza. A los visitantes expuestos a estos peligros identificados, se les prestará el PPE apropiado (y se les dará instrucciones de cómo usarlo) antes de ser expuestos al peligro.

Usted debe entender las limitaciones de su PPE; el procedimiento correcto de cómo ponerse, ajustarse y quitarse el PPE; el cuidado y mantenimiento apropiado y la vida útil del PPE.

La limpieza del PPE es de suma importancia cuando se trata de los ojos, donde el empañamiento, las ralladuras o la suciedad pueden hacer del PPE un peligro en vez de proteger de un peligro.

Un par de gafas de seguridad puede salvar su preciada vista.

El PPE especializado para el rendimiento de trabajo tales como los cascos los respiradores, los tapones para los oídos, las gafas de seguridad, etc. le será proporcionado. Usted es responsable del cuidado del equipo asignado. Los artículos de PPE que sean dañados o no funcionen deben ser entregados al supervisor para su reparación o reemplazo.

El PPE normal generalmente le protege de una lesión *instantánea*, tal como un proyectil en un ojo. La protección respiratoria y la de la audición, aunque sean PPE, son abarcadas por normas más estrictas que los cascos, por ejemplo. Los peligros respiratorios y de la audición pueden tardar años en percibirse. La selección de protección de audición y de un respirador son procedimientos más complicados que de un PPE común (es decir, cascos, gafas de seguridad, guantes, botas con puntas de acero, etc.). Sus usos están gobernados por estándares específicos que requieren un entrenamiento profundo basados en datos científicos objetivos.

Para la comodidad personal y para evitar ruidos y molestias respiratorias que no están por encima del nivel requerido de protección, máscaras contra el polvo y tapones para oídos pueden usarse en cualquier momento.

Levantar, Empujar y Tirar

Las lesiones de la espalda a menudo son causadas por lo obvio - poner tensión excesiva en la parte baja de la espalda al levantar un objeto que es demasiado pesado o incómodo o por doblar y/o girar al levantar algo.

Sin embargo, las lesiones por levantar también son causadas por razones menos obvias:

- a. Mala condición física
- b. Mala postura
- c. Mal juicio (levantar, tirar, empujar un objeto que es obviamente demasiado pesado o incómodo sin asistencia y sin usar una elevadora mecánica)
- d. Falta de ejercicio
- e. Peso corporal excesivo

Las técnicas de levantar son importantes para la seguridad del empleado. Las técnicas de levantar enumeradas a continuación reducirán la probabilidad de lesiones:

- a. Levantar objetos cómodamente, no necesariamente de la manera mas rápida o fácil.
- b. Levantar, empujar y jalar con las piernas, no con los brazos ni la espalda.
- c. Al cambiar de dirección mientras esté moviendo un objeto, girar con los pies, no con la cintura.
- d. Evitar levantar más arriba que la altura del hombro.

- e. Al estar de pie mientras levanta, pararse recto.
- f. Al caminar, mantener una postura erecta; usar calzado antideslizante y de apoyo.
- g. Al transportar objetos pesados, llevarlos cerca del cuerpo y usar ambas manos.
- h. Al levantar objetos pesados o voluminosos, obtener ayuda o utilizar una ayuda mecánica como un carro, carro de mano, carretilla elevadora, etc.
- i. Al bajarse de una altura de más de ocho pulgadas, bajarse hacia atrás, no para adelante (enfrente).
- j. Llevar objetos pesados cerca del cuerpo - evitar estirarse
- k. Levantar lento y suavemente. Evitar movimientos espasmódicos.
- l. Mantener una línea de visión clara.

Resbalones, tropezones y caídas

Los resbalones, tropezones y caídas están entre los accidentes más comunes en sitio de trabajo. A continuación, se enumeran algunas de las causas de los resbalones, tropezones y caídas:

- a. Correr en el lugar de trabajo.
- b. Participar en juegos rudos.
- c. Trabajar desde una escalera portátil que no esté colocada firmemente.
- d. Llevar un objeto que bloquea la línea de visión.
- e. Llevar botas de trabajo desamarradas o desabrochadas.
- f. Trabajar en un andamio sin barandillas de seguridad.
- g. Utilizar escaleras portátiles que tienen aceite y grasa en los peldaños.
- h. No utilizar los pasamanos en las escaleras.
- i. Un área de trabajo sucio con escombros esparcidos.
- j. No poner atención en lo que uno esté haciendo.

La lista podría continuar, pero todo lo enumerado arriba se puede prevenir adhiriéndose a los procedimientos de seguridad, usando el sentido común, y prestando atención a los peligros probables en el sitio de trabajo.

Herramientas Básicas

Mucho se ha escrito sobre las herramientas **eléctricas** (motorizadas) y la importancia de protectores y otros tópicos relacionados con seguridad. Muy pocas veces se hace referencia a las lesiones causadas por las herramientas simples de mano. Toda clase de herramienta es peligrosa si no se usa correctamente. Las herramientas básicas incluyen pero no se limitan a: martillos, destornilladores, palas, tijeras, cuchillos utilitarios y llaves inglesas.

A continuación, se enumeran cinco pautas para el uso de las herramientas básicas.

- a. Nunca use una herramienta con un propósito diferente al propósito para el cual fue diseñada.

El uso incorrecto de una herramienta sin duda la puede dañar y puede resultar en lesiones al resbalarse o romperse.

- b. Nunca exceda el límite del diseño de una herramienta.
i la herramienta no logra hacer el trabajo al usarse correctamente, usted tiene la herramienta equivocada. Exceder el límite del diseño de la herramienta ciertamente dañará la herramienta y por supuesto, usted se expone a una lesión si ésta se resbala o se rompe.
- c. Inspeccione las herramientas antes de usarlas.
Los mangos partidos o astillados, las cabezas flojas, las superficies de impacto abultadas tipo "hongos", las cuchillas y escoplos desafilados, los mangos torcidos, gastados o con puntas deformadas -- todas estas condiciones son peligrosas en una herramienta. Repare o reemplace la herramienta -- ¡pero no la use!
- d. Limpie las herramientas después de usarlas.
Es mucho más fácil limpiar y lubricar las herramientas inmediatamente después de usarlas que esperar hasta que se oxiden o se incruste la mugre.
- e. Guarde las herramientas en su lugar.
Si las herramientas se guardan en orden, usted no perderá tiempo buscándolas. Desde el punto de seguridad, usted tendrá la herramienta a mano en el momento que la necesite. Además, si tiene las herramientas debidamente guardadas, evitará la posibilidad de cortarse un algún objeto filudo al rebuscarlas en una caja de herramientas desorganizada.

Herramientas Eléctricas (Motorizadas)

Usted podrá operar las herramientas eléctricas (motorizadas) solamente si está autorizado para hacerlo. Esta autorización le será dada después de que esté probado que usted tiene la capacidad para manejarlas a través del entrenamiento o la experiencia.

Si no se usan correctamente, las herramientas eléctricas (motorizadas) que parecen simples pueden causar lesiones serias. Asegúrese de que entienda el manual de operador y nunca desactive las protecciones de seguridad.

Interruptores de Circuito con Falla a Tierra (GFCI)

Cuando usted use el cableado temporal -- los cables de extensión son una forma de cableado temporal -- se deben usar interruptores de circuito con falla a tierra (GFCI, por sus siglas en inglés). El GFCI está diseñado para prevenir que usted reciba una descarga eléctrica peligrosa.

Como es tan común 115v a 15A, la seguridad a menudo se ignora. El peligro no está en el voltaje sino en los amperios (corriente). 0.015 amperios es suficiente corriente como para causarle un golpe doloroso.

La tabla a continuación fue preparada por el Consejo Nacional de Seguridad y la Compañía Pacific Telegraph:

Valores de Corriente Seguros

Amperios	Efecto del Contacto
0.001A (1mA)	No se siente
0.0001-0.008A (1-8mA)	Se siente, pero no duele: no pierde el control de músculos

Valores de Corriente Inseguros

Amperios	Efecto del Contacto
0.015 - 0.02A (15 - 20 mA)	Una descarga eléctrica dolorosa: pérdida de control muscular; no poder soltar; no dañina para los órganos
0.02 - 0.09A (20 - 90mA)	Quemaduras; dificultades de respiración; músculos adoloridos
0.1 - 0.2A (100mA - 200mA)	* Fibrilación Ventricular (una condición fatal del corazón)
0.2 - 2A (200mA - 2A)	Quemaduras; parálisis de los pulmones; nervios dañados con más de 600V
2A y más, corrientes freideras; quemaduras graves de dos tipos:	1. externas - causadas por el arco de contacto 2. internas – la cocción de los órganos y la carne. Resultados: amputación o la destrucción de órganos vitales
* La Fibrilación Ventricular es esencialmente un aleteo del corazón que es inútil para circular la sangre.	

Si usted recibe un choque eléctrico, debe buscar una evaluación médica incluso si no hay ningún daño aparente.

Se requiere un GFCI en toda salida de corriente de 120 voltios, 15-, 20- y 30-amperios que no sea parte del cableado permanente de un edificio. Los GFCI proporcionan seguridad para los empleados por medio de la detección de la pérdida de corriente resultante de un cortocircuito, sobrecalentamiento y/o falla a tierra y cortan la corriente en tan poco como 1/40 de un segundo.

Un GFCI **no** protege a un empleado que entra en contacto con dos cables calientes o un alambre caliente y un alambre neutro. Un GFCI **sí** proporciona protección contra los incendios, el sobrecalentamiento, los daños al aislamiento y, la forma más común de peligro de descarga eléctrica, la falla a tierra. Siempre se debe **probar** un GFCI antes de su uso.

Cables de Extensión

Los cables de extensión (cableado temporal), la energía eléctrica temporal y las instalaciones de iluminación de 600 voltios nominales o menos solo podrán utilizarse de la manera siguiente:

- durante la remodelación, mantenimiento o reparación de edificios, estructuras, o equipos y actividades similares.
- por un período que no exceda los 90 días para la iluminación decorativa de navidad y propósitos similares.
- durante emergencias.

El cableado temporal se debe retirar inmediatamente después de la finalización del proyecto o del propósito para el cual fue instalado el cableado.

Los cables de extensión no sustituirán a un cableado permanente y las siguientes precauciones deberán tomarse:

- Los cables de extensión se mantendrán fuera de las superficies de trabajo y no estarán cubiertos para evitar tropezones. Los cables no serán colocados en carriles de circulación vehicular.
- Los cables eléctricos no deberán ser suspendidos con grapas, colgados con clavos o suspendidos por cables.
- No se utilizarán cables eléctricos desgastados ni defectuosos.

Antes de utilizar un cable de extensión, un empleado debe:

- a. Inspeccionar el cable para asegurarse que no tenga grietas ni cortes y un cable defectuoso deberá etiquetarse y ponerse fuera de servicio.
- b. Asegúrese que el cable tenga un enchufe de tres clavijas para hacer conexión a tierra.
- c. Utilice el cable continuo más corto posible. Los cables no pueden ser empalmados juntos.
- d. Asegúrese que el cable no esté colocado en agua.
- e. Asegúrese que el cable esté clasificado adecuadamente para el trabajo.

Escaleras Portátiles

Durante las inspecciones rutinarias del sitio de trabajo, los supervisores deben mantenerse constantemente atentos en busca de infracciones de las siguientes reglas de seguridad de escalera y tomar acción correctiva inmediata para asegurar la seguridad de nuestros empleados:

- a. Una escalera o una escalera portátil se proporcionará en todos los puntos de acceso de personal donde haya una elevación de 19 pulgadas o más.
- b. Las escaleras portátiles nunca serán sobrecargados.
- c. Los peldaños, largueros y escalones de las escaleras portátiles deben ser paralelos, niveles y uniformemente distribuidos cuando una escalera esté en posición de uso.
- d. Las escaleras portátiles no serán atadas ni sujetadas a menos que así estén diseñadas.
- e. Las escaleras portátiles utilizadas para obtener acceso a un nivel superior extenderán por lo menos 3 pies por encima de la superficie de aterrizaje superior o la escalera se sujetará en su parte superior.
- f. Las escaleras deben estar libres de aceite, grasa u otros peligros resbaladizos.
- g. Las escaleras portátiles deben utilizarse para el propósito para el cual fueron diseñados.
- h. Se utilizarán las escaleras no autosuficientes en un ángulo en el que la distancia horizontal del apoyo superior al pie de la escalera sea de aproximadamente 1/4 la longitud de la escalera.
- i. Las escaleras portátiles se utilizarán solamente en superficies estables y niveladas a menos que estén sujetadas para prevenir el desplazamiento.
- j. Las escaleras portátiles no se utilizarán en superficies resbalosas a menos que estén sujetadas o tengan pies antideslizantes para evitar el desplazamiento accidental.
- k. Las escaleras portátiles colocadas en cualquier lugar donde puedan ser desplazadas por las actividades del sitio de trabajo o el tráfico de personas serán sujetadas para evitar el desplazamiento accidental o se utilizará una barricada para mantener las actividades o el tráfico lejos de la escalera.
- l. Las áreas alrededor de la parte superior e inferior de la escalera se mantendrán desocupados.
- m. Las escaleras no se moverán ni se cambiarán de puesto ni se extenderán mientras estén ocupadas.

- n. El escalón superior de escalera no debe utilizarse como una escala.
- o. Las escaleras portátiles con defectos estructurales se marcarán inmediatamente de manera que fácilmente las identifique como defectuosas y se sacarán de servicio hasta que hayan sido reparadas.
- p. Al subir o bajar una escalera portátil, uno se debe poner de frente a la escalera.
- q. Los empleados deben utilizar al menos una mano para agarrar la escalera portátil al subir o bajar la escalera.
- r. Los empleados no deben llevar ningún objeto ni carga que podría causar la pérdida del equilibrio y resultar en una caída.

Señales y Etiquetas

Usted debe prestar atención a las muchas señales y etiquetas encontradas en los sitios de trabajo. La codificación poli-cromática ayuda a determinar el nivel de peligro:

rojo = peligro

amarillo = precaución

naranja = advertencia

blanco = instrucción de seguridad

naranja fluorescente = peligro biológico

Iluminación adecuada

Usted debe poder ver bien lo que esté haciendo. Una guía simple para la iluminación adecuada es esta: Si no está seguro que tiene suficiente luz para su trabajo, ¡usted no lo tiene!

Ropa Apropiaada

Use ropa apropiada para su trabajo. Usted podría estar expuesto al calor, el frío, la lluvia o la nieve. Use ropa que sea cómoda, pero no capaz de engancharse en el equipo.

Higiene Personal

Usted tendrá acceso a los baños según sea necesario. No lleve los químicos del sitio de trabajo a sus casas en su piel ni en la ropa.

Drogas y Alcohol

Con la excepción de los medicamentos de venta sin receta médica como la aspirina o los medicamentos prescritos por un médico, usted no puede tener drogas ni alcohol en cualquier sitio del trabajo. El abuso del alcohol y las drogas causa un nivel inaceptable de riesgo de seguridad. Si se determina que usted esté bajo la influencia de las drogas y/o el alcohol, su supervisor lo sacará inmediatamente de su trabajo y el Director de Seguridad tomará medidas disciplinarias adicionales.

Si está tomando medicamentos recetados que reduzcan las habilidades motoras, debe informarle a su supervisor para que le dé una asignación de trabajo apropiado.

Violencia en el Lugar de Trabajo

La violencia en el lugar de trabajo puede definirse como: "cualquier acto o amenaza de violencia física, acoso, intimidación u otra conducta perturbadora amenazante que ocurra en el lugar de trabajo". Tenga en cuenta que acciones como gritar, insultar y destruir o arrojar objetos se consideran como violencia en el lugar de trabajo si el empleado que presenta la queja siente que su seguridad está en peligro.

En el caso de que nuestros empleados estén expuestos a la violencia en el lugar de trabajo instigada por actos de nuestros empleados u otras personas, inmediatamente se tomarán los siguientes pasos:

- a. Aquellos que no estén directamente amenazados o expuestos a actos violentos advertirán inmediatamente a los demás y se retirarán del área. Llame al 911 o a las autoridades policiales locales, cuando haya llegado a un lugar seguro.
- b. Si siente que está a punto de convertirse en víctima de la violencia en el lugar de trabajo y no tiene la oportunidad de huir, intente mantener la calma. No haga nada amenazante. En la primera oportunidad, busque un lugar seguro y llame al 911 o a las autoridades policiales locales.

Cualquier empleado que sea víctima de cualquier tipo de violencia laboral, física o verbal, debe notificar inmediatamente a su supervisor. Si el supervisor directo de un empleado es el instigador, el empleado debe pasar al siguiente nivel de supervisión. Las acciones violentas que resulten en lesiones se reportarán a la policía sin excepción.

Una investigación interna comenzará de inmediato e incluirá entrevistas con las personas involucradas, incluyendo posibles testigos. Cuando sea posible, haremos todo lo posible para mantener la privacidad durante la investigación y el seguimiento. Nuestra compañía prohíbe expresamente las represalias de cualquier tipo contra cualquier empleado que presente una queja o asista en la investigación de una queja. Dichos empleados no pueden verse afectados negativamente de ninguna manera relacionada con su empleo. Las represalias también son ilegales según la ley federal.

Cualquier incumplimiento de comportamiento en el lugar de trabajo que lleve a una acción violenta contra otro empleado se tratará como una violación grave de seguridad sujeta a acciones correctivas extremas, que puedan incluir el despido.

Investigación de Accidentes

Como empleado de Garrison Engineered, Inc., usted tiene el derecho y la responsabilidad de reportar todas las lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo sin temor a ser víctima de represalias, discriminación o terminación del empleo.

Como cuestión de política, todos los empleados deben reportar todos los accidentes y lesiones relacionados con el trabajo inmediatamente a la persona competente/supervisor en un sitio de trabajo. La persona competente/supervisor completará un formulario de investigación de accidentes y lo remitirá a Michael Jensen, el Director de Seguridad.

El propósito de la investigación de accidentes es prevenir que el mismo tipo de accidente recurra. La investigación de un accidente comenzará inmediatamente después de que la crisis médica sea resuelta.

Los casi-accidentes, eventos que no resulten en ninguna lesión ni daño, serán investigados porque, aunque el resultado es diferente, las causas son las mismas.

Su responsabilidad, si usted estuviera involucrado en una investigación de accidente como testigo, usted debe contestar debidamente las preguntas que se le hagan, para así evitar accidentes en el futuro.

Publicaciones

En cada sitio de trabajo habrá un tablero de anuncios o un área para las publicaciones ubicado prominentemente. Todos los empleados deben saber esta política. Ciertas publicaciones son requeridas como cuestión de ley en todos los casos y otras publicaciones se requieren dependiendo de las circunstancias y los tipos de trabajo que se realizan.

En todos los casos, lo siguiente debe publicarse en el sitio de trabajo para cumplir con los requisitos del Código Laboral de California y del Título 8 del Código de Reglamentos de California.

- a. Nuestro Código de Prácticas de Seguridad.
- b. Protección de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- c. Durante el período comprendido entre el 1 de febrero y el 30 de abril, se debe publicar el Formulario 300A de CalOSHA, Resumen Anual de Lesiones y Enfermedades Relacionadas con el Trabajo, para lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo que hayan ocurrido durante el año anterior.
- d. Los Números Telefónicos de Emergencia.
- e. Órdenes Salariales de la Comisión de Bienestar Industrial.
- f. Aviso del Día de Pago.
- g. Aviso a los Empleados: Lesiones Causadas por el Trabajo.
- h. Aviso de Portador y Cobertura de Compensación para Trabajadores.

Nota: Obtenido para el Asegurador

- i. Protecciones del Denunciante.
 1. Si los empleados estén trabajando con sustancias peligrosas/tóxicas, se debe publicar lo siguiente:
Acceso a los Registros de Exposición Médica - inglés.
Acceso a los Registros de Exposición Médica - español.
 2. Si los empleados estén utilizando camiones industriales, se debe publicar lo siguiente:
Reglas de Operación para Camiones Industriales - inglés
Reglas de Operación para Camiones Industriales – español

Reuniones de Seguridad

Dependiendo del trabajo en cuestión, las reuniones de seguridad se pueden realizar durante el turno de trabajo. El éxito de las reuniones requiere la participación interactiva del presentador, así como también la de los que asistan la reunión. Preste atención, no dude en hacer preguntas y asegúrese de que al fin de la reunión no le queden dudas sobre ningún asunto de seguridad.

Aplicación

Se espera que todos los empleados cumplan con las normas de seguridad y las directrices que Garrison Engineered, Inc. ha establecido, no sólo para protegerse a sí mismo, sino también para proteger a sus compañeros de trabajo. Si ocurre una violación de seguridad, el supervisor inmediato del empleado tomará las siguientes medidas:

Violaciones Menores de Seguridad:

Violaciones que **no** se esperaría razonablemente que causaran lesiones graves.

- a. Se corregirá la situación de peligro.
- b. El empleado será informado de los procedimientos correctos a seguir y su supervisor se asegurará de que estos procedimientos se entiendan.
- c. El supervisor hará un informe escrito de la ocurrencia usando el Formulario de Documentación de Aplicación e informará al empleado que esta documentación será enviada a Michael Jensen, nuestro Director de Seguridad, por un período de retención de un año.
- d. Una recurrencia de la misma violación menor de seguridad se considera sustancialmente más grave que la primera.

Violaciones Mayores de Seguridad:

Violaciones que se podría esperar razonablemente que resultaran en lesiones graves o en muerte.

- a. Se corregirá la situación de peligro.
- b. El empleado será informado de los procedimientos correctos a seguir y su supervisor explicará a la persona la gravedad de la violación y las consecuencias probables de este tipo de violación si se repite. El supervisor se asegurará de que el individuo entienda los procedimientos correctos y lo advertirá que una recurrencia podría dar lugar a una acción disciplinaria hasta e incluyendo el despido.
- c. El supervisor hará un reporte escrito de la ocurrencia utilizando el Formulario de Documentación de Aplicación e informará al empleado que esta documentación será enviada a Michael Jensen por un período de retención de un año.

Violaciones Mayores de Seguridad Intencionales:

Violación intencional de una regla de seguridad que razonablemente se podría esperar causara lesiones graves al empleado o un compañero de trabajo.

- a. Se corregirá la situación de peligro.
- b. El empleado será removido del sitio de trabajo, el evento será documentado y enviado a y el empleado será despedido.

Los empleados deben entender que el principal propósito de documentar las violaciones a la seguridad es asegurar que el asunto importante de la seguridad de los empleados se tome en serio y que el potencial de lesión se reduzca al nivel más bajo posible.

**Calendario de Acciones de Aplicación
Violaciones Ocurridas en un Período de 1 Año Calendario**

Violación Menor

Ofensa	Acción	Repetición de la Misma Ofensa	Acción
1ra	Aviso por Escrito	1ra	1 Día sin Trabajo
2da	Aviso por Escrito	2da	3 Días sin Trabajo
3ra	1 Día sin Trabajo	3ra	Despido
4ta	2 Días sin Trabajo		
5ta	3 Días sin Trabajo		
6ta	Despido		

Violación Mayor

Ofensa	Acción	Repetición de la Misma Ofensa	Acción
1ra	Aviso por Escrito	1ra	4 Días sin Trabajo
2da	2 Días sin Trabajo	2da	Despido
3ra	4 Días sin Trabajo		
4ta	Despido		

Programas Específicos de Cumplimiento de CalOSHA

Cuando usted encuentre las situaciones que se enumeran a continuación, debe realizar sus tareas de acuerdo con los programas escritos que cumplan con normas específicas de CalOSHA. A continuación, está un resumen de cada programa.

Control de Energía Peligrosa

Los procedimientos de control de energía peligrosa (bloqueo/etiquetado) se aplican cuando hay una posibilidad de lesión debido a la activación inesperada, el arranque o la liberación de energía almacenada al construir, instalar, configurar, ajustar, inspeccionar, modificar, mantener o dar servicio a maquinaria fija. No se requiere el bloqueo/etiquetado para trabajos en equipos eléctricos conectados a enchufes por cable para los cuales la exposición a peligros puede controlarse desenchufando el equipo ni a las operaciones de “hot tap” (la reparación de mecanismos bajo presión).

El incumplimiento de los procedimientos de bloqueo/etiquetado resulta en la posibilidad de aplastamiento, desmembrado, mutilación, paralizado, electrocutado, cortado o perforado por la liberación repentina de energía de las siguientes fuentes: condensador, químico, contrapeso, eléctrico, motor, volante, hidráulico, neumático, resorte, térmico o gravedad.

	Procedimientos
Preparación para el Apague:	Ubicar todos los dispositivos de aislamiento mediante la Evaluación de la Fuente de Energía.
Apague de Equipo:	Informar a la persona afectada y usar el procedimiento normal para apagar el equipo.
Aislamiento de Equipo:	Aislar físicamente el equipo de su(s) fuente(s) de energía--puede haber más de una fuente.
Aplicación del Dispositivo:	Aplicar cerraduras y/o etiquetas codificadas por colores para mantener los dispositivos de aislamiento en una posición “Neutral” o “Apagado” (Off).
Escape de Energía Almacenada:	Disipar la energía almacenada.
Verificación del Aislamiento:	Antes de comenzar el trabajo, usar los controles de la máquina y asegurar que la máquina no funcione.
Fin del Bloqueo/Etiquetado:	La persona que aplicó los dispositivos es el que los quita después de asegurar que el área no tenga restricciones y los empleados afectados hayan sido informados.

Los empleados autorizados bloquearán/etiquetarán los dispositivos de aislamiento de energía con las cerraduras individuales asignadas. Las cerraduras u otros dispositivos de bloqueo/etiquetado no se utilizarán para ningún otro propósito, serán codificados por colores e indicarán la identidad del empleado autorizado que aplica el dispositivo. Se puede usar una cerradura sin una etiqueta si solo se des-energiza un circuito o equipo, el período de bloqueo no se extiende más del turno de trabajo y los empleados saben que no se está utilizando una etiqueta con la cerradura.

Una etiqueta puede usarse sola si proporciona protección completa para el empleado y si se usa junta con otra medida de seguridad. Medidas de seguridad adicionales incluyen el retiro de un elemento de aislamiento de circuito, el bloqueo de un interruptor de control o la abertura de un dispositivo de desconexión extra. Las etiquetas deben advertir sobre las condiciones peligrosas si la máquina o el equipo se energice e incluirán una leyenda como la siguiente: No Encender, No Abrir, No Cerrar, No Operar, etc.

Toda la energía almacenada será aislada. En caso de que exista la posibilidad de la re-acumulación de energía almacenada, la verificación del aislamiento debe continuar hasta que se complete el mantenimiento. El empleado autorizado debe operar los controles de operación normales para verificar que la máquina o el equipo se haya des-energizado y que no funcionará. Después de la prueba anterior, se volverán los controles de operación a la posición "Neutral" o "Apagado" ("Off").

Antes de retirar los dispositivos de bloqueo/etiquetado y restaurar la energía: el área de trabajo se inspeccionará para garantizar que los elementos no esenciales se hayan removido y que los componentes de la máquina o del equipo estén operacionalmente intactos; el área de trabajo será revisada para asegurar que todos los empleados hayan sido posicionados de manera segura o hayan salido del área. Un dispositivo solo puede ser retirado por la persona que lo aplicó a menos que esa persona no esté disponible. Otra persona competente puede retirar el dispositivo siempre que se informe al empleado que lo aplicó.

Si el servicio o mantenimiento requiere a más de un individuo, una persona será designada como Líder de Grupo y esa persona mantendrá la responsabilidad general de los empleados que trabajen bajo su control. Los Procedimientos de Control de Energía que se extiendan al siguiente turno:

- a. Si el dispositivo de aislamiento de energía sí acepta dos dispositivos de bloqueo/etiquetado, el empleado autorizado que empiece su turno de trabajo colocará su dispositivo personalizado de bloqueo/etiquetado en su lugar antes de que el empleado que termine su turno quite su dispositivo.
- b. Si el dispositivo de aislamiento de energía no acepta dos dispositivos de bloqueo/etiquetado, los empleados autorizados entrantes y salientes notificarán a los empleados de que un cambio de bloqueo/etiquetado se esté llevando a cabo; ambos empleados asegurarán que el área circundante esté libre de herramientas y empleados; el empleado saliente retirará su dispositivo y el empleado entrante instalará el suyo; finalmente, el empleado entrante notificará a los empleados afectados que el cambio se haya completado.

Plan para el Control de Exposición a Patógenos

Se debe tener un plan para el control de exposición a patógenos cuando no hay acceso a medicina de emergencia dentro de un plazo razonable y se debe asignar a personal como proveedores de primeros auxilios como una responsabilidad adicional.

El riesgo principal se debe a la posibilidad de infección como resultado de exponerse a patógenos de la sangre u otros materiales infecciosos mientras brinde primeros auxilios a una víctima de trauma o limpiar líquidos corporales después de un incidente.

Como una declaración de política, si se requiere un plan de control de patógenos, se utilizarán las Precauciones Universales. Esencialmente, eso significa que la sangre, los fluidos corporales y otros materiales de la víctima de cada trauma serán tratados como si se supiera que están infecciosos.

Los proveedores de primeros auxilios deben comprender:

- a. Los riesgos de patógenos de la sangre y otros materiales infecciosos.
- b. La ingeniería y controles prácticos del trabajo diseñados para minimizar la posible de la exposición a patógenos tales como:
 1. Procedimientos de lavado de mano y equipo.
 2. Las prohibiciones de comer, beber y fumar.
 3. El control de objetos punzantes contaminados.
 4. El control de otros residuos regulados.
 5. El desecho de objetos punzantes contaminados y residuos regulados
 6. Controlar la salpicadura/el rociado de materiales potencialmente infecciosos.
 7. La prohibición del pipeteo de boca (la succión de sangre con la boca a través de un tubo).
- c. La necesidad de colocar una barrera impermeable entre materiales potencialmente infecciosos y la ropa de trabajo, ropa de calle, ropa interior, piel, ojos, boca y otras mucosas del que brinde primeros auxilios utilizando:
 1. guantes desechables
 2. guantes de utilidad
 3. protección de los ojos y respiratoria
 4. ropa protectora del cuerpo
- d. La epidemiología Hepatitis B y cómo se transmiten los patógenos de la sangre.
- e. La importancia de la vacunación contra la hepatitis B dentro de las 24 horas después de la posible exposición a patógenos de la sangre.
- f. El procedimiento para la preparación del informe de incidente y la importancia de completar el informe, por escrito, antes de finalizar el turno de trabajo.

Protección Contra Caídas

La protección contra caídas se requiere para empleados que trabajen seis pies o más por encima de las superficies de caminar/trabajo, donde hay una potencial para que los objetos caigan en ellos o cuando estén trabajando alrededor de coberturas.

El peligro obvio es caerse o ser golpeado por un objeto que se caiga.

Un plan de protección contra caídas es necesario cuando los sistemas de protección contra caídas convencionales no sean factibles.

A través del entrenamiento, los empleados deben saber cuándo se requieren los sistemas de protección de caída convencional como por ejemplo al trabajar en o alrededor de:

- a. las orillas y bordes sin protección
- b. los bordes salidos
- c. las zonas de elevación
- d. los agujeros
- e. las cimbras y el acero de refuerzo
- f. las rampas, pasarelas y otros pasillos.
- g. las excavaciones

- h. el equipo peligroso
- i. la albañilería manual y trabajos relacionados
- j. el trabajo en techos de baja pendiente
- k. los techos empinados
- l. la erección de concreto (hormigón) prefabricado
- m. la construcción residencial
- n. las aberturas en las paredes

Además, los empleados deben comprender:

- a. la selección, el uso y el mantenimiento de los sistemas de protección contra caídas.
- b. los tipos de sistemas de protección contra caídas:
 1. sistema de barandilla
 2. sistema anti-caídas personal
 3. sistema de red de seguridad
 4. sistema de línea de advertencia
 5. sistema de monitoreo de seguridad
 6. sistema de dispositivo de posicionamiento
 7. zona de acceso controlado (CAZ)
 8. coberturas
 9. protección contra objetos que caen.

Carretillas Elevadoras

Las carretillas elevadoras incluyen: los vehículos de horquilla; los tractores; las carretillas elevadoras de plataforma; las carretillas motorizadas; y otros vehículos industriales especializados impulsados por motores eléctricos o motores de combustión interna.

Los riesgos primarios involucrados en la operación de los vehículos son:

- a. golpear físicamente a un persona u objeto con el vehículo o la carga.
- b. que una carga se caiga y golpee al operador o a otra persona.
- c. que el vehículo se de vuelta y aplaste al operador u otra persona.
- d. un incendio o explosión durante la recarga/el reabastecimiento de combustible.

Los supervisores deben garantizar que los operadores de los vehículos estén autorizados para realizar el trabajo por el Administrador del Programa. La autorización para operar un vehículo será revocada si se observen actos inseguros o sea evidente que el operador no haya conservado los conocimientos y las habilidades de trabajo necesarios para realizar con seguridad la operación de vehículos.

Los supervisores deben advertir a sus empleados que no estén involucrados con las operaciones de vehículos a mantenerse alejados de ellos debido a la escasa visibilidad del operador y el tamaño y el peso del vehículo y la carga.

Comunicación de Riesgos

Prácticamente todos los productos químicos tienen riesgos físicos o de salud si se derraman inadvertidamente o se usan indebidamente. Nuestro Plan de Comunicación de Riesgos detalla los métodos utilizados para mantener a nuestros empleados informados de estos riesgos potenciales.

El Administrador del Programa se asegurará de que todo el personal entienda:

- a. la importancia y el uso de las etiquetas y hojas de datos de seguridad (SDS, por sus siglas en inglés) y el acceso fácil a ellas.
- b. los peligros físicos & de salud de los productos químicos utilizados en el sitio de trabajo.
- c. los métodos utilizados para detectar el escape de un producto químico peligroso.
- d. Los métodos para protegerse de peligros químicos, incluyendo el PPE; las prácticas de trabajo; y los procedimientos de emergencia.
- e. La necesidad de compartir información con los demás contratistas.

La Prevención de Enfermedades Relacionadas con el Calor

Nuestros Programas de Prevención de Enfermedades Relacionadas con el Calor están diseñados para informar a los empleados sobre los riesgos asociados con las enfermedades relacionadas con el calor y los métodos para disminuir estos riesgos.

Espacios Confinados que Requieren Permiso

Los espacios confinados que requieren permiso pueden presentar un entorno muy peligroso si no se aplican procedimientos específicos, pruebas y entrenamiento antes de la entrada. Como recordatorio:

Un espacio confinado es un espacio que:

- a. es lo suficientemente grande y configurado para que un empleado puede entrar físicamente en él y realizar el trabajo asignado; y
- b. tiene medios de entrada o salida limitados o restringidos. Estos espacios pueden incluir: conductos de extracción o ventilación, contenedores y tanques, calderas, alcantarillas, túneles y lugares abiertos de más de 4 pies de profundidad tales como pozos, tinas y recipientes; y
- c. no han sido diseñados para estar ocupados continuamente por los empleados.

Un espacio confinado que requiere licencia es:

- a. un espacio cerrado que contiene cualquier riesgo reconocido y grave de seguridad o de salud. Estos peligros pueden ser: inmersión por los materiales; quedar atrapado por la forma del espacio; la inhalación de atmósferas peligrosas (potencialmente mortales).

Los supervisores deben asegurar que los empleados comprendan:

- a. la necesidad de identificar y evaluar los riesgos de los espacios que requieren licencias antes de la entrada.
- b. la necesidad de examinar las condiciones antes de la entrada y el monitoreo durante la entrada.
- c. cómo prevenir el ingreso no autorizado.
- d. cómo eliminar o controlar los peligros para los procesos seguros de entradas al espacio que requiere licencia.
- e. la necesidad de garantizar que al menos un asistente se coloque afuera del espacio que requiere licencia para la duración de los procesos de entrada.
- f. cómo coordinar y controlar el proceso de las entradas cuando estemos trabajando con los empleados de otro contratista o cliente dentro de un espacio confinado que requiere licencia.

- g. nuestros procedimientos para el rescate de emergencia.
- h. el establecimiento de un procedimiento escrito para la preparación, emisión, uso y cancelación de las licencias para las entradas.

Equipo de Protección Personal

Se realizará una evaluación de peligros para determinar cuáles tipos de equipo de protección personal (PPE, por sus siglas en inglés) son apropiados. La mayor parte de esta evaluación de peligros será determinar cuáles necesidades de PPE pueden ser eliminadas a través de controles de ingeniería viables o procedimientos de trabajo.

Las categorías de tipos de peligro que se consideran son: el impacto; la penetración; la compresión; los productos químicos; el calor; el polvo nocivo; y la radiación de la luz.

El enfoque del PPE es eliminar lesiones de los ojos, las manos, los pies, las extremidades y la cabeza. A los visitantes expuestos a estos peligros identificados, se les prestará el PPE apropiado (y se les dará instrucciones de cómo usarlo) antes de ser expuestos al peligro.

Usted debe entender las limitaciones de su PPE; el procedimiento correcto de cómo ponerse, ajustarse y quitarse el PPE; el cuidado y mantenimiento apropiado y la vida útil del PPE.

La limpieza del PPE es de suma importancia cuando se trata de los ojos, donde el empañamiento, las ralladuras o la suciedad pueden hacer del PPE un peligro en vez de proteger de un peligro.

El PPE especializado para el rendimiento de trabajo tales como los cascos los respiradores, los tapones para los oídos, las gafas de seguridad, etc. le será proporcionado. Usted es responsable del cuidado del equipo asignado. Los artículos de PPE que sean dañados o no funcionen deben ser entregados al supervisor para su reparación o reemplazo.

Para la comodidad personal y para evitar ruidos y molestias respiratorias que no estén por encima del nivel requerido de protección, máscaras contra el polvo y tapones para oídos pueden usarse en cualquier momento.

Protección Respiratoria

Como supervisor, es extremadamente importante que usted no permita que sus empleados estén expuestos a atmósferas que no contengan aire limpio y respirable, libre de contaminantes que exceden los límites de exposición permisible.

Los peligros respiratorios pueden variar desde levemente irritantes hasta mortales.

Debido a las graves consecuencias del mal uso de la protección respiratoria, aquellos para los que sea aplicable, deben comprender:

- a. la importancia de la aprobación médica para el uso respiratorio.
- b. el proceso de la selección del respirador.
- c. cómo determinar la vida útil de los filtros de partículas.
- d. la prueba de ajuste.
- e. las pruebas de sello por el usuario.
- f. la importancia de la vigilancia del área de trabajo.
- g. la limpieza, inspección y el mantenimiento de respiradores.

Por supuesto, los sitios de trabajo a menudo contienen polvo fastidioso que no superen los límites de exposición permisibles. En estos casos, los empleados pueden usar máscaras contra el polvo para la comodidad personal. Los supervisores deben advertir a los usuarios de las máscaras contra el polvo que las máscaras no ofrecen protección respiratoria verdadera.

Las normas de OSHA requieren que, si un empleador ofrece respiradores para el uso voluntario del empleado o si usted proporciona su propio respirador, usted deberá ser proporcionado el Apéndice D de 29 CFR 1910.134. Este apéndice está escrito a continuación y todos los empleados deben leerlo.

Número de norma: 1910.134 App D

Título de Estándar: (Obligatoria) Información para los Empleados Usuarios de Respiradores Cuando no es Requerido por la Norma.

Los respiradores son un método eficaz de protección contra el peligro señalado cuando estén seleccionados y usados correctamente. Se recomienda el uso de respirador, aun cuando los niveles sean menos del límite de exposición, para proporcionar un nivel adicional de comodidad y protección para los trabajadores. Sin embargo, si el respirador se utiliza incorrectamente o no se mantiene limpio, el respirador puede llegar a ser un peligro para el trabajador. A veces, los trabajadores pueden usar respiradores para evitar exposiciones a riesgos, incluso si la cantidad de sustancia peligrosa no supera los límites establecidos por las normas de OSHA. Si su empleador ofrece respiradores para su uso voluntario, o si usted proporciona su propio respirador, necesita tomar ciertas precauciones para asegurarse que el respirador por sí mismo no presente un peligro. Usted debe hacer lo siguiente: 1. Lea y respete todas las instrucciones proporcionadas por el fabricante en el uso, mantenimiento, limpieza y cuidado y advertencias sobre las limitaciones de los respiradores. 2. Seleccione respiradores certificados para proteger contra los contaminantes de interés. NIOSH, el Instituto Nacional de Seguridad y Salud de los Estados Unidos del Departamento de Salud y Servicios Humanos, certifica los respiradores. Una etiqueta o declaración de la certificación debe aparecer en el respirador o el empaque del respirador. Le dirá para que fue diseñado el respirador y cuánto te protegerá. 3. No use el respirador en atmósferas que contengan contaminantes contra los cuales el respirador no está diseñado para proteger. Por ejemplo, un respirador diseñado para filtrar partículas de polvo no lo protegerá contra gases, vapores ni partículas sólidas muy pequeñas de gases o humo. 4. Cuide bien su respirador para que no utilice erróneamente el respirador de otro.

Andamios

Los accidentes de los andamios y las escaleras portátiles a menudo son rápidos y devastadores. Los principales riesgos son: las caídas, los choques eléctricos y el ser golpeado por objetos que caen.

El Administrador del Programa se asegurará de que los empleados:

- a. sigan los procedimientos establecidos para tratar con los peligros arriba mencionados.
- b. usen apropiadamente los andamios y las escaleras portátiles
- c. no excedan la carga y las capacidades de carga de los andamios y las escaleras portátiles.

Requisitos de Seguridad Específicos de la Compañía

También puede haber ocasiones en que Garrison Engineered, Inc. requiera que sus empleados cumplan con políticas de seguridad específicas de nuestra empresa. Si implementamos estas políticas adicionales, deben tener requisitos de seguridad más estrictos que los desarrollados por CalOSHA.

Actualmente no tenemos requisitos de seguridad específicos de nuestra empresa.

Garrison Engineered, Inc.

Reconocimiento del Manual de Empleado

POR FAVOR LEA, FIRME Y DEVUELVA ESTE FORMULARIO AL SUPERVISOR DEL SITIO DE TRABAJO O AL ADMINISTRADOR DEL PROGRAMA DE SEGURIDAD.

He leído y entiendo el contenido de este Manual de Seguridad del Empleado.

Trabajaré, al mejor de mi habilidad, en una manera segura y seguiré las reglas del trabajo y los procedimientos establecidos.

Pediré una clarificación de los procedimientos de seguridad de los cuales no estoy seguro **antes** de realizar una tarea.

Informaré al supervisor del sitio de trabajo o la persona competente cualquier acto o procedimiento peligroso y aseguraré que los peligros sean abordados y resueltos antes de continuar el trabajo.

Entiendo que el programa completo de seguridad se encuentra en:

1518 W. Knudsen, STE 102

Phoenix, AZ 85027

4805153657

y está disponible para mi revisión.

(Nombre del empleado)

(Firma)

(Fecha)