

# **JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT**

## **Propósito:**

El propósito de una reunión de la seguridad de la caja de herramientas es educar y aconsejar a empleados en ediciones relacionadas seguridad. En este manual hay contornos de los asuntos relacionados vario trabajo de seguridad. Un contorno, elegido por el supervisor, si utilícese por la reunión. En el acontecimiento un accidente ocurre en el sitio del trabajo, la causa del accidente se debe discutir en la reunión siguiente. Las reuniones deben ser informativas e interactivas entre asistentes. Un registro firmado de la atención del empleado se debe guardar en cada reunión.

## **Duración:**

La reunión de la seguridad de la caja de herramientas debe ser semanario y último sostenidos 5-10 minutos.

## **Discusión:**

Tres cosas se deben discutir en las reuniones de la seguridad de la caja de herramientas.

1. Avisos: Avisos de la compañía tales como nuevas políticas, partido de la compañía, etc
2. Incidentes y accidentes a partir de la última semana: la causa de cada incidente o accidente se debe discutir junto con medidas preventivas.
3. Contorno Del Asunto: El instructor debe repasar el contorno del asunto con los empleados. Las preguntas y las preocupaciones del asunto deben también ser discutidas.



---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los accidentes pueden ocurrir dondequiera y en cualquier momento. Muchos accidentes de trabajo pueden prevenirse si los trabajadores conocen sus causas y se les enseña cómo protegerse para evitar lesiones. Aunque nadie desea sufrir una lesión en el lugar de trabajo, dichas lesiones se deben a cuatro causas primarias.

### Lesiones de la espalda

La causa número uno de lesiones en el lugar de trabajo es la sobrecarga física. Estas lesiones son ocasionadas al levantar objetos (cargas demasiado pesadas o levantamiento inadecuado), realizar un gran esfuerzo físico, intentar realizar demasiadas actividades, o al doblar o torcer la espalda. Para evitar lesiones de la espalda, aprenda y emplee técnicas adecuadas de levantamiento, nunca doble o tuerza la espalda al levantar o transportar objetos, haga uso de dispositivos mecánicos o pida ayuda a un compañero de trabajo.

### Golpes contra objetos

La segunda causa más común de lesiones en el lugar de trabajo son los golpes contra objetos. La mejor forma de protegerse contra estos accidentes consiste en mantenerse alerta en torno a los peligros potenciales y usar el equipo de protección apropiado (cascos protectores, protección para los ojos, guantes). Esté consciente de su cuerpo y del espacio libre alrededor suyo. Mantenga una distancia prudencial al agacharse o desplazarse por debajo de los equipos, o al pasar por pasillos de dimensiones reducidas.

### Caídas

Para evitar las lesiones debidas a caídas, apoye bien los pies sobre el suelo y use zapatos con suelas anti resbalones. Camine con cuidado. No camine de espaldas ni salte de un nivel a otro. Compruebe que lo que lleva cargado no le obstaculiza la visibilidad, y que el camino esté bien iluminado y sin obstáculos. Limpie los derrames o manchas de grasa y use los pasamanos al caminar por escaleras.

### **Accidentes con máquinas**

La cuarta causa más común de lesiones en el lugar de trabajo la constituyen los accidentes con máquinas, es decir, accidentes que se producen al ser atrapado por las piezas móviles de una máquina. Cuando trabaje cerca de cualquier equipo móvil (máquinas rotativas, cintas transportadoras o prensas) use siempre protectores de seguridad, cubiertas y procedimientos de bloqueo. Sólo use las máquinas para las cuales haya recibido capacitación. Nunca tenga puesto joyerías ni ropa holgada que puedan prenderse en un equipo en movimiento.

Manténgase alerta sobre los peligros a los que está expuesto en su trabajo, aprenda qué debe hacer para protegerse contra accidentes y lesiones, y siga las pautas de seguridad establecidas en su empresa.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

Fecha de Revisión:

Distribución: X Todos Empleados  
RJ  
MVS  
DSP  
Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

250,000 Trabajadores se accidenten la espalda cada año. ¡Son muchos!

### Los accidentes de espalda mas comunes son causados por:

1. Metodos impropios de levantar.
2. Empujar objetos pesados.
3. Caidas.
4. Subiendo y bajando de vehiculos.
5. Estirar para alcanzar.

Accidentes de la espalda son muy serios. Necesitamos usar la espalda para hacer todo lo que hacemos de trabajar a pescar. Cuando se accidenta una espalda nunca se cura cien por cien; en otras palabras cuando nos accidentamos la espalda nunca nos sentiremos bien como ahora. La cosa positiva es que todos los accidentes de la espalda son prevenibles. ¿Así que, como podemos prevenirlos?

### Aquí son algunos puntos a una espalda sana:

- Levantar:
  1. Conozca su habilidad de levantar y pida ayuda para cargar cosas pesadas.
  2. Levante con el cargo en frente de usted no atrás.
  3. Levante con las piernas y guarde derecho la espalda.
  4. Guarde el cargo pegado con tu cuerpo.
  5. Al poner al piso el cargo, haga el proceso de levantar a revés, doblando las rodillas para bajar el cargo.
- Mantenga limpio el camino y lugar de trabajo.
- Al subir o bajar de un vehículo, use los pasamanos para prevenir el resbalo y presión a la espalda.

Mantenga a mente la espalda y como la usa, su calidad de vida depende en eso!

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Las bromas acerca de los persistentes dolores de espalda proporcionan a los cómicos de micrófono una fuente de innumerables carcajadas, pero los esguinces y distensiones de la espalda no tienen nada de cómico, ni deben constituir un padecimiento inevitable para ninguna persona.

En California, el año pasado las lesiones de la espalda sufridas en los sitios de trabajo representaron millones de dólares, una cantidad de dinero que no tiene nada de cómico. Ni tampoco lo tienen esas incapacitantes lesiones de la espalda para los trabajadores, quienes perdieron tiempo de trabajo o tiempo para sus actividades personales. La triste verdad es que la mayoría del dolor y el tiempo perdido pudo haberse prevenido si los trabajadores hubieran estado más conscientes de la forma en que funciona la espalda y de cómo levantar sin peligro cargas pesadas o voluminosas.

La espalda está formada por una red de frágiles ligamentos, discos y músculos que pueden lesionarse muy fácilmente. El complejo diseño de la espalda se lesiona cuando se le fuerza a realizar actividades para las que no ha sido diseñado.

Una forma en que con toda seguridad se expone a una lesión de la espalda consiste en levantar cargas pesadas o voluminosas de manera inadecuada o sin asistencia. La espalda, sin soporte, no puede trabajar como una grúa o brazo de izamiento. Al levantar algo con la espalda torcida o doblada, se expone a un desgarramiento muscular o a una hernia discal. La espalda puede lesionarse rápidamente, pero demora mucho tiempo en sanarse. Por esto, debe estimularse a los trabajadores para que al levantar objetos lo hagan con sentido común y con la ayuda de un compañero de trabajo o de un dispositivo mecánico.

Los trabajadores deben aprender a ponerse completamente de frente y en cuclillas sobre el objeto que van a levantar. En esta posición, la espalda aprovecha la fuerza y resistencia adicionales de las piernas y los brazos. Enseñe a los trabajadores a inclinar el objeto sobre el borde con su eje más largo hacia arriba, de manera que el centro de gravedad se ubique lo más arriba posible sobre el suelo. A continuación, el trabajador debe colocarse cerca del objeto para hacer que la columna vertebral se

comporte como una columna de apoyo y exija así el menor esfuerzo. En esta posición, el trabajador estará listo para levantar el objeto. Desde la posición en cuclillas, con los pies colocados de manera que las piernas apunten directamente hacia la carga, y con espalda derecha, el trabajador puede entonces sujetar la carga con ambos brazos y ponerse de pie lentamente.

Un buen método de aprendizaje consiste en hacer que los trabajadores practiquen varias veces la forma correcta de levantar un objeto. Al hacerlo notarán que es la forma más fácil de levantarlo, ya que requiere el menor esfuerzo e incomodidad. Cuando los trabajadores se acostumbran a cargar objetos de manera incorrecta, con el tiempo sufren lesiones y dolores, y ninguno sentirá deseos de reír.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Muchos trabajadores usan herramientas de mano sin considerarlas peligrosas, pero continúan ocurriendo accidentes. Las herramientas de mano incluyen los martillos, desarmadores, serruchos, llaves, pinzas de corte, cintas de medir, mazos, sacaclavos, cinceles, perforadoras, llaves de tubos, pinzas y cepillos para madera, nombrando sólo algunas. Cada herramienta está diseñada para una tarea en particular. Los mayores peligros que presentan las herramientas son por su mal uso o mal mantenimiento. Depende de usted el seleccionar la herramienta correcta para la tarea y usarla y cuidarla correctamente.

La seguridad con las herramientas de mano comienza al seleccionar la herramienta correcta para la tarea a ejecutar y usarla de la manera en que fue diseñada. El uso de una herramienta incorrecta para un trabajo probablemente resulte en un accidente. Antes de comenzar el trabajo, inspeccione la herramienta para asegurarse de que no tenga desperfectos. Revise que el asa esté bien sujeta, especialmente para herramientas cortantes tales como un hacha. Reemplace las asas quebradas, agrietadas o astilladas así como las mordazas desgastadas en llaves o pinzas. Repare o reemplace las herramientas y/o cordones eléctricos dañados. Mantenga las herramientas limpias, afiladas y en buenas condiciones para que estén listas para usarse la próxima vez. Cuando termine el trabajo, devuelva las herramientas a su lugar de almacenaje, protegidas contra contactos inesperados.

Si es posible, elija herramientas diseñadas para mantener la muñeca recta, no doblada. Tire de las llaves o pinzas, no empuje contra ellas, y evite aplicar demasiada fuerza. Cuando use una herramienta de corte, sujete firmemente el asa en la palma de la mano y corte al alejarla del cuerpo, nunca tirando hacia su cuerpo. Lleve las herramientas filosas alejadas del cuerpo, nunca en los bolsillos. Mantenga las herramientas con punta o filosas alejadas de las aceras y caminos donde puedan lesionar a alguien que pase.

Las herramientas nunca deben tirarse a otro trabajador, sobre una superficie o desde un lugar alto; se deben entregar con seguridad al otro trabajador o colocarse directamente sobre otra superficie o nivel. Si se trabaja sobre una escalera o andamio, las herramientas se deben subir y bajar usando un cubo y

una cuerda. Nunca lleve las herramientas de tal manera que puedan interferir con el uso de ambas manos al subir una escalera o trepar a una estructura.

Recuerde usar los equipos de protección personal cuando use ciertas herramientas. Use protección para los oídos cuando use sierras eléctricas, taladros eléctricos u otras herramientas que hagan ruido. Si la tarea involucra acercarse a objetos puntiagudos o ramas (como al podar árboles) o si el trabajo puede generar desperdicios que vuelan o polvo, protéjase los ojos con gafas de seguridad con resguardos laterales o anteojos protectores (goggles). Cuando sea necesario usar guantes, cerciórese de que le queden bien. Los guantes que son demasiado grandes, chicos o gruesos pueden contribuir a la fatiga de las manos o a una lesión.

En cuanto a la persona que usa las herramientas, piense primero en su seguridad, pero también esté consciente de las personas que le rodean mientras usa la herramienta de manera que no sean parte de un accidente. Si tiene alguna pregunta sobre el uso, las condiciones o el cuidado de una herramienta, diríjase a su supervisor.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Frecuentemente en el sitio de trabajo se usan herramientas de mano de corte y filosas. Estas herramienta abarcan desde tijeras, navajas, sierras y cuchillas hasta podadoras, cinceles y cortadoras. Aunque estas herramientas son muy diferentes y pueden usarse para una amplia variedad de tareas, tienen en común ciertos peligros y precauciones de seguridad. Se deben prohibir los jugueteos cerca de herramientas de corte y filosas.

Las herramientas de corte y filosas pueden ocasionar cortadas y lesiones por perforación si no se manejan debidamente. Los trabajadores deberán estar capacitados sobre las instrucciones del fabricante en el uso correcto de la herramienta, incluyendo cómo inspeccionarlas, mantenerlas y afilarlas. Con algunas herramientas los trabajadores deberán usar equipos de protección personal, tales como gafas de seguridad y guantes que le queden bien.

Con el objeto de seleccionar la herramienta correcta para cada tarea, el trabajador debe considerar no sólo la tarea a ejecutar sino también el tipo, la dureza y las dimensiones del material con el que trabajará. El uso de una herramienta incorrecta para el trabajo puede resultar en un accidente o lesión. Los trabajadores deberán usar sólo herramientas de buena calidad que estén afiladas y en buenas condiciones de operación. Si una herramienta está rota, desafilada o dañada, debe rotularse como tal y sacarse de servicio.

La regla más importante a recordar cuando se usan herramientas de corte y filosas es SIEMPRE hacer el corte en sentido opuesto al cuerpo y la cara. Cuando se corta con una sola mano, el trabajador debe saber dónde tiene la otra mano. Si se cae una herramienta afilada, los trabajadores deberán estar entrenados para no tratar de atraparla, sino dejar que se caiga, asegurándose de tener las piernas y los pies fuera de su trayecto.

La manera segura de trabajar con herramientas de corte y filosas es concentrarse en la tarea que se está haciendo, efectuando cortes rectos y uniformes sin sacudir, levantar o girar la herramienta. Martillar o aplicar presión excesiva sobre herramientas de corte y filosas puede hacer que se resbalen. Tenga en

cuenta que algunos materiales o condiciones del tiempo también pueden volver resbalosas a las herramientas.

Los trabajadores necesitan tener cuidado al transportar y almacenar las herramientas filosas. Los trabajadores deben recibir instrucciones de nunca llevar una herramienta filosa en el bolsillo, que deben usar funda, cinturón o delantal y que cuando hay una pausa en el trabajo se debe sostener la herramienta a un lado del cuerpo, pero a una distancia segura. Cuando se camina con una herramienta filosa, ésta deberá llevarse con la cuchilla hacia abajo y alejada del cuerpo. Cuando se sube con una herramienta filosa, se debe usar un cinturón para herramientas o cubetas con cuerdas para subirlas a mano, de manera que el trabajador tenga las dos manos libres para sujetar la escalera. Cuando se traspa una herramienta filosa a otro trabajador, ésta debe darse con el asa primero y con la cuchilla hacia abajo; nunca se debe tirar de un trabajador a otro.

Cuando no estén en uso, las herramientas de corte y filosas deben guardarse en una caja de herramientas resistente o en un bastidor para guardar herramientas, con sus cuchillas debidamente cubiertas. De lo contrario, se deben colocar cerca de la parte trasera de bancos de trabajo para evitar que las asas o las cuchillas sobresalgan más allá del borde del banco.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Existe una serie de problemas de seguridad que son comunes a la mayoría de los lugares de trabajo y que pueden resolverse con un poco de sentido común. El planeamiento y la previsión pueden ayudar a eliminar la mayoría de estos peligros. Examine su lugar de trabajo con estas sugerencias en mente.

Elimine las pilas de desechos. Organice un programa de limpieza y eliminación de desperdicios, piezas rotas y desechos de las áreas de trabajo, pasillos, almacenes y rincones olvidados. Busque materiales mal apilados. Una pila inestable constituye un peligro real para cualquier persona cercana si el material se cae de repente. Examine cosas tales como las tarimas de madera, mercancía en el espigón de carga y descarga, cajas en el almacén, materiales de construcción y hasta archivos en la oficina para verificar que todo esté bien apilado.

Examine la operación de su lugar de trabajo para determinar si el personal requiere ropa de protección y póngala a su disposición. Debe ser obligatorio usar protección para los oídos y los ojos, cascos, guantes, zapatos de seguridad y otros artículos de vestir y equipos de protección según los peligros existentes.

Asegúrese de que todos las herramientas eléctricas estén debidamente conectadas a tierra. Protéjase contra choques eléctricos usando herramientas con enchufes de tres clavijas, un sistema de protección contra fallas a tierra o doble aislamiento. Nunca corte la clavija de tierra en un enchufe de tres clavijas. Revise los cables eléctricos para asegurarse de que no tengan desperfectos. Use los resguardos en las herramientas eléctricas y maquinaria con piezas en movimiento. Las herramientas y la maquinaria nunca debe operarse sin tener instalados los resguardos correspondientes.

Inspeccione las escaleras portátiles para asegurarse de que estén seguras y bien colocadas, sin cojear. Las patas antirresbalantes son obligatorias en las escaleras portátiles. Si alguna escalera se ve débil, deséchela; no deje que se use una escalera defectuosa. Márquela como defectuosa y tírela.

Los extinguidores de incendio son una necesidad, y deben estar ubicados correctamente, ser accesibles en todo momento y en buenas condiciones de funcionamiento. Consulte los reglamentos contra

incendios para asegurarse de que los extinguidores estén ubicados en los lugares correctos y que sean del tipo correcto para su área de trabajo. ¿Cuándo fue la última vez que se probaron sus extinguidores de incendio? Los extinguidores se deben probar periódicamente y etiquetarse para indicar quién y cuándo se efectuaron las pruebas.

Las salidas deben estar marcadas claramente con letreros de fácil lectura colocados sobre las puertas. También se deben usar letreros con flechas para guiar a las personas a la salida si la distribución del lugar de trabajo puede confundir a los visitantes. Los letreros luminosos deben estar en buenas condiciones de funcionamiento en todo momento. No bloquee las salidas ni los letreros con vehículos ni materiales. Otra buena idea es marcar las puertas que no son salidas con letreros que digan “No es salida”, “Baño” o “Closet”. Instale pasamanos en todas las escaleras. Las escaleras en sí deben estar en buenas condiciones con material antirresbalante en los escalones. Repare los que estén dañados o en mal estado.

Las reuniones de seguridad son una de las partes más importantes de un buen programa de seguridad; llévelas a cabo periódicamente. Recálquele a cada trabajador que es importante que se tomen todas las precauciones posibles para mantener el área de trabajo segura. Las actitudes, tanto de los empleados como de los empleadores, con respecto a la seguridad son la clave de un programa de seguridad exitoso. Pancartas, literatura para repartir y programas de entrenamiento todos deben formar parte de sus comunicaciones acerca de la seguridad.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

El concreto es un material de construcción común que puede usarse en una gran variedad de maneras. Generalmente se produce mezclando cemento, arena, agregado (grava) y agua. Cuando se mezclan estos ingredientes en las cantidades correctas, y si se refuerza añadiendo varillas metálicas de refuerzo, filamentos de fibra de vidrio o varillas plásticas, el hormigón puede usarse para construir carreteras, puentes, edificios, fosas sépticas, pisos, bloques de hormigón y hasta mostradores para cocinas en las casas. Sin embargo, cualquier persona que trabaje con el hormigón y cemento debe estar consciente de los peligros potenciales a la salud y observar los procedimientos seguros en su manejo para evitar exposiciones peligrosas.

Existen algunas aplicaciones para el hormigón que requieren la adición de otros materiales que pueden afectar adversamente a la salud si no se manejan correctamente. Estos materiales añadidos pueden incluir compuestos alcalinos (tales como la cal) que son corrosivos a los tejidos de los humanos, pequeñas cantidades de sílice cristalina que son abrasivas a la piel y causan daños a los pulmones, o pequeñas cantidades de cromo que pueden causar reacciones alérgicas. Los riesgos de sufrir enfermedades o lesiones causadas por estos aditivos del hormigón dependen del nivel y de la duración de la exposición, así como de la sensibilidad de la persona.

Los efectos nocivos para la salud provenientes del hormigón o del cemento generalmente son resultado de exposición por contacto con la piel, los ojos o por inhalación.

- Contacto con la piel – El contacto de polvo de cemento u hormigón húmedo con la piel puede causar quemaduras, erupción e irritación de la piel. Algunas veces los trabajadores se vuelven alérgicos si han hecho contacto de la piel con el cemento durante un período de tiempo largo.
- Contacto con los ojos – El contacto del hormigón o cemento con los ojos puede causar irritación inmediata o retardada en los ojos. Dependiendo de cuánto y durante cuánto tiempo ha durado el contacto del polvo con los ojos, los efectos pueden variar desde enrojecimiento hasta quemaduras químicas dolorosas.

- **Inhalación** – La inhalación del polvo de cemento puede ocurrir cuando los trabajadores vacían los sacos de cemento para mezclar el hormigón. Al lijar, esmerilar, cortar, taladrar o demoler el hormigón, el polvo que se crea presenta los mismos peligros que el polvo de cemento. La exposición al polvo de cemento o de hormigón puede causar irritación en la nariz y la garganta. La exposición a largo plazo al polvo de hormigón que contiene sílice cristalina puede resultar en una enfermedad incapacitante de los pulmones conocida como silicosis.

Existen maneras de prevenir o controlar los efectos nocivos para la salud cuando se trabaja con hormigón y cemento. Primero que nada, vístase para protegerse. Use guantes resistentes al álcali, mangas largas y pantalones largos para reducir la exposición de la piel al polvo de hormigón o cemento, y botas impermeables más largas que la profundidad del cemento. Use gafas de protección con resguardos laterales para protegerse los ojos, o si hay mucho polvo, use anteojos protectores (goggles). No use lentes de contacto. Cuando no se puede evitar trabajar dentro del polvo, use un equipo de protección respiratoria aprobado por el empleador. Y recuerde lavarse las manos y la cara antes de comer, beber fumar o usar los servicios sanitarios al final de la jornada de trabajo.

Segundo, observe todas las prácticas y procedimientos de seguridad en el trabajo. Trabaje de manera que minimice la creación de polvo de cemento. Manténgase alejado de las áreas polvorientas cuando sea posible. Mezcle el cemento seco en áreas bien ventiladas. Moje el área de trabajo para controlar el polvo y haga cortes húmedos en lugar de secos en la mampostería. Si es necesario arrodillarse sobre el hormigón fresco, use una tabla seca o almohadillas impermeables para las rodillas. Finalmente, si el hormigón seco o húmedo entra en contacto con su piel, lávese lo más pronto posible.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Trabajar en condiciones de frío puede provocar diversas lesiones o efectos contra la salud, los cuales se denominan en su conjunto estrés debido al frío. Los trabajadores de la construcción pueden sufrir este tipo de estrés cuando trabajen:

- al aire libre durante días fríos
- en una sala refrigerada
- en un edificio sin calefacción
- en agua fría, lluvia o nieve
- mientras manejan objetos o materiales fríos

Otros trabajadores susceptibles al estrés debido al frío son los trabajadores sobre el terreno, los trabajadores de almacenes en frío y los que trabajan con comidas congeladas o refrigeración.

Los efectos peligrosos del frío en el cuerpo pueden incluir deshidratación, entumecimiento, escalofríos, congelación, pie de inmersión (pie de trinchera) e hipotermia. Los peligros asociados con el estrés debido al frío se dividen en efectos sistémicos y localizados. Estos últimos afectan la parte del cuerpo en la que la exposición al frío es máxima. Los efectos sistémicos afectan no sólo un área localizada, pudiendo llegar a afectar el cuerpo entero.

El entumecimiento, la congelación y el pie de inmersión se consideran efectos localizados. El pie de inmersión aparece cuando la piel ha estado sometida al frío y a la humedad demasiado tiempo. El pie de inmersión puede provocar hinchazón, cosquilleo, picor, pérdida de piel o úlceras cutáneas. La hipotermia es el efecto más grave del estrés debido al frío. Una vez que el cuerpo pierde su capacidad de mantener su temperatura normal, desciende la temperatura corporal, presentándose otros síntomas, tales como escalofríos violentos, arrastre de palabras al hablar, confusión, alucinaciones, debilitación o irregularidad del pulso o la pérdida de conocimiento. Ciertas personas son más propensas al estrés debido al frío que otras. Las personas que no están en buenas condiciones físicas, padecen alguna enfermedad crónica, consumen bebidas alcohólicas o drogas (incluidas las medicinas dispensadas con receta médica), se mojan o están sometidas a humedad en su trabajo o debido a las condiciones atmosféricas, se fatigan, están expuestas a las vibraciones de herramientas, no llevan puesta ropa

adecuada o no están habituadas a trabajar en temperaturas frías tienen un mayor riesgo de verse afectadas por el estrés debido al frío.

¿Cómo se puede reconocer el estrés debido al frío? Los escalofríos son la respuesta del cuerpo a este tipo de estrés y sirven de mecanismo de protección al aumentar la actividad metabólica. Si los trabajadores sienten escalofríos debe tenerse cuidado, ya que es una señal clara de estrés debido al frío y posible hipotermia. Las respuestas subjetivas de los trabajadores son indicadores válidos para reconocer el estrés debido al frío en el lugar de trabajo. Los trabajadores que busquen un lugar más caliente para trabajar, se pongan ropa más abrigada o incrementen el ritmo de trabajo podrían estar dando señales de estrés debido al frío.

Si se produce un descenso notable en la habilidad manual de los trabajadores, es posible que se deba al estrés debido al frío localizado. La habilidad manual decrece con el frío, lo cual puede causar riesgos a la seguridad del trabajador y de sus compañeros.

Los empleadores pueden proteger a los trabajadores contra el estrés debido al frío proporcionando capacitación, controlando la temperatura y el viento cuando resulte posible mediante el uso de calentadores y protectores contra el viento, no permitiendo que el mismo trabajador pase mucho tiempo al frío, planificando el trabajo en épocas de más calor, fomentando el trabajo a un ritmo adecuado y permitiendo más descansos, de ser necesario, estableciendo turnos de trabajo por parejas y manteniendo disponibles artículos y equipos de primeros auxilios.

También es importante que los trabajadores hagan lo posible por evitar el estrés debido al frío. Es esencial que la ropa que lleven puesta cuando estén sometidos a condiciones frías tenga buen aislamiento y ventilación. Se consigue un mejor aislamiento poniéndose varias capas de ropa, en lugar de una sola prenda abrigada. Las distintas capas de ropa permiten que el trabajador vaya quitándose o poniéndose prendas para aclimatarse a las condiciones atmosféricas durante el período de trabajo.

Adviértase que la cualidad aislante de la ropa puede descender en gran medida debido a la humedad. Por ello, es muy importante la permeabilidad del vapor de agua. El forro impermeable podría no dejar escapar el sudor. Un forro que repela el agua podría mantener al trabajador más caliente. Durante los descansos se aconseja acudir a sitios más cálidos y los líquidos perdidos deben sustituirse por medio de bebidas calientes, dulces y sin cafeína con el fin de evitar la deshidratación. Tomando las precauciones necesarias, los empleadores y trabajadores pueden, juntos, minimizar los efectos potenciales del estrés debido al frío.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Las bandas transportadoras son una invención maravillosa. Mueven grandes cantidades de materiales con rapidez y seguridad. Permiten que los trabajadores reduzcan la cantidad de materiales que se manejan a mano aumentando así la capacidad de trabajo y el rendimiento de la producción. La reducción del manejo de material también reduce las probabilidades de lesiones a la columna y las manos de los trabajadores.

Las bandas transportadoras son seguras cuando se las usa correctamente, pero pueden ser peligrosas e incluso mortales si los trabajadores no siguen los procedimientos de seguridad al trabajar con ellas o cerca de ellas. Se debe colocar los materiales sobre la banda transportadora para transportarlos de manera segura. Al retirar los materiales de las bandas transportadoras, los trabajadores deben permanecer alerta y salvaguardar sus manos; el material en movimiento puede crear puntos de aplastamiento. La manera de vestirse —ropa suelta, cabello largo y joyas— al trabajar en las bandas transportadoras o cerca de ellas puede representar el riesgo de quedar atrapado en la banda transportadora.

Al reparar o limpiar una banda transportadora, es necesario cerrar con llave o bloquear todo el equipo y se deberá etiquetar los controles de operación. Si fuera necesario limpiar las bandas o los rodillos mientras el equipo se encuentra en movimiento, asegúrese de que las guardas de protección estén en posición y que no haya parte del equipo que pueda activarse y poner en peligro a la persona en el trabajo.

Si la banda transportadora es elevada, es preciso tomar precauciones para prevenir lesiones causadas por los materiales que pudieran caer de la misma. Si la banda transportadora está instalada a la altura de la cabeza o si transporta material que cuelga de ganchos, los trabajadores en el área deben permanecer alerta ante el posible peligro y debe tomarse las precauciones necesarias para prevenir que los trabajadores resulten golpeados por el material en movimiento.

Existen otras precauciones generales de seguridad que todos deben cumplir, incluso si no trabajan directamente con bandas transportadoras. Nadie debe subirse ni pasar debajo de la banda transportadora y NUNCA viajar o de otra manera usar una banda transportadora para transportarse.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Para la seguridad de todos los que trabajan en grúas o en sus alrededores, es importante mantenerse alerta contra los peligros de la electrocución ocasionada por líneas eléctricas elevadas. Antes de comenzar a trabajar cerca de líneas eléctricas, se debe notificar al propietario de dichas líneas la fecha, hora y tipo de trabajo por hacer y se les debe solicitar permiso para desenergizar y conectar a tierra las líneas eléctricas o proporcionar barreras aislantes.

Para proteger a los trabajadores contra la electrocución cuando operan o trabajan en los alrededores de grúas cercanas a las líneas eléctricas, se recomiendan las siguientes prácticas de seguridad en el trabajo:

Participe en todos los programas de seguridad de grúas que se ofrezcan.

Conozca la ubicación y el voltaje de todas las líneas eléctricas elevadas en el sitio de trabajo.

Evalúe el sitio de trabajo antes de comenzar a trabajar para decidir el tipo y el tamaño de las maquinarias a usar y las áreas más seguras para la operación de dichas maquinarias y para el almacenaje de materiales.

Antes de comenzar el trabajo, desenergice las líneas eléctricas, erija barreras aislantes para evitar el contacto físico con las líneas energizadas y establezca una distancia de seguridad entre las líneas energizadas y los equipos con brazos o aguilonos.

Coloque avisos en las grúas recordándole a los operadores que deben mantener distancias de seguridad entre las líneas eléctricas energizadas y sus equipos.

Marque rutas de seguridad por las que puedan transitar las grúas por debajo de las líneas eléctricas.

Asuma que todas las líneas eléctricas están energizadas y mantenga las distancias de seguridad dispuestas por los reglamentos de Cal/OSHA.

Opere las grúas sólo si está entrenado en los procedimientos de operación segura y en los reglamentos de Cal/OSHA.

Opere las grúas a velocidades menores que las normales en áreas donde existan líneas eléctricas.

Tenga precaución al desplazarse sobre terreno desigual que pueda hacer oscilar a la grúa y tocar las líneas eléctricas.

Tenga cuidado cerca de las líneas eléctricas suspendidas por distancias largas, ya que el viento puede hacerlas moverse en forma de vaivén, reduciendo así la distancia entre la grúa y las líneas eléctricas.

Limite el uso de resguardos de aguilón en forma de jaula, líneas aisladas, varas de toma a tierra, eslabones aislantes y dispositivos de aviso de proximidad. No use éstos como sustituto de desenergizar las líneas y conectarlas a tierra, ni de mantener las distancias de seguridad.

Cuando le sea difícil al operador de la grúa ver las líneas eléctricas o la distancia a las mismas estando la grúa en movimiento, debe asignársele un trabajador de señales para observar las líneas eléctricas o la distancia a las mismas y dar aviso inmediato en caso de que la grúa se acerque a los límites de la distancia de seguridad.

Nadie debe tocar una grúa ni su carga hasta que la persona de señales diga que es seguro hacerlo.

Los resguardos de aguilón en forma de jaula, eslabones aislantes y dispositivos de aviso de proximidad deben limitarse y no usarse como sustituto de desenergizar las líneas y conectarlas a tierra, ni de mantener las distancias de seguridad.

Todos los trabajadores deben mantenerse bien alejados de la grúa cuando ésta se encuentra cerca de líneas eléctricas.

Si una grúa entra en contacto con unas líneas eléctricas energizadas, el operador de la grúa debe quedarse dentro de su cabina y tratar de romper el contacto desplazando la grúa en dirección inversa a la que ocasionó el contacto. Si no es posible desplazar la grúa para romper el contacto, el operador de la grúa debe quedarse dentro de su cabina hasta que se hayan desenergizado las líneas eléctricas. Todos los demás deben mantenerse alejados de la grúa, las sogas y la carga, ya que la tierra alrededor de la grúa puede estar energizada. Los trabajadores deben contar con una manera rápida de llamar para pedir auxilio en una emergencia y todos los trabajadores deben estar entrenados en resucitación cardiopulmonar (CPR).

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

*Aquí son algunos estadísticos de accidentes de carro :*

- En los Estados Unidos cada diez minutos una persona muera y 33 se accidenten.
- En cada año hay 2,000,000 accidentes de incapacidad.
- Accidentes de carro son una tercera parte de accidentes en el trabajo.

Los cuatro causas principales de accidentes de carro son: Mantenimiento del vehículo, distracciones, noche y tiempo.

Vamos a hablar de cómo bajar el riesgo de accidentes de carro.

### **Mantenimiento del Vehículo**

Hacer inspecciones frecuentes baja el riesgo de fracaso mecánico. Las inspecciones incluirán el siguiente:

- \* Frenos
- \* Limpia para brisas
- \* Llantas
- \* Bocina
- \* Faros
- \* Espejos de frente y lado
- \* Aceite
- \* Ajustar bien el asiento y cinturón antes de manejar.

### **Alejarse de Distacciones**

Sea alerta y atento al manejar. Aquí son algunas sugerencias:

- Leer señales. i.e. construcción, velocidad máxima reducida.
- Mantener distancia de los carros en frente. Regla principal: 10 pies para cada 10 MPH.
- Mirar en frente tal como a loado fijándose en personas y riesgos.

- Nunca sacar ambas manos del volante. Excusas comunes: escribir, beber, o comer al hablar por teléfono.
- No hacer llamada innecesarios.
- Nunca tomar alcohol o drogas antes o durante el manejo.

### **Manejar de Noche**

- Prender los faros al atardecer.
- Nunca llevar lentes de sol en la noche.
- Al salir de un lugar iluminado, dar tiempo a que los ojos pueden acostumbrarse.
- Si luces de otros carros le da resplandor, enfocarse en las líneas a lado derecho de la calle.

### **Manejar en tiempo feo**

*Invierno, frío, hielo y nieve:*

- Manejar más despacio. Es 4 a 10 veces mas difícil parar.
- No frenar fuertemente, en vez tocar los frenos.
- Darse mas tiempo para manejar.
- Limpiar todos los vidrios de nieve y hielo antes de manejar.

*Lluvia:*

- Prender el calefon para que el hielo no quede adentro.
- Frenar suavemente y equadamente.

*Neblina:*

- Poner los faros a la mira bajada.
- Bajar la ventana izquierda para que puedan oír posibles riesgos.

No es necesario que accidentes al manejar pasen. Tomar buenas decisiones, obedecer las leyes de tránsito, y **SIEMPRE LLEVAR SU CINTURON DE SEGURIDAD.**

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

En caso de que usted no se haya dado cuenta, el invierno está en camino. Eso puede significar niebla, lluvia, hielo, nieve, caminos resbaladizos y poca visibilidad. Es una época que puede ser peligrosa para peatones, para conductores y para los operadores de otros tipos de vehículos. Hay algunas precauciones sencillas que usted puede tomar para reducir el riesgo de accidentes y lesiones. En esta época de invierno, antes de subirse a un vehículo, tómese unos minutos adicionales para asegurarse de que todo dentro y fuera del vehículo esté en buenas condiciones de funcionamiento.

¿Están limpios el parabrisas y las ventanas laterales?

¿Funcionan los limpia parabrisas?

¿Están en buen estado las escobillas de los limpiaparabrisas?

¿Puede usted ver a través de todos los espejos? Muchos accidentes ocurren porque los conductores no pueden ver hacia dónde se dirigen.

¿Están los faros delanteros lo suficientemente limpios para permitir la visibilidad apropiada?

¿Funcionan bien las luces traseras y las luces de freno?

¿Funcionan bien las luces de emergencia?

¿Funciona bien el descongelador o hay demasiadas cosas en el tablero de instrumentos que el descongelador no puede funcionar?

¿Tienen las llantas un buen grabado y la presión de inflado correcta?

¿Funcionan bien los frenos?

¿Tiene usted equipo de emergencia o para reparaciones del vehículo, incluyendo linternas, luces de bengala para emergencias, extintores y cadenas donde sea aplicable?

Verifique todas estas cosas antes de que llegue el invierno. Recuerde también que debe reducir la velocidad en caminos húmedos, fangosos, grasientos o congelados y estar especialmente alerta por el cruce de peatones y animales. Esto hará que su experiencia de manejo sea más fácil y más segura. El invierno es inevitable y nada se puede hacer para evitarlo. Pero el mantenimiento preventivo y la precaución adicional pueden ser factores importantes en la prevención de accidentes.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

La electricidad es una fuente esencial de energía para la mayoría de las operaciones relacionadas con la agricultura. Sin embargo, pocas fuentes tienen un mayor potencial de causar daño que la electricidad. Es posible trabajar con seguridad con la electricidad si usted tiene la capacitación necesaria, entiende y sigue ciertas normas básicas.

Por su naturaleza, la electricidad tomará el trayecto de menor resistencia hacia la tierra. Si ocurre que su cuerpo se encuentra en esa trayectoria, incluso una pequeña cantidad de corriente puede tener efectos fatales. El riesgo de choque eléctrico o electrocución es mayor alrededor de objetos metálicos y en condiciones de humedad. Por lo tanto, asegúrese de que todo el equipo eléctrico, cajas de conmutadores y sistemas de conductos estén debidamente conectados a tierra y que todas las operaciones en exteriores y en lugares húmedos estén debidamente cableados para condiciones húmedas. Al trabajar en áreas húmedas, use equipo de protección personal como guantes y botas de caucho; use estereras de caucho, herramientas con aislamiento, y láminas de caucho para protegerse contra el metal expuesto.

Mantenga los sistemas eléctricos en buenas condiciones de funcionamiento. Pueden ocurrir lesiones y daños cuando el equipo está defectuoso. Así que inspeccione el equipo eléctrico, los tomacorrientes, los enchufes y los cordones eléctricos antes de cada uso. Retire del uso, etiquete y envíe a reparación cualquier equipo defectuoso. Asegúrese de que los tomacorrientes y los cordones eléctricos sean de la longitud y tamaño apropiados para prevenir la sobrecarga eléctrica. Si los cordones eléctricos deben cruzar un área de tráfico, protéjalos con tabloncillos de madera u otros medios.

Asegúrese de que usted y los otros trabajadores sigan los procedimientos de bloqueo y etiquetado. Trate a cada cable eléctrico como si estuviera energizado. Deje de usar una herramienta o un electrodoméstico si se siente un choque eléctrico leve o cosquilleo. Apague la alimentación eléctrica si percibe el olor de una sustancia caliente o quemada o si se observa humo, chispas o luces titilantes.

Una de las causas más frecuentes de accidentes fatales en la agricultura es el contacto con líneas aéreas de transmisión eléctrica. El equipo usualmente involucrado en tales contactos lo constituyen

elevadores portátiles y barrenos, tuberías de irrigación y maquinaria para recoger cosechas. Los trabajadores que usen dispositivos de mayor altura deben permanecer continuamente alertas contra los peligros y tomar las precauciones pertinentes para evitar el contacto con las líneas aéreas de transmisión eléctrica. Si se rompe una línea aérea de transmisión eléctrica, aléjese del cable y de todo lo que haga contacto con el mismo después llame a la compañía eléctrica para que interrumpan la alimentación eléctrica. Sólo electricistas calificados deben reparar el equipo eléctrico o trabajar en líneas energizadas.

Dado que pueden ocurrir accidentes, asegúrese de que aquéllos que trabajen con equipo eléctrico energizado o cerca del mismo hayan recibido capacitación en respuestas de emergencia y en técnicas de resucitación cardiopulmonar (CPR).

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

No es posible eliminar las emergencias en el lugar de trabajo, pero si usted ha implantado un plan de acción de emergencia y cuenta con trabajadores capacitados para responder apropiadamente y con rapidez, usted puede optimizar la eficiencia, aliviar la ansiedad, y en algunos casos, salvar vidas.

La dedicación de la administración y la participación de los trabajadores son esenciales para un plan de acción de emergencia. Se recomienda explicar el plan de acción a los trabajadores y revisarlo siempre que cambie el plan mismo o las responsabilidades. ¿Qué tan eficaz es su plan de acción de emergencia? Averíguelo preguntándose a sí mismo y a sus trabajadores las preguntas siguientes:

### Aspectos generales

¿Existe algún medio para informar sobre las emergencias y contar al personal antes y después de un incidente?

¿Quién es la persona responsable de tomar decisiones durante las condiciones de emergencia?

¿Sabe alguien en el lugar de trabajo los procedimientos a seguir en varios escenarios de emergencia (por ejemplo: incendio, explosión, terremoto, derrame de productos químicos o violencia en el lugar de trabajo, etc.)?

¿Conocen los trabajadores las rutas de escape y los procedimientos de evacuación incluso el lugar de reunión para contar las personas presentes o para recibir instrucciones adicionales?

¿Saben los trabajadores adónde están localizados los suministros de emergencia?

### Aspectos médicos

¿Saben los trabajadores cómo responder en caso de ocurrir una emergencia médica?

¿Hay trabajadores capacitados en técnicas de resucitación cardiopulmonar (CPR) y primeros auxilios?

¿Tiene el lugar de trabajo equipo de primeros auxilios que corresponda con las posibles lesiones que los trabajadores pudieran encontrar? (Por ejemplo: estaciones de lavado de emergencia, equipo de protección personal, tanques de oxígeno, compresas frías, etc.)

¿Están los números de teléfono de respuesta de emergencia (cuerpo de bomberos, ambulancia, instalación médica, etc.) claramente colocados en lugares fácilmente accesibles?

## **Incendio**

¿Tiene el sitio de trabajo extintores que correspondan a los posibles riesgos de incendio?

¿Han practicado los trabajadores el uso de los extintores para estar conscientes de su funcionamiento y limitaciones?

¿Se han recargado los extintores en los últimos doce meses? (Éstos deben tener una etiqueta que indique la fecha de recarga).

## **Derrames**

¿Tiene el sitio de trabajo material absorbente que corresponda a la cantidad y tipo de productos químicos que podrían derramarse?

¿Tiene usted el equipo pertinente de protección personal que sería necesario para responder ante un derrame de productos químicos?

¿Han recibido los trabajadores la capacitación apropiada sobre cómo responder de manera segura ante un derrame de productos químicos?

Después de establecer su plan de acción de emergencia, asegúrese de que los trabajadores reciban la capacitación y los cursos de repaso sobre las posibles emergencias que pudieran encontrar, los procedimientos de emergencia que deben seguir, cualesquier procedimientos de primeros auxilios o de rescate, y sobre la ubicación del equipo para respuesta de emergencia y los números de teléfono respectivos. En una emergencia, una respuesta inmediata y con conocimiento de detalles puede salvar las vidas de las personas, la operación del negocio y miles de dólares en pérdidas potenciales.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Ergonomía literalmente significa “las reglas de la fortaleza humana”. Los ingenieros interesados en el diseño de ambientes de trabajo crearon la palabra en la década de los cincuenta. En la actualidad, el propósito de la ergonomía en el sitio de trabajo es crear una mejor combinación entre el trabajador, el trabajo que ejecuta y los equipos que usa. Una combinación acertada aumenta la productividad del trabajador y reduce las lesiones de origen ergonómico.

Según el Departamento de Estadísticas del Trabajo, 34% de todas las lesiones y enfermedades que resultan en ausencia del trabajo son trastornos de los músculos o el esqueleto relacionados con el trabajo (WMSD, por sus siglas en inglés). Los WMSD son resultado de una falta de coordinación entre el trabajador, el trabajo que ejecuta y los equipos que usa. Los nombres más comunes que se le aplican a los WMSD incluyen lesiones por estrés repetitivo, trastornos traumáticos acumulativos, codo de tenista, “dedo blanco” y el más común de todos, el síndrome del túnel carpiano.

Prácticamente todos los tipos de trabajo y ocupaciones tienen el potencial de ocasionar WMSD. Para prevenir esas lesiones, es importante entender los factores que contribuyen a que ocurran. Los factores ergonómicos están relacionados con condiciones en el sitio de trabajo que representan un riesgo de lesiones al sistema musculoesquelético del trabajador.

Los factores que contribuyen al desarrollo de WMSD incluyen:

Fuerza – la fortaleza necesaria para ejecutar una tarea.

Repetición – la frecuencia o el número de veces que se ejecuta una tarea durante un turno de trabajo.

Postura – la posición del cuerpo necesaria para ejecutar una tarea.

Vibración – que puede provenir del uso excesivo de herramientas de mano motorizadas.

Temperatura – los extremos de temperatura son más dañinos al cuerpo humano.

Duración – la cantidad de tiempo dedicada a ejecutar tareas de trabajo en una jornada laboral.

Asuntos no relacionados con el trabajo – salud, estilo de vida, pasatiempos, deportes pueden contribuir a los factores ergonómicos de riesgo.

Para identificar y prevenir los WMSD se requiere una revisión cuidadosa de esos factores de riesgo. La prevención puede requerir la modificación de uno o más de dichos factores.

El primer paso es descubrir cuáles tareas pueden estar ocasionando los problemas. Esto se puede lograr observando su sitio de trabajo, hablando con empleados, y conociendo los indicios tempranos de aviso. Los signos significativos incluyen, malestar o fatiga del empleado, modificaciones a herramientas o equipos por parte de los empleados, mala calidad de los productos, o informes de problemas por los empleados. Otra manera de identificar áreas con problemas es estudiar los registros escritos, por ejemplo, los listados 200 y 300 de OSHA e información de compensación del seguro obrero. Una vez que se hayan identificado los trabajos, se debe hacer una lista de ellos.

El segundo paso es observar las tareas específicas que comprenden los trabajos previamente identificados. Cuando se examine cada tarea, se debe determinar con cuánta frecuencia ocurre (una vez por turno o veinte veces por hora), y lo difícil que es cada tarea (desde el punto de vista del empleado).

El tercer paso es observar las tareas del trabajo. Se debe prestar atención especial a cuántos factores de riesgo están asociados con la tarea del trabajo. Cuanto mayor sea el número de factores de riesgo asociados con el trabajo, mayores serán las probabilidades de que se pueda desarrollar un WMSD. Hablar con los empleados que ejecutan el trabajo a menudo puede ayudar a recabar información importante acerca de cómo la tarea del trabajo se puede mejorar.

Es importante recordar que se deben observar todas las tareas asociadas con cada trabajo, porque cada tarea puede tener un factor de riesgo. Los WMSD pueden estar asociados con una combinación de factores de riesgo provenientes de múltiples tareas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Las computadoras son tan comunes en el lugar de trabajo como lo son los teléfonos. Las utilizamos para casi todo – redactar cartas y formularios, escribir informes, hacer revisiones, crear correo electrónico y navegar por la Internet. Las computadoras requieren que las manos y brazos se usen más que nunca. Pero la repetición del mismo movimiento una y otra vez a altas velocidades con poco descanso, y aplicando fuerza a los músculos, a las articulaciones o a los tendones mientras éstos se encuentran colocados en un ángulo incómodo, puede estar imponiendo un esfuerzo mayor de lo necesario en dichas partes del cuerpo y además puede aumentar la posibilidad de desarrollar lesiones por movimientos repetitivos (RMI).

Una estación de trabajo ajustable y de diseño ergonómico es una de las maneras más eficaces de disminuir la posibilidad de desarrollar una RMI. A continuación se brindan algunas pautas al respecto.

Eleve o baje su escritorio, la silla o la pantalla de su computadora para lograr que la parte superior de la pantalla quede al nivel de los ojos o levemente debajo de los mismos. La pantalla debe poder verse sin esforzar el cuello hacia adelante.

Use un portadocumentos para colocar los documentos al mismo nivel de la pantalla.

El cuello debe quedar derecho y su cabeza centrada sobre su columna vertebral.

Tenga sus brazos flexionados aproximadamente a un ángulo de 90 grados con las muñecas y manos rectas o en una posición neutral.

La columna vertebral debe tener su curvatura normal apoyada sobre los pies descansando en una posición relajada sobre el piso o en un apoyo para pies.

Utilice apoyos para las muñecas, audífonos para teléfonos, apoyos lumbares y apoyos para los pies a fin de aliviar el esfuerzo en sus brazos, cuello y región lumbar.

Trate de mantener flojos y relajados los hombros, los brazos y las manos. Es importante hacer los ejercicios de estiramiento antes y después de períodos prolongados de mecanografía. Estire frecuentemente los dedos, las muñecas, los brazos y los hombros, y varíe sus actividades de trabajo para no repetir los mismos movimientos por períodos prolongados.

Reduzca el impacto de sus pulsaciones al mecanografiar. Mientras más fuerza utilice, ya sea constantemente o por impacto, mayores serán las probabilidades de que se produzca una distensión muscular o de los tendones.

Descanse o varíe sus tareas. El cuerpo necesita descanso diario. Su riesgo de lesionarse aumenta cuando las partes de su cuerpo no tienen tiempo suficiente para recuperarse y descansar.

Comuníquese con su supervisor si necesita ayuda para arreglar su estación de trabajo y comuníquese inmediatamente con su supervisor si sufre cualquier dolor o molestia.

---

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Imagine algunas de sus actividades preferidas. Son necesarios sus ojos para hacerlas? Probablemente si, por que usamos nuestros ojos para todo lo que hacemos. Puesto que nuestros ojos son tan importantes a nuestras vidas y por que son tan delicados realmente necesitamos cuidarlos.

### **Aqui son algunas cosas que podemos hacer para protegernos los ojos:**

- Lentes de seguridad: Lentes de seguridad protegen los ojos contra particulos de piedra, polvo o liquidos. Lentes de seguridad no se quiebran tan fácilmente que lentes normales así que se debe llevar lentes de seguridad encima de lentes normales. Lentes de seguridad no previenen accidentes a menos que se llevan puestos correctamente.
- No llevar lentes de contactos donde hay riesgo de que material entre en el ojo. Polvo, liquido o pedazos de material pueden meterse atrás del lente contacto y hacer mucho daño al ojo aun cegarlo.
- Buena visión previene accidentes, así que si no ve bien como antes corríjalo!
- Iluminación: buena iluminación es importante a un lugar de trabajo seguro. Abstener de trabajar en lugares oscuros o con mucho sombra. Reemplace bombilla de luz cuando necesario y trabajar únicamente en lugares donde se ve bien lo que uno hace. Reportar a su supervisor lo mas antes si hay problemas de iluminación.

Su visión es valiosísima. Cúidelo al llevar sus lentes de seguridad para que sigan disfrutando la vida.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

Fecha de Revisión:

Distribución: X Todos Empleados  
RJ  
MVS  
DSP  
Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Usted es personalmente responsable de evitar incendios en el trabajo para su propia seguridad y la de sus compañeros de trabajo. La mejor manera de evitar incendios es mantenerse alerta contra los posibles peligros de incendio.

Esté consciente de los peligros potenciales de incendio en el sitio de trabajo. Reporte situaciones peligrosas a su supervisor. Conozca la ubicación de los extinguidores de fuego y otros equipos de emergencia que se encuentren disponibles. Durante una emergencia, protéjase. Si no es seguro involucrarse, no lo haga.

Si alguna vez debe enfrentarse a un incendio, mantenga la calma, pero piense rápido y actúe con cautela. Cuando descubra un incendio, analícelo rápidamente. Sepa cuándo tratar de apagar el incendio por sí solo y cuándo es esencial pedir ayuda.

En caso de incendio, observe los procedimientos de respuesta establecidos por la empresa. Lo importante es saber qué se debe hacer y hacerlo con rapidez. El orden exacto de las cosas que se deben hacer depende de los procedimientos de respuesta establecidos por la empresa.

Active la alarma y evacue el área. Llame a los números de emergencia que se le han dado y proporcione los detalles del incendio (ubicación, cómo comenzó, etc.). Nunca vacile en llamar a los bomberos, aún si el incendio aparenta ser de índole menor y usted logra apagarlo antes de que ellos lleguen. Cuando más rápido se active la alarma, más rápido los bomberos llegarán a tratar de controlar el incendio. Designe a alguien para que reciba a los bomberos y les informe dónde está el fuego. Los bomberos pueden desperdiciar preciosos minutos si tienen que encontrar el incendio por sí solos.

Usted es personalmente responsable de evitar incendios, pero no tiene la responsabilidad de apagar incendios mayores. Trate de apagar el incendio sólo si puede hacerlo en forma segura con extinguidores apropiados que estén a la mano. En general, nunca trate de apagar el incendio junto a los bomberos a no ser que éstos soliciten su ayuda.

Avísele a los demás de inmediato. Advírtale el peligro a todas las personas en el área para que puedan escapar a un sitio seguro. Esto es especialmente importante en los incendios bajo techo. La mayoría de las víctimas perecen por el humo, los gases venenosos y el pánico. El pánico generalmente es consecuencia de no saber qué hacer. Si existe un plan de escape, adáptelo a la emergencia.

Al comenzar, la mayoría de los incendios son pequeños, pero pueden llegar a estar fuera de control en pocos minutos. Es importante saber dónde se encuentran los extinguidores y cómo operarlos correctamente. Distinga el tipo de fuego antes de atacarlo. Elija el extinguidor correcto para el tipo de fuego en cuestión (papel/madera, grasa/gas/líquidos inflamables, eléctrico). Si usted no está entrenado o autorizado para usar un extinguidor, no trate de hacerlo. El tiempo que usted desperdicia tratando de averiguar cómo funciona un extinguidor puede significar la diferencia entre daños menores y un desastre mayor.

Estudie con frecuencia los procedimientos de seguridad contra incendios de la empresa para saber qué hacer. Actúe con precaución. Encienda la alarma. Avísele a otros en el área. Evacúe y manténgase alejado a no ser que se le pida su ayuda. En caso de incendio, estar informado y preparado puede evitarle lesiones a usted y a sus compañeros de trabajo.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los pies son algo que no recibe mucha atención a no ser que exista algún problema. Por lo tanto, para evitar posibles lesiones, es importante pensar en salvaguardar los pies antes de empezar alguna tarea.

Los trabajadores pueden estar expuestos a varias situaciones peligrosas en su trabajo, incluyendo superficies resbalosas, peligros al subirse en algo, manejo de equipos pesados o trabajos en las cercanías de maquinarias o electricidad. Dichas diferentes situaciones de trabajo pueden requerir diferente calzado de protección para proteger a los pies y al empleado de lesiones.

Al seleccionar los zapatos de protección, se deben escoger los zapatos o botas legalmente aprobados para la tarea de trabajo, el equipo o la situación. Algunas situaciones pueden requerir botas con puntas metálicas para proteger la parte superior del pie. Dichos zapatos con punta de acero proporcionan protección adicional sobre la parte superior del pie y pueden resultar en una gran diferencia en la prevención de lesiones en caso de un accidente.

Se deben usar zapatos o botas de seguridad con protección contra impactos cuando el trabajador carga o maneja materiales tales como paquetes, objetos, piezas o herramientas pesadas y para otras actividades durante las cuales pueden caerle objetos sobre el pie. Debe ser obligatorio que los empleados usen zapatos o botas de seguridad con protección contra impactos cuando su trabajo involucra el manejo de carretillas cargadas con materiales pesados; el manejo de herramientas grandes y pesadas (papel, telas, alfombras, maderas, etc.); el trabajo cerca de tuberías pesadas o en situaciones en las cuales un objeto pesado puede rodar sobre el pie del trabajador.

Debe ser obligatorio el uso de zapatos o botas de seguridad con protección contra las perforaciones cuando el empleado pueda pisar objetos afilados, tales como clavos, alambres, tachuelas, tornillos, grapas grandes, chatarra, etc. También puede ser necesario usar zapatos especiales aislantes o conductores para ciertos tipos de trabajos eléctricos.

Los empleadores deben instruir a los empleados en el uso correcto del calzado de seguridad necesario para las tareas que tienen obligación de ejecutar, o en las situaciones que se puedan encontrar durante

sus labores. Los empleados también deben entender la importancia de usar los zapatos de protección apropiados. La consciencia de la seguridad y los trabajadores saludables son el resultado de programas totales de seguridad que incluyen una educación constante y entrenamiento en los equipos de protección personal en el trabajo.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

### ¿Qué son los camiones industriales motorizados?

Un camión motorizado industrial (PIT por sus siglas en inglés de Powered Industrial Truck) es un vehículo móvil, motorizado utilizado para acarrear, empujar, remolcar izar o apilar materiales. Existen doce (12) tipos diferentes de PIT y ciertos tipos están designados como aptos para operar con seguridad en diferentes ambientes (por ejemplo: atmósferas inflamables, ambientes polvorientos, etc.). Pregúntele a su equipo gerencial cuáles tipos específicos de PIT tiene su empresa y dónde pueden usarse con seguridad dentro de su planta.

### Entrenamiento del conductor

Los PIT son una parte muy importante del manejo de materiales en muchas industrias. También son una fuente de accidentes serios. Todo el personal que opere PIT debe estar entrenado y certificado en su operación segura cada tres años. El entrenamiento incluye instrucción en clase y operación del vehículo. El entrenamiento abarca:

- Características del PIT específico que se va a operar.

- Procedimientos de operación para el PIT específico que se va a operar.

- Conocimientos de seguridad para el PIT específico que se va a operar.

- Condiciones del sitio de trabajo y temas de seguridad sobre el área en que se va a operar el PIT.

- Aprender y practicar en efecto la operación del PIT específico que se va a operar.

- Demostrar la habilidad de ejecutar las tareas de operador del PIT específicas al sitio de trabajo.

### Estabilidad de los camiones industriales motorizados

El diseño de los PIT se basa en el concepto de que dos pesos se contrapesan entre sí en lados opuestos de un punto de giro. Las ruedas delanteras son el punto de giro. Este es el mismo concepto del vaivén. La carga que descansa sobre las horquillas debe quedar balanceada con el peso del PIT en sí. El centro de gravedad es el punto único en el cual el objeto está balanceado en todas las direcciones. Cada objeto tiene un centro de gravedad. Cuando un PIT levanta una carga, el camión y la carga juntas tienen un centro de gravedad combinado diferente. La estabilidad del PIT está determinada por la ubicación de su centro de gravedad, o si el PIT está cargado, su centro de gravedad combinado.

### Operación de los camiones industriales motorizados

Para operar un PIT se requieren pericia y conocimientos. El conductor del PIT y las personas que le rodean deben tratar el PIT con respecto. El uso de los procedimientos correctos de operación minimizarán los riesgos de accidentes potenciales y lesiones.

Los montacargas deben sacarse de servicio cuando no estén en buenas condiciones para su operación segura. Es obligatorio inspeccionar los PIT antes de usarlos (al menos una vez por turno) y dicha

inspección debe incluir, pero sin limitarse a: los frenos, la dirección, las horquillas de carga, los componentes de la cadena del mástil, la placa de especificaciones, los neumáticos, el contrapeso, los resguardos superiores de seguridad, las palancas de control, la bocina, las luces, etc. El uso de una lista de inspección facilita esta tarea y evita olvidos.

Un PIT no es un automóvil. Los PIT son altos y angostos, y se vuelcan con facilidad, por eso es que sus operadores deben conducir con cautela. Detener un PIT tampoco es igual que detener un automóvil. Las dos ruedas pequeñas son las que tienen los frenos, por eso es que los PIT no se detienen con rapidez.

### **Seguridad de los camiones industriales motorizados**

La información más reciente de OSHA arroja que 95,000 trabajadores resultan lesionados, y aproximadamente 100 mueren cada año en incidentes relacionados con los PIT. La mayoría de las lesiones resultan de accidentes de vuelco. Las causas primarias de los vuelcos son exceso de velocidad al redondear curvas y cargas izadas desbalanceadas. La mejor manera de evitar un vuelco es contrapesar debidamente la carga. Todas las cargas deben colocarse tan cerca de la base de las horquillas como sea posible.

### **Reglas generales de seguridad**

Mantenga la carga baja	Nunca lleve pasajeros
Planifique su ruta	Observe límites seguros de velocidad
Estacione con seguridad	Tenga cuidado con los peatones
Evite curvas agudas	Vigile los baches
Deje espacio en los corredores	Mantenga una visibilidad segura
Tenga cuidado con las cuestas	Use la bocina al acercarse
Observe todas las reglas del plan de seguridad de su empresa para los camiones industriales motorizados	

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Después de los ojos, las manos son probablemente la parte más importante del cuerpo en lo que se refiere a la ejecución de nuestro trabajo. Se utilizan en casi todo lo que hacemos. Sin embargo, muchas de las cosas que hacemos con las manos se realizan sin un pensamiento deliberado. Las manos no tienen temor alguno. Irán a cualquier lugar que se les envíen y actuarán tan inteligentemente como la persona a la que ellas pertenecen. Por lo tanto, antes de usar las manos piense en la seguridad de las mismas.

He aquí los tipos más comunes de lesiones de mano y lo que usted puede hacer para evitarlas.

**Lesiones traumáticas.** Estas lesiones a menudo ocurren como consecuencia del uso descuidado de maquinaria o herramientas. Las manos y los dedos quedan atrapados, pellizcados o aplastados en cadenas, ruedas, rodillos o engranajes. Las manos y los dedos pueden resultar perforados, rasgados o con cortaduras por herramientas con puntas o dentadas, con bordes cortantes o que trozan. Las precauciones de seguridad deben incluir el uso de protectores, guardas, guantes o cerraduras de seguridad; la manipulación cuidadosa de cuchillos o herramientas; y mantener las manos, las joyas y la ropa alejados de las partes móviles.

**Lesiones por contacto.** Estas lesiones resultan por el contacto con disolventes, ácidos, soluciones de limpieza, líquidos inflamables y otras sustancias que pueden causar quemaduras o lesionar los tejidos. Para protegerse contra este tipo de lesiones, lea las etiquetas del producto, utilice los guantes adecuados o cremas protectoras y lávese las manos frecuentemente.

**Lesiones por movimiento repetitivo.** Estas lesiones ocurren cuando las tareas requieren movimientos repetidos y rápidos de la mano por períodos prolongados. Los trabajos de fabricación, de ensamblaje o de computadora pueden producir este tipo de lesiones. Cambie la empuñadura, la posición o el movimiento de las manos. Si fuera posible, alterne las tareas para descansar las manos.

Usted puede protegerse contra las lesiones de la mano recordando las reglas básicas de seguridad que se enumeran a continuación.

Reconozca los peligros.  
Piense completamente en cada trabajo antes de realizarlo.  
Siga las reglas de seguridad.  
Evite los atajos.  
Si ocurre un accidente, busque tratamiento inmediatamente.  
Reporte las lesiones a su supervisor.

Las manos saludables están constituidas para durar toda una vida. Las lesiones pueden durar toda una vida también. Esté consciente de dónde pone las manos y tome las precauciones necesarias para protegerlas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

La cabeza es la parte más importante de su cuerpo. Con ella se piensa, se siente, se habla, se huele y se escucha. Por lo tanto, tiene sentido protegerse la cabeza contra cualquier lesión.

La primera línea de defensa contra las lesiones a la cabeza en el lugar de trabajo es el uso del casco de seguridad. El casco protege la cabeza del peligro de caída de objetos y resguarda contra golpes accidentales. El casco reduce la intensidad de cualquier golpe a la cabeza. Resiste y desvía el golpe y distribuye el impacto sobre un área mayor. La suspensión interna del casco actúa como amortiguador. Aún en el caso de que el casco se quiebre o se abolle, absorbe parte de la fuerza del impacto, transmitiéndole menos a la cabeza. También puede resguardar el cuero cabelludo, la cara, el cuello y los hombros contra derrames o salpicaduras.

Elija el casco más apropiado para el tipo de trabajo que se ejecuta, y sólo use cascos aprobados y fabricados para cumplir con las normas aplicables. Éstos están diseñados para proporcionarle la máxima protección a la cabeza. También es importante asegurarse de que el casco le quede bien. Un casco de la talla correcta proporciona el máximo de confort y protección.

La habilidad del casco de proteger al trabajador depende del espacio para absorber impactos que la suspensión mantiene entre la coraza exterior y la cabeza. Por lo tanto, es importante que la banda y las correas de la suspensión estén ajustadas debidamente para obtener la máxima protección. La luz solar y el sudor pueden podrir la banda y las correas, por lo tanto no debe dejarse el casco bajo la ventana trasera del automóvil. Cuide su casco. No lo deje caer, no lo tire ni le taladre orificios. Inspeccione el casco cada día para asegurar que no tenga grietas, ni surcos y que las correas no tengan roturas ni estén deshilachadas.

Se pueden usar colores para identificar diferentes oficios y al personal de supervisión, y se debe tener en cuenta al efectuar la compra de dichos equipos. Todos los niveles de supervisión deben dar el buen ejemplo usando los cascos de seguridad. Observe y cumpla con los avisos de "Área de casco de seguridad" en los lugares de trabajo. Recuerde, el casco de seguridad es un símbolo de prestigio: identifica a un trabajador seguro, uno que practica y cree en la seguridad.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

El mundo actual está lleno de ruidos y la excesiva exposición a ellos en el lugar de trabajo podría ser causa de la pérdida permanente de audición. Para proteger a los empleados, los empleadores deben realizar estudios de sonido, controlar la exposición al ruido, inscribir a los empleados afectados en un programa de conservación de la audición y proporcionar protección para los oídos.

Los dispositivos protectores de los oídos (HPD, según sus siglas en inglés), tales como orejeras o tapones, pueden resultar efectivos en entornos laborales ruidosos. Sin embargo, los dispositivos protectores de los oídos solamente son eficaces si su tamaño y forma se adaptan bien a los oídos del usuario. Las dos categorías comunes de HPD son los tapones y las orejeras.

Existen varios tipos comunes de dispositivos protectores de los oídos:

Tapones de espuma que adoptan la forma del oído del usuario. Un mismo tamaño es apropiado para la mayoría de las personas.

Tapones de plástico flexible premoldeados. Se suelen vender en diferentes tamaños y deben seleccionarse de modo que se ajusten lo mejor posible a cada oído.

Dispositivos semiaurales, o capuchones de canal, compuestos de unas puntas flexibles situadas en una banda de poco peso para la cabeza. Prestan menos protección que los tapones o las orejeras, pero pueden resultar adecuados para su uso intermitente.

Orejeras rígidas con almohadillas de plástico suave que se ciernen herméticamente alrededor de los oídos.

Los tapones de espuma que adoptan la forma del oído deben estrecharse y comprimirse con los dedos antes de introducirlos en el canal auditivo. Una vez colocado, el tapón se expande hasta ocupar el canal auditivo en su totalidad y reducir la transmisión de ruido hacia el interior del oído. Si se introduce de modo incorrecto, el tapón de espuma protegerá mucho menos contra el ruido.

Para que el tapón de espuma adopte la forma óptima:

1. Con las manos limpias, presionar y comprimir el tapón hasta convertirlo en un cilindro muy fino.

2. Con una mano, jalar ligeramente la parte superior del oído hacia arriba y hacia afuera, mientras que, con la otra mano, se introduce un tapón en el canal auditivo.
3. Una vez colocados, sujetar los tapones con la yema de un dedo durante unos momentos para asegurarse de que el tapón se expanda en el canal auditivo sin que se salga del oído. En un entorno ruidoso, deberá notarse la reducción del nivel de sonido percibido a medida que se expande el tapón.
4. Hacer que un compañero revise visualmente el tapón.  
Si la mitad o una parte mayor del tapón sobresale del canal auditivo, no se ha producido una buena adaptación y éste no proporcionará la protección adecuada.

Para que las orejeras se ajusten bien:

1. Ajustar la banda de la cabeza de modo que se acomode bien y que las almohadillas ejerzan presión uniforme alrededor de los oídos.
2. No permita que las almohadillas atrapen el cabello o, de lo contrario, no se producirá un ajuste hermético.
3. Las orejeras deben cubrir los oídos completamente.

Los empleados pueden expresar inquietud acerca de la posibilidad de que los HPD, en especial los tapones, causen infecciones de oído. Como precaución contra ello, el usuario debe asegurarse de que los HPD se mantengan en condiciones higiénicas. Es preciso que las manos estén limpias antes de comprimir los tapones de espuma. De ser factible, se deberán tirar a la basura los tapones desechables después de un solo uso. Si se vuelven a usar, los tapones deberán lavarse en agua caliente y jabón, y dejar que se sequen completamente antes de volverse a usar.

En muchos lugares de trabajo no es posible mantener las manos limpias. Los tapones preformados vienen a menudo con un pequeño manguito de plástico en el extremo exterior. Este tipo de tapón permite la inserción y extracción del tapón sin tocar la parte que penetra en el oído.

La posibilidad de infección a causa de las orejeras de oídos es inferior a la de los tapones. Sin embargo, las almohadillas de las orejeras deben limpiarse o lavarse con regularidad. Los trabajadores que contraigan infecciones de oído varias veces deberán usar orejeras. Los trabajadores deberán informar a su empleador acerca de los mejores HPD para ellos; su opinión debe tenerse en cuenta a la hora de comprar los HPD. Si los empleados y empleadores colaboran a la hora de seleccionar los HPD, aumentarán las posibilidades de que se usen estos dispositivos cuando sean necesarios para proteger a su usuario contra la pérdida de audición.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Cuando el cuerpo humano produce calor más rápido de lo que puede enfriarse, pueden ocasionarse enfermedades desde leves hasta graves. Es importante reconocer los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor y entender cómo prevenirlas, controlarlas y responder a sus efectos.

La temperatura del aire, la humedad y la ropa que se viste pueden aumentar el riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con el calor. También pueden influenciarlas la edad, el sexo, el peso, el buen estado físico, la nutrición, el consumo de alcohol o el uso de drogas, o enfermedades preexistentes, tales como la diabetes. ¿Cómo se pueden prevenir o controlar las enfermedades relacionadas con el calor?

Beba agua. Beba pequeñas cantidades de agua con frecuencia, aproximadamente una taza cada 15 a 20 minutos. (El consumo de alcohol aumenta la pérdida de líquidos del cuerpo.)

Limite su tiempo de exposición y/o la temperatura. Trate de programar las tareas en horas del día que sean más frescas, o en épocas del año de menos calor. Descanse en lugares frescos. Añada más trabajadores para reducir la carga de trabajo o reduzca las horas de trabajo diarias.

Aclimatación. Adaptarse al calor gradualmente reduce la gravedad de sus efectos.

Controles de ingeniería. Mecanice las tareas pesadas o aumente el movimiento de aire por medio de ventiladores o enfriadores.

Vista ropa suelta y ligera. La ropa que se ponga puede aumentar la concentración del calor.

No se deben tomar tabletas de sal. El tomar tabletas de sal puede aumentar la presión arterial, ocasionar úlceras estomacales y afectar seriamente a los trabajadores que sufren de enfermedades del corazón.

Cualquier persona que sufra una reacción leve al calor puede tener una erupción de la piel conocida como "salpullido" o espasmos dolorosos en los músculos, conocidos como calambres durante la actividad física o después de la misma. Las reacciones leves también pueden involucrar fatiga o mareos. Puede que se perciban cambios en el desempeño físico o mental, así como un incremento en la tasa de accidentes. Una persona con una reacción moderada o agotamiento por el calor presenta uno o más de los siguientes síntomas: sudor excesivo, piel fría, húmeda, pálida o sonrojada, sed, debilidad o

fatiga extrema, dolor de cabeza, náusea, pérdida del apetito, pulso rápido y débil, o mareo, y si no se trata correctamente la víctima puede desmayarse.

Cualquier persona que presente síntomas leves o moderados debe llevarse a un lugar fresco a la sombra, con circulación de aire. La persona debe acostarse y, si está consciente, se le deben dar tragos pequeños de agua fresca a intervalos frecuentes. Si los síntomas continúan, se debe llamar a un médico.

En casos graves de agotamiento por el calor, se puede presentar la insolación. La cara de la víctima se encuentra sonrojada y la piel caliente y seca sin sudar. Sufre un fuerte dolor de cabeza con respiración rápida y a fondo. Puede sufrir una fiebre alta y delirar. Puede quedarse inconsciente y tener convulsiones, o sufrir un coma. Esta condición es fatal a no ser que se obtenga tratamiento médico de emergencia. Llame inmediatamente para pedir ayuda médica. Mientras llega, saque a la víctima del ambiente caliente. Aflójele la ropa y viértale agua sobre todo el cuerpo. Haga circular aire alrededor del cuerpo de la víctima.

El reconocer los signos y los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor, así como el uso de medidas preventivas y de control, pueden reducir la frecuencia y la gravedad de dichas enfermedades a la vez que aumentan la productividad de los trabajadores.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Limpiar una correa transportadora atascada, alcanzar una herramienta, o recuperar un guante caído son tareas comunes. Sin embargo, cada uno de estos actos puede conducir a una lesión grave. Muchas lesiones ocurren durante el mantenimiento de los equipos. Algunas veces los trabajadores tratan de alcanzar algo dentro de un resguardo mientras le dan mantenimiento a un equipo, o los atrapa un dispositivo transmisor de potencia, tal como correas, poleas, rodillo en movimiento, cadenas o ruedas dentadas. Otras lesiones pueden ocurrir cuando el equipo no tiene resguardos o cuando arranca inesperadamente.

Si se toman algunas precauciones básicas, la protección de los trabajadores contra estos peligros puede ser sencilla y de bajo costo. Controles físicos de bajo costo, tales como resguardos en las maquinarias pueden evitar muchas lesiones. Lo importante es que los resguardos permanezcan instalados. Colores vivos y contrastantes pintados en los resguardos de las maquinarias y puntos de operación le proporcionan a los trabajadores un aviso visual y pueden facilitar el detectar resguardos que faltan. La buena iluminación también ayuda a descubrir situaciones peligrosas y maquinaria sin resguardos.

Un mantenimiento periódico ejecutado por trabajadores experimentados puede resultar en una gran diferencia en la prevención de obstrucciones en los equipos y en la reducción de riesgos de lesiones ocasionadas al ser atrapados por elementos de una maquinaria o caerse sobre ella. Los empleadores deben establecer prácticas seguras de trabajo y entrenar a los empleados para que cumplan con ellas en las cercanías de las maquinarias y otros equipos eléctricos. La ley exige que los equipos se apaguen y se cierren con llave durante cualquier trabajo de mantenimiento para evitar que alguna persona la ponga en marcha inesperadamente. Los trabajadores deben reconocer y entender los siguientes puntos cuando trabajan en las cercanías de las maquinarias:

La ubicación de los resguardos de la maquinaria y los puntos de operación

El propósito de los códigos de colores en las maquinarias que advierten a los trabajadores de lugares de peligro y ayudan a detectar resguardos que faltan

El peligro de puntos en que pueda resultar atrapado un trabajador, y la importancia de los resguardos de rodillos en movimiento, correas, poleas, cadenas y ruedas dentadas

Conocer y obedecer los procedimientos establecidos para detener la maquinaria, cerrarla con llave y rotularla

Saber cuándo las maquinarias se han detenido para hacerles mantenimiento o eliminar atascamientos

Asegurar que las maquinarias permanezcan apagadas cuando se han detenido para hacerles mantenimiento

Conocer y observar las prácticas seguras de trabajo en electricidad desarrolladas por la empresa

Entender la importancia de mantener las maquinarias limpias para evitar atascamientos

La forma más segura de proteger las manos y los dedos de los empleados es que todos permanezcamos alerta cuando trabajamos en las cercanías de las maquinarias o equipos en movimiento, cumplamos con las prácticas de seguridad establecidas por la empresa y usemos el buen sentido común.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Las maquinarias son una de las causas más comunes de lesiones en el trabajo. Los operadores mal entrenados o descuidados son con frecuencia las víctimas. Por lo tanto, hasta que usted haya recibido entrenamiento en una máquina, ¡no la toque!

Antes de poner en marcha cualquier máquina, es necesario conocer los peligros de ésta y efectuar una revisión de seguridad. ¿Están todas las personas alejadas de la máquina? Los dispositivos de seguridad están instalados y debidamente ajustados? Nunca ponga en marcha la máquina si no lo están. Nunca ate ni bloquee un dispositivo de seguridad. Los dispositivos de seguridad han sido instalados para su seguridad. Siempre obedezca los procedimientos de parada y etiquetado.

Mantenga la maquinaria limpia. Si es necesario sacar algún objeto de una máquina en funcionamiento, obedezca los procedimientos de seguridad establecidos. ¡Nunca use las manos! No trate de frenar una pieza en movimiento con las manos ni con ningún objeto cercano, deje que la máquina se detenga completamente por sí sola. Y nunca se aleje y deje la máquina operando sola.

La ropa correcta en el trabajo puede ayudarle a mantenerse seguro y confortable. Vista camisas de manga corta metidas dentro del pantalón, y pantalones sin dobladillos. Las mangas largas, corbatas, bufandas, guantes y joyas pueden engancharse en piezas en movimiento. Use protección para los ojos cuando sea requerida y mantenga el pelo largo cubierto y alejado de las piezas en movimiento.

La seguridad en las maquinarias requiere una combinación de entrenamiento, resguardos, buen juicio y concentración. Las máquinas presentan peligros que no pueden eliminarse por completo. Aun las máquinas simples pueden atrapar una extremidad, cortar o aplastar. Para evitar lesiones, obedezca los procedimientos y manténgase alerta. Si usted se distrae, aunque sea sólo por un segundo, eso puede tener consecuencias serias para usted y para sus compañeros de trabajo.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Las máquinas o las herramientas de máquina power-driven incluyen amoladoras y bloquean las sierras. Debido a la velocidad a la cual estas máquinas funcionan, hay un alto riesgo de accidentes. El mantenimiento y el entrenamiento son los dos factores más importantes de reducir este riesgo.

### Mantenimiento

- El equipo nuevo se debe examinar antes de uso.
- Todas las herramientas de máquina se deben examinar diariamente.
- Si una herramienta tiene cualquier defecto o problema, debe ser fijo antes de uso.

### Entrenamiento

- Nunca deje el funcionamiento de las herramientas de máquina desatendido.
- Nunca haga los ajustes o cambie la lámina mientras que la máquina está funcionando.
- Nunca transporte una herramienta de máquina hasta que la herramienta ha parado totalmente el funcionamiento.
- Mantenga el área de trabajo limpia para reducir el riesgo de las partículas o de los objetos que son lanzados por la lámina.
- Cargadores de la seguridad del desgaste, gafas de seguridad, y protección auditiva.
- No escupa en el líquido refrigerador.
- No use la ropa o la joyería apropiada floja.
- Cubra el pelo largo para evitar que consiga cogido en la lámina o una correa.

Después de estas precauciones podemos funcionar las herramientas de máquina de una manera segura y prevenir muchos accidentes innecesarios. Sea elegante y trabajo cuidadosamente.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Debido a la naturaleza que perfora y que parte de herramientas neumáticas hay un alto riesgo de partículas de vuelo y de una alta exposición de ruido. El equipo protector personal es a debe. Aquí están algunas pautas:

- Protección de ojo: Para proteger contra partículas y polvo de vuelo
- zapatos acero-tocados con la punta del pie de seguridad
- Cascos
- Protección de oído a proteger contra altos niveles de sonido
- Las máscaras o el agua del polvo se deben utilizar para proteger contra la silicona

Con excepción del equipo protector personal hay algunas precauciones que necesitan ser tomadas para reducir al mínimo lesiones:

- Nunca ponga su cara cerca del martillo perforador
- Guarde las manos apagado de la válvula reguladora hasta que es listo comenzar la operación
- Nunca encienda la herramienta mientras que miente en la tierra
- Nunca señale la herramienta en cualquier persona
- Guarde ambas manos en la manija durante la operación
- Agarre las manijas firmemente pero evitar no firmemente fatiga de la mano y del brazo
- Han mordido siempre con seguridad en lugar antes de la operación para reducir al mínimo la eyección
- Las herramientas no en uso se deben desconectar de fuente del aire
- No juegos

Aquí están algunas maneras de hacer un cincel más seguro y más agudo morder:

- Afile el pedacito a través de la luz que muele solamente
- Los pedacitos pueden ser grindedy afilaron hasta que la superficie se trabaja a través, después de lo cual descarte
- Nunca utilice el pedacito para alzaprimar, puesto que podría filtrar el pedacito al punto de romperse
- Desconecte la herramienta de suministro de aire antes de cambiar el pedacito

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Todo el equipo protector personal estará de diseño y de construcción seguros para el trabajo que sea realizado.

### *Protección de la Cabeza*

Protección de la cabeza (cascos) será usada por los empleados que trabajan en áreas donde hay un peligro posible de la lesión en la cabeza del impacto, o de objetos que caen o que vuelan. Se requieren los cascos mientras que trabajan en o debajo del andamio.

Los cascos para la protección de empleados contra impacto y la penetración de objetos que caen y que vuelan estarán de diseño y de construcción seguros.

### *Protección de Oído*

Dondequiera que no sea factible reducir los niveles de ruidos o la duración de exposiciones según lo especificado en la tabla D-2, Exposiciones De Ruido Permitidas, los dispositivos protectores del oído serán proporcionados y utilizados. En todos los casos donde exponen a los empleados a los niveles de sonido que exceden los valores demostrados adjunto, alistarán a los empleados en el programa de la conservación de audiencia.

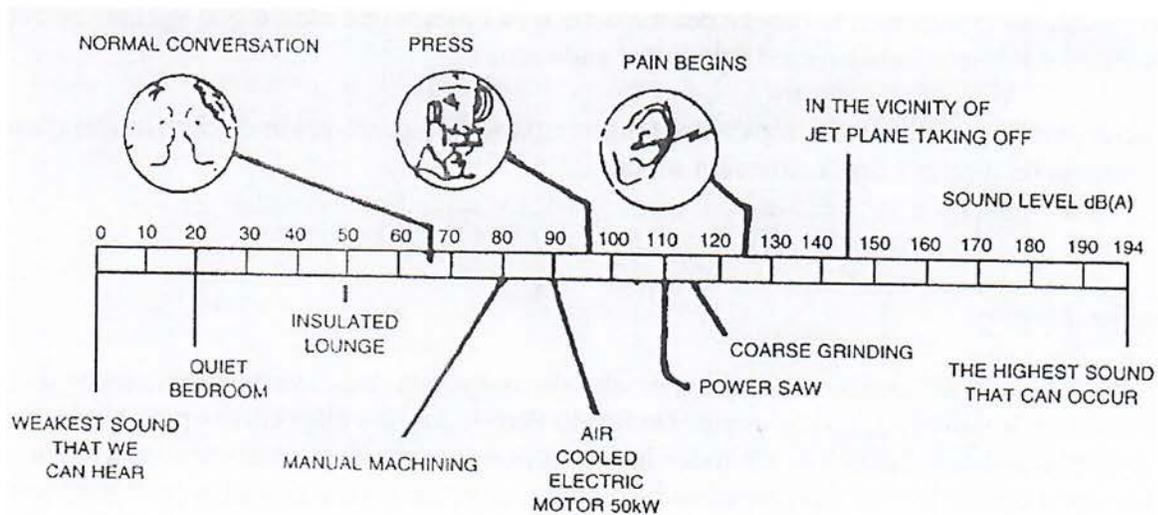
La protección de oído se requiere en la tienda de la sierra y mientras que el funcionamiento del bloque asierra, guillotinas, herramientas neumáticas y otras herramientas altas del ruido.

Las radios y los auriculares no se deben utilizar durante horas de funcionamiento.

TABLE D-2 - EXPOSICIONES DE RUIDO PERMITIDAS

Duración por día, horas	Nivel de sonido dBA lento respuesta
8.....	90
6.....	92
4.....	95
3.....	97
2.....	100
1 1/2.....	102
1.....	105
1/2.....	110
1/4 or less.....	115

La pérdida de oído del ruido es SIN DOLOR, PROGRESISTA, Y PERMANENTE. Esta escala le dará una idea de que abstener.



### Protección de Ojo

Los empleados usarán la protección de ojo mientras que usan martillo, la amoladora o la antorcha de corte y durante el uso de las otras herramientas o maquinaria que tiene riesgo de lesión del ojo.

La protección del ojo y de la cara resolverá requisitos del OSHA.

Mientras que empleados soldan, usarán la protección de ojo y un casco de la soldadura con los lentes apropiadas para el metal que es utilizado.

Mientras que usar a empleados de las amoladoras de la mesa usará la protección de ojo y un protector de la cara.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Las herramientas de aire comprimido se utilizan comunmente en muchos lugares de trabajo. Muchos trabajadores no les prestan suficiente atención y hacen caso omiso de los riesgos que conlleva su uso. El aire comprimido no es "solamente aire". Es una corriente concentrada de aire impulsada a alta velocidad, la cual puede causar serias lesiones o la muerte a su operador o a las personas que se encuentran en las inmediaciones.

Jugar con el aire comprimido puede resultar mortal. En una ocasión, un chorro de aire dirigido en broma a espaldas de un trabajador, lo sobresaltó de tal modo que le hizo caer contra una parte en movimiento de una máquina. Un chorro de aire comprimido lanzado en dirección equivocada puede sacar un globo ocular de su órbita, romper los tímpanos o causar una hemorragia cerebral. Dirigido a la boca, puede desgarrar los pulmones y los intestinos. Si se usa para quitar polvo o suciedad de la ropa o del cuerpo, puede hacer que penetren en la sangre burbujas de aire, por encima incluso de la ropa, e inflar y desgarrar órganos del cuerpo. Para prevenir lesiones accidentales cuando trabaje con aire comprimido, observe las siguientes precauciones:

Los operadores de herramientas de aire comprimido deben llevar puesta protección ocular y otros equipos de seguridad personal adecuados.

Antes de usar una manguera de aire, examine todas las conexiones para asegurarse de que estén bien apretadas y que no se aflojaran con la presión. Las mangueras de aire flojas pueden dar latigazos peligrosos.

Revise la manguera de aire con detenimiento para asegurarse de que esté en buenas condiciones antes de abrir la válvula y dejar entrar aire en la manguera; al terminar el trabajo, cierre las válvulas de la herramienta y del tubo de aire.

Sujete la boquilla al abrir y cerrar el aire.

Antes de abrir el aire comprimido, asegúrese de que la suciedad depositada en las máquinas no saldrá despedida en dirección a otros trabajadores.

No retuerza la manguera para interrumpir la corriente de aire; cierre siempre el aire en la válvula de control.

Revise continuamente la condición de la herramienta de aire comprimido y de la manguera de aire por si tuviera daños o diera muestras de fallos.

Nunca apunte la boquilla de una manguera de aire comprimido en dirección a su cuerpo o a otra persona.

Nunca use aire comprimido para bromas pesadas.

Nunca mire en el interior del extremo de la herramienta de aire comprimido por donde sale el aire.

Nunca use aire comprimido para limpiar su uniforme de trabajo ni ninguna máquina.

No deje mangueras de aire en pasillos, ya que puedan ser dañadas si se pisan o ser causa de tropiezos.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Una herramienta accionada por pólvora (PAT, por sus siglas en inglés) es una que recibe su potencia de una carga explosiva. La herramienta utiliza la expansión de los gases de la explosión para introducir elementos de sujeción en materiales tales como mampostería, concreto, acero y otras superficies duras. Sólo personal entrenado, competente y autorizado tienen permitido usar las herramientas accionadas por pólvora (también conocidas como herramientas accionadas por explosivos). El entrenamiento debe efectuarse según el criterio del fabricante de la herramienta específica. Una vez terminado dicho entrenamiento, se debe emitir a la persona autorizada una tarjeta que verifique el entrenamiento. El uso no autorizado o incorrecto de una herramienta accionada por pólvora puede resultar en lesiones graves o muerte.

Aun si usted ha recibido entrenamiento sobre el uso de las PAT y está autorizado para usarlas, pruebe la herramienta todos los días usando el método recomendado por el fabricante. Asegúrese de que el cañón de la herramienta tenga un resguardo de protección centrado perpendicular al cañón para detener los fragmentos que vuelan. (La herramienta debe estar diseñada para no disparar a no ser que este resguardo esté colocado). Si usted descubre que la herramienta está dañada o defectuosa, rotúlela como tal y retírela de servicio de inmediato.

Una herramienta accionada por pólvora actúa como una pistola cargada, y se debe manejar con el mismo respeto y precauciones de seguridad. Cuando un trabajo requiere el uso de una PAT, asegúrese de seleccionar el cartucho apropiado para el elemento de sujeción a usar y después cargue la herramienta justo antes de usarla, manteniendo las manos alejadas del extremo del cañón. Nunca lleve una PAT cargada de un trabajo a otro y no la deje sola. Al igual que con una pistola, siempre mantenga el cañón apuntado en una dirección segura, nunca la apunte a otra persona.

Cuando use una PAT, asegúrese de usar el equipo de protección personal apropiado, incluyendo gafas o protección para la cara y los oídos. La herramienta accionada por pólvora se debe sujetar firmemente y perpendicular contra la superficie en que se desea introducir el elemento de sujeción. Agárrese bien cuando use una PAT sobre una escalera o andamio para mantener el equilibrio.

Sólo dispare contra una superficie que usted esté seguro que va a retener el elemento de sujeción; nunca dispare a una superficie ciega. Tome el tiempo necesario para revisar el otro lado de la superficie para cerciorarse de que no haya nadie en el paso del elemento de sujeción. Al introducir elementos de sujeción en materiales tales como ladrillo o concreto, manténgase al menos a 3 pulgadas de los bordes o de las esquinas. En acero, el elemento de sujeción no debe quedar a menos de media pulgada de los bordes o de las esquinas. Mantenga a las demás personas alejadas del área de trabajo. Puede ser necesario usar resguardos para proteger a los trabajadores contra posibles rebotes en el área de trabajo.

Nunca trate de introducir elementos de sujeción en materiales quebradizos tales como hierro fundido, bloques de vidrio, losas y azulejos u otros materiales que el elemento de sujeción pueda quebrar, rebotar de ellos o pasar a través de ellos. Y no trate de introducir elementos de sujeción en materiales resquebrajados o donde intentos previos no han tenido buen resultado. Tenga cuidado especialmente de no usar las herramientas accionadas por pólvora en ambientes inflamables, combustibles o explosivos.

Si una PAT no dispara, espere al menos 30 segundos y trate de dispararla de nuevo. Si aún no dispara, espere otros 30 segundos de manera que el cartucho defectuoso tenga menos probabilidades de explotar. Después saque con cuidado el cartucho y sumérjalo en agua.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los taladros eléctricos portátiles son unas de nuestras herramientas más útiles y, con cuidado, pueden ser de las más seguras. Sin embargo, los taladros eléctricos pueden ser peligrosos si no se presta atención a su manejo. Pueden causar lesiones de muchas maneras: golpes causados por material taladrado que salta, trozos de material taladrado que salen despedidos y van a dar en los ojos del usuario, una broca que penetra o perfora la carne (habitualmente la pierna) del usuario y las descargas eléctricas que recibe el usuario.

Cuando los taladros son tratados con dureza, se dejan caer o se golpean contra algo, o cuando se mojan, su material aislante se debilita. Sin el aislamiento apropiado, el taladro que sujeta en la mano puede tener corriente y, si usted se para en un lugar húmedo, se sienta en una viga de acero o en una chapa de piso, o si está muy sudado, puede recibir una descarga eléctrica que podría resultar mortal.

Antes de empezar a taladrar, observe el taladro con detenimiento. Localice los posibles riesgos y decídase por un plan de acción seguro. Éstos son algunos puntos que debe revisar:

El taladro – ¿Está limpio? Si está sucio u oxidado, márkelo con una etiqueta y devuélvalo al departamento de suministros para que lo limpien. Compruebe que la velocidad de taladrado sea la correcta para el trabajo en cuestión. Apriete el interruptor para asegurarse de que no esté demasiado flojo ni demasiado duro y de que la electricidad deje de circular al soltarlo.

La broca del taladro – Compruebe que haya entrado recta en la mordaza. Sujete el taladro y póngalo en marcha durante un momento. La broca debe girar perfectamente y sin bambolear. De no ser así, la broca no está recta o ha entrado torcida en la mordaza. Si la broca está afilada se sujetará sin mucha presión.

El cable – Revíselo por si tuviera cortes, alambres sin cubrir y por si las conexiones al enchufe o al alojamiento estuvieran flojas. A menos que el taladro posea aislamiento doble, asegúrese de que esté puesto a tierra y de que no se haya cortado la tercera patilla del enchufe. Use solamente cables de extensión puestos a tierra y que estén colocados de manera que no ocasionen tropiezos. Por motivos obvios, no es deseable que le arranquen de golpe el taladro eléctrico de las manos; además, si otra persona se tropieza con el cable, los dos podrían resultar lesionados.

Tropiezos – Revise el piso por si hubiera objetos sueltos o fijos. Cuando está concentrado en taladrar, es fácil tropezar con algo inesperado.

El taladrado – Iniciar la perforación al ángulo correcto y mantenerlo recto requiere mano firme y cuidado. Si no se sujeta el taladro en la posición correcta, la broca podría curvarse o romperse, haciendo que el metal salga despedido. Utilice un punzón puntiagudo para empezar a taladrar correctamente.

El material – Al taladrar metal hay que tener en cuenta la dureza del material. Los metales muy blandos, como el cobre o el aluminio, se cortan con poca presión. El acero duro necesita una broca distinta. Se deberá ejercer mayor presión, aunque debe actuarse con precaución, ya que la presión excesiva podría recalentar el taladro y hacer que éste se trabé.

Una vez que termine de taladrar, halle un lugar seguro donde dejar el taladro. Instale un gancho para poder colgarlo y que no estorbe, a la vez que se tiene a la mano. Nunca deje el taladro enchufado cuando no lo esté usando. Cuando vaya a guardar el taladro o lo transporte a un lugar de trabajo, extraiga la broca. Esto elimina la posibilidad de que se lo hincue usted mismo o a un compañero; incluso las brocas no afiladas pueden penetrar fácilmente en la carne.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Las herramientas portátiles son precisamente lo que implica su nombre: herramientas con motores. Debido a que son poderosas en el trabajo, es necesario estar conscientes de sus limitaciones y de los peligros que presentan.

Use y mantenga las herramientas motorizadas con cuidado. Manténgalas afiladas y limpias para obtener su mayor y más seguro rendimiento. Observe las instrucciones del fabricante en cuanto a la lubricación y el cambio de accesorios. Utilice la herramienta apropiada para cada tarea. Nunca fuerce una herramienta o aditamento pequeño a hacer una tarea de una herramienta de uso pesado. El hacerlo fuerza la herramienta y sobrecarga el motor. Mantenga los resguardos en su posición correcta y observe todos los procedimientos de bloqueo y etiquetado. A no ser que esté diseñada para hacerlo, nunca use una herramienta eléctrica portátil donde se encuentren presentes gases o vapors inflamables.

Si la herramienta está equipada con un enchufe de 3 clavijas, debe enchufarse en una toma de corriente para tres clavijas. Si se usa un adaptador para convertir una toma de corriente de tres clavijas a dos, se debe conectar el conductor del adaptador a una Buena tierra. Nunca corte la tercera clavija.

Mantenga los cables en buen estado. Manténgalos alejados del calor, aceite y bordes filosos. Nunca levante una herramienta por el cable, ni tire del cable para desconectarla de la toma de corriente, y nunca lleve una herramienta motorizada con el aislamiento de los cables. Saque de servicio la herramienta para que la reparen o la reemplacen.

El mayor peligro con las herramientas eléctricas es la electrocución, por eso es importante asegurarse de que la herramienta esté debidamente conectada a tierra antes de ponerla en marcha. Es peligroso usar herramientas eléctricas en lugares húmedos o mojados, o si el trabajador está sudando. La humedad ayuda a conducir la corriente eléctrica con más facilidad a través del cuerpo humano. Se recomienda el uso de guantes y zapatos de goma cuando se trabaje al aire libre en lugares húmedos.

Póngase ropa y equipos de protección apropiados cuando trabaje con herramientas motorizadas. Ropa o artículos de joyería sueltos pueden engancharse en las partes móviles. Las gafas o anteojos de

seguridad pueden protegerlo contra partículas o esquirlas volantes que pueden caerle en los ojos. Mantenga a los demás alejados del plano de rotación de la herramienta para que no les peguen las partículas volantes.

Mantenga su balance y la tracción de los pies cuando trabaje con herramientas motorizadas, teniendo cuidado de no tratar de alcanzar demasiado lejos. Una vez que haya terminado de usar la herramienta, colóquela sobre el suelo o guárdela para que no pueda ocasionar ninguna lesión a otras personas. Mantenga el área de trabajo bien y limpia. Las áreas y bancos de trabajo desordenados se prestan a accidentes.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los respiradores son un tipo de equipo de protección personal que se usa para proporcionar protección contra la exposición de los trabajadores a sustancias transportadas por el aire. Los respiradores son dispositivos que se ponen sobre la boca, la nariz y a veces los ojos, para ayudarle a respirar en un área peligrosa. El mejor método de controlar la exposición a sustancias transportadas por el aire es evitar, en primer lugar, que el aire se contamine. Esto se debe lograr en lo posible por medio de controles de ingeniería, tales como ventiladores de extracción de aire. Cuando la exposición a sustancias transportadas por el aire no puede controlarse, o mientras se instalan los controles, se deben usar los respiradores apropiados.

La necesidad de usar aparatos de protección para la respiración puede existir en cualquier tipo de trabajo. Es responsabilidad del empleador determinar si el trabajo que usted hace se debe efectuar usando un respirador. Su empleador le proporcionará el respirador adecuado para su trabajo. Usted no debe usar ningún otro equipo de protección para la respiración en su trabajo a no ser con un completo entendimiento y acuerdo por parte de su empleador. Antes de que un trabajador pueda usar un equipo de respiración, él o ella deberá pasar una evaluación médica, recibir entrenamiento en el uso, mantenimiento, inspección y cuidado del respirador, y ajustar el mismo a su uso personal.

Existen tres tipos básicos de respiradores.

1. Respirador purificador de aire – este tipo de respirador elimina los contaminantes contenidos en el aire por medio de filtros que absorben, adsorben o producen una reacción química con los contaminantes según éstos pasan por el cartucho del respirador. Estos respiradores se deben usar sólo donde haya suficiente oxígeno (de 19.5 a 23.5 por ciento).
2. Respirador de suministro de aire – estos respiradores proporcionan aire por separado del ambiente. El aire para la respiración se le suministra al respirador a través de una línea de suministro. Este tipo de respirador se debe usar cuando la sustancia peligrosa tiene poco olor, sabor, propiedades detectables, o cuando la sustancia está tan concentrada, o es tan tóxica que un respirador purificador de aire no es adecuado para proporcionarle protección.
3. Aparatos de respiración auto-contenidos (SCBA, por sus siglas en inglés) – este tipo de respirador le brinda al usuario una independencia completa de líneas de suministro y ofrece el

más alto grado de protección. Sin embargo, también es el tipo de respirador más complejo. Es esencial contar con entrenamiento y práctica en su uso y su mantenimiento.

La selección y uso apropiado del equipo de protección respiratoria es esencial para controlar la exposición a sustancias transportadas por el aire por medio del uso de respiradores. Se debe establecer e implementar un programa escrito de protección para la respiración. Antes de usar un equipo de protección para la respiración, el empleador deberá seleccionar el tipo de respirador apropiado en base a lo siguiente:

Identificar la sustancia o sustancias contra las cuales es necesario protegerse.

Determinar los peligros que presenta cada sustancia.

Evaluar las condiciones de exposición y las concentraciones en el aire de las sustancias.

Verificar si existe un suministro apropiado de oxígeno en el aire.

Someter a cada empleado que vaya a usar un respirador a una evaluación médica antes de usar el respirador.

Ajustar el respirador cuidadosamente al empleado e instruir al empleado en su uso.

Conocer las limitaciones del dispositivo de protección para la respiración.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Muchos trabajadores han estado cerca de sierras y esmeriladoras abrasivas portátiles en funcionamiento, sin sospechar el peligro a que se exponen. La seguridad de los trabajadores puede verse comprometida debido a varias de las funciones de este tipo de máquina: la fuente de energía eléctrica, la cuchilla o la rueda, una falla del disco, o el peligro que representan las partículas suspendidas en el aire o las que salen disparadas.

Al hacer funcionar estas sierras y esmeriladoras, el trabajador debe estar protegido contra electrocución mediante un interruptor accionado por corriente de pérdida a tierra o mediante un programa de conductores de puesta a tierra del equipo de comprobada efectividad. Nunca deberá permitirse a los trabajadores usar herramientas eléctricas en áreas mojadas o húmedas. Antes de su uso, las herramientas, cordones y accesorios deben ser inspeccionados. Los operadores de herramientas de aire comprimido y herramientas operadas por medios hidráulicos deberán verificar que la presión de suministro no exceda la presión recomendada por el fabricante de la herramienta. Una presión excesiva puede romper una manguera, dañar las herramientas y aumentar su velocidad de funcionamiento más allá de los límites de seguridad.

Es frecuente encontrar sierras abrasivas operadas a gasolina. Este tipo de herramientas debe usarse en áreas bien ventiladas. Instruya a los trabajadores a cumplir con las normas relativas al almacenamiento y transporte de combustible líquido, y a observar las regulaciones aplicables.

A continuación se presentan algunos consejos útiles sobre el uso de cuchillas, ruedas y discos:

Nunca use una herramienta que no tenga la protección adecuada.

Nunca instale a la fuerza una cuchilla, rueda o disco en una herramienta.

Nunca use una cuchilla, rueda o disco que se ha caído o se ha dañado de alguna otra manera.

Nunca aplique una fuerza excesiva con la herramienta.

Nunca se pare al frente de una herramienta en funcionamiento.

Nunca exceda la velocidad máxima de funcionamiento que aparece marcada en la cuchilla, rueda o disco.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los andamios les permiten a los trabajadores desempeñar su trabajo a grandes alturas. Se clasifican como andamios los sistemas suspendidos de los edificios, sistemas soportados desde el suelo y sistemas aéreos con base en equipos móviles. Si las personas que trabajan en sistemas de andamios no están debidamente capacitadas, corren el riesgo de caerse o de ser golpeadas por objetos que caen, lo que puede ocasionar lesiones serias o aun fatales.

Para prevenir las caídas, los equipos de andamio deberán estar correctamente instalados y operarse debidamente. Una persona definida por Cal/OSHA como “persona calificada” (qualified person) debe estudiar las cargas, los tirantes y los requisitos del código de seguridad para cada sitio de trabajo. Los sistemas de andamio bien diseñados tienen niveles de trabajo con pisos de planchas de tamaño reglamentado y cuentan con un acceso apropiado para los trabajadores. Dependiendo de la altura del andamio, la protección contra caídas puede incluir arneses de seguridad, rieles de resguardo y rodapiés.

Una “persona competente” (competent person) según la descripción de Cal/OSHA, deberá inspeccionar el andamio antes de cada uso para verificar que esté en buenas condiciones y listo para operar. El andamio deberá estar vertical y sus pisos nivelados, y descansar en contacto firme sobre una superficie resistente. El andamio deberá ser fuerte y tener todos los pernos y tuercas apretadas. Los equipos dañados o de construcción inapropiada no deben usarse. Para evitar los peligros de electrocución, los tendidos eléctricos deberán estar por menos a 12 pies de distancia del andamio.

Antes de comenzar el trabajo en un andamio, todos los trabajadores deberán recibir capacitación en ese sistema de andamio en particular. La capacitación deberá cubrir todo el equipo de protección contra caídas para el personal. Los trabajadores deberán recibir capacitación sobre cómo usar los dispositivos de protección correctamente, cómo inspeccionarlos antes de cada uso, y cómo reconocer cuando debe sacarse de servicio el equipo. Los trabajadores deberán saber cómo mantener las líneas de retención de su cinturón de seguridad o de su sistema de arnés alejadas de superficies filosas y materiales corrosivos que puedan debilitar el dispositivo de protección y hacer que falle. También

deberán recibir instrucción sobre cómo asegurar las líneas de retención a puntos separados y fuertes de anclaje en los componentes estructurales del andamio.

Los trabajadores sólo deberán subir al andamio por medio de áreas designadas en la estructura o usando escaleras debidamente instaladas. Los trabajadores deberán practicar las buenas técnicas de subida, incluyendo estar cara a los escalones cuando suben o bajan, usar cinturones para las herramientas o dispositivos de levantamiento para cargar materiales al sitio de trabajo y permitirle así usar las dos manos al subir y bajar; y establecer un buen equilibrio antes de subir a la estructura.

Los trabajadores deberán practicar el buen comportamiento sobre los andamios en todo momento. Sólo una persona deberá pararse sobre una tabla a la vez. Los materiales no deberán levantarse ni colocarse sobre plataformas voladizas a no ser que éstas hayan sido diseñadas para ese propósito. Los puentes entre las torres de los andamios no deberán construirse a no ser que una “persona calificada” los haya diseñado. Los trabajadores también deberán estar conscientes de las actividades que se desarrollan en niveles superiores al de ellos y tratar de mantener las herramientas alejadas de los bordes del andamio y de las aberturas en las plataformas para que no se caigan sobre los trabajadores en niveles inferiores.

Si los trabajadores han recibido una capacitación y educación correctas en los sistemas de andamios, sobre los equipos de protección y sobre las prácticas correctas de trabajo en andamios, pueden trabajar con seguridad y sentirse seguros a grandes alturas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Miles de personas, aparentemente creyendo que son inmunes a las leyes físicas, perecen cada día como resultado de accidentes vehiculares porque no tiene abrochados sus cinturones de seguridad. Según las leyes físicas, si un vehículo que transita a 30 millas por hora, sus ocupantes y contenido también se desplazan a 30 millas por hora. Una parada súbita del vehículo transitando a 30 millas por hora puede significar la diferencia entre la vida y la muerte para los pasajeros que no tienen abrochados sus cinturones de seguridad.

Las personas son el contenido más valioso de un vehículo, y los cinturones de seguridad las mantienen en su lugar. En un choque, los pasajeros que no tienen abrochados los cinturones de seguridad, se proyectan hacia el punto del impacto, chocando con todo lo que se encuentre en su paso, tal como tableros de mandos, parabrisas o volantes, con impactos de muchas libras de fuerza. Aunque es peligroso pegarse contra el tablero o el parabrisas, puede ser fatal el salir despedido del automóvil. El pasajero puede precipitarse contra postes telefónicos, árboles o tráfico vehicular. ¿Precipitarse a través de qué? A través del parabrisas o una puerta abierta. Los objetos volantes también conservan su momento mientras vuelan por el aire, sin saberse dónde ni cómo caerán. En un choque, los pasajeros que salen despedidos del automóvil tienen 25 veces más probabilidades de perecer.

En un accidente vehicular, el lugar más seguro donde estar es dentro del vehículo, sujeto al asiento del mismo. El cinturón de seguridad es lo que mantiene al pasajero en su lugar dentro del vehículo. En un choque, la parte del vehículo que se mantiene razonablemente intacta, independientemente de lo golpeado que quede el exterior, son los asientos del vehículo.

En casos de altas velocidades, al conducir de noche o en mal tiempo, muchos pasajeros se abrochan el cinturón de seguridad, pero el hecho es que la mayoría de las muertes ocurren en días soleados, sin lluvia a velocidades inferiores a las 40 millas por hora y a menos de 25 millas de la casa o del trabajo. Quizás usted sea un conductor seguro, en control de su vehículo, pero existen muchos otros conductores que no tienen su vehículo bajo control, conductores que han bebido demasiado, que no han dormido lo suficiente, que no vieron cambiar al semáforo. Usted no puede controlarlos. Los cinturones de seguridad son su mejor protección contra esos otros conductores. En Utah, la ley exige que se abrochen los cinturones de seguridad. Abrócheselo y protéjase para no convertirse en otra estadística en los registros de accidentes y víctimas muertas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Levantar o empujar objetos pesados o tratar de alcanzar demasiado lejos son causas comunes de torceduras y lesiones musculares. Cualquier tarea que requiera sentarse o estar de pie con la cintura doblada en una posición incómoda por períodos de tiempo largos puede ocasionar tensión y esfuerzos excesivos en los músculos. La mayoría de las torceduras afectan la espalda, los brazos y los hombros. Sin embargo, hay cosas muy sencillas que pueden hacerse para evitar o minimizar torceduras y lesiones musculares.

Muchas torceduras y lesiones musculares ocurren por el mal manejo de objetos. Los trabajadores levantan cosas que pesan demasiado o las levantan en forma incorrecta. La manera correcta de levantar un objeto pesado es doblando las rodillas, no la espalda. Los objetos pesados se deben llevar cerca del cuerpo. Pueden ocurrir lesiones cuando un trabajador trata de levantar un objeto pesado o incómodo de manejar sin pedir ayuda, o levantar un objeto pesado mientras tuerce la cintura. Cuando lleve una carga pesada, evite doblarse hacia adelante o levantar hacia arriba innecesariamente. Mantenga lo más que pueda de la carga al nivel de la cintura.

Busque ayuda para levantar objetos pesados. No trate de mover o levantar un objeto si es demasiado pesado para usted solo. En lugar de levantar una carga de 75 libras, divídala en cargas más pequeñas. Si no puede dividirla, use un dispositivo mecánico o levántela con la ayuda de otra persona. Asegúrese de que los equipos para mover cargas pesadas funcionen correctamente, de otra manera usted puede esforzarse de más simplemente tratando de hacerlos funcionar. Si las ruedas de una carretilla no están alineadas producirán exceso de esfuerzo en los brazos, hombros y espalda cuando trate de moverla.

Cambie su posición de trabajo con frecuencia. Los esfuerzos crónicos debidos a una posición de trabajo inalterada pueden lastimarle la espalda, los brazos o los hombros. Ajuste las alturas del trabajo para evitar tener que doblarse hacia adelante o alcanzar demasiado lejos. Cuando un esfuerzo crónico continúa, se crea un círculo vicioso; los músculos pierden su habilidad de tolerar actividades extenuantes y se vuelven más propensos a lesiones de todo tipo. Estírese durante el día para aumentar la flexibilidad de sus músculos. Tome tiempo para descansar dejando que los músculos de los hombros y del cuello se relajen; gire la cabeza o los brazos o flexione las manos y los dedos.

Cuide todo su cuerpo con ejercicios, buena postura, buena dieta y descanso adecuado. Si sus músculos o ligamentos se han debilitado con el tiempo por falta de ejercicio o edad avanzada, usted tendrá más probabilidades de sufrir una torcedura, que si se encuentra en buenas condiciones físicas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

El estrés es parte cotidiana de la vida. Cuando una persona tiene demasiado estrés, o éste dura demasiado tiempo, puede ser nocivo. En el trabajo, el estrés sin control puede conducir a una enfermedad o lesión, baja productividad, y acciones peligrosas. Pero no todos los niveles de estrés son malos. El mejor nivel de estrés es aquel que mejora el desempeño de la persona sin ocasionar efectos nocivos.

Usted puede manejar su estrés y convertirlo en una fuerza positiva en su vida cuando identifique las fuentes del mismo, las entienda, y conquiste su estrés aliviándolo o evitándolo. El uso del alcohol y las drogas no ayuda a manejar las fuentes de su estrés. En algunos casos, puede inclusive aumentar su estrés. En cualquier situación estresante, usted tiene alternativas. Por ejemplo, usted puede:

**Aceptarlo** – algunas cosas están fuera de nuestro control y lo único que puede hacerse es aceptarlas y aprender de ellas. Busque buenos consejos o apoyo de sus amigos o compañeros de trabajo.

**Evitarlo** – Manténgase alejado de situaciones recurrentes o fuentes de frustraciones constantes. Aléjese de la situación o cambie el arreglo de sus alrededores. Para el estrés relacionado con el tiempo, planifique con antelación.

**Cambiarlo** – Comuníquese sus sentimientos a su patrón o supervisor. Trate de cambiar sus sentimientos o pídale a la otra persona que cambie su comportamiento. Pida ayuda con su trabajo o tome provecho del Programa de Asistencia a Empleados de su empresa.

**Adaptarse** – Aprenda cómo manejar la situación o véala como una oportunidad. Enfóquese sobre las cosas positivas de su vida. Trate de hacer tiempo para las actividades que disfruta. Mantenga un estilo de vida saludable, incluyendo ejercicio, meditación y una dieta balanceada.

Es importante para los patronos, supervisores, personal de control de pérdida de empleados y para los empleados mismos, reconocer tareas y situaciones estresantes en el trabajo, así como los signos del estrés en sí mismos y en sus compañeros de trabajo antes de que ocurran accidentes, lesiones o incidentes de violencia.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Cada año en el lugar de trabajo, dañan a 1.7 millones de trabajadores en asaltos y aproximadamente 800 homicidios ocurren. Los incidentes de la violencia del lugar de trabajo incluyen asalto verbal, asalto simple o agravado, robo, violación y homicidio. Cualquier persona puede hacer la víctima de un asalto del lugar de trabajo, es tan importante saber los factores de riesgo.

RMD Management promueve un ambiente sano y seguro para todos sus empleados. Creemos que cada uno debe sentirse seguro y cómodo mientras que en el trabajo. Así RMD Management no tolera violencia en ninguna forma. La política S030 de seguridad lee:

"Todas las amenazas y otras muestras del hostigamiento deben ser tomadas seriamente. Cualesquiera amenazas o muestra verbales de la confrontación entre empleados serán dirigidas inmediatamente a un supervisor.

El luchar físico y verbal entre otros empleados, a los clientes o a cualquier otra persona, se prohíben y no serán tolerados mientras que en el trabajo. Disciplinarán a los empleados implicados en luchar y las personas presentes que no procuran parar la confrontación. La disciplina puede incluir la suspensión sin pago o terminación del empleo.

La amenaza de o el uso de armas tales como cuchillos, armas, los palillos o las herramientas causarán para la disciplina y el despido inmediatos para ninguna menos de una semana y otra suspensión posible y/o terminación."

Si una confrontación física entonces se comienza:

- Es la obligación de cada empleado hacer su parte para parar la lucha de la extensión.
- La gente implicada en la lucha debe ser escoltada a diversas partes del lugar de trabajo y nunca dejarlos solos.
- RMD Management debe ser notificada y los dueños necesitan ser enterados inmediatamente.
- Cada uno implicado o presente durante de la lucha tiene la necesidad de permanecer en el lugar de trabajo hasta despedido por los dueños.
- El informe del policía puede ser archivado.

Cuando está hecho frente con una persona hostil, respete su espacio personal y esté enterado de su lengua de cuerpo, movimientos, y tono de la voz. Permanezca la calma y difunda la situación. Intente guardar una barrera como un escritorio entre se y la persona, pero no se bloquee en una esquina. Si no hay barrera disponible, esté parado en ángulo y 4 a 6 pies de la persona; esto le guarda en la longitud de los brazos y le da medios de escaparse. Tenga planes si se presenta una situación peligrosa; observe las salidas y los teléfonos.

Cualquier sensación mala hacia otro en el lugar de trabajo debe ser ocupado de hablar con la gerencia. Si seguimos estas precauciones y procedimientos podemos eliminar la posibilidad de violencia en nuestro lugar de trabajo y tener un ambiente seguro para todos nosotros.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los peligros relacionados con la soldadura suponen una combinación poco habitual de riesgos contra la salud y la seguridad. Por su propia naturaleza, la soldadura produce humos y ruido, emite radiación, hace uso de electricidad o gases y puede provocar quemaduras, descargas eléctricas, incendios y explosiones.

Algunos peligros son comunes tanto a la soldadura por arco eléctrico como a la realizada con gas y oxígeno. Si trabaja en labores de soldadura, o cerca de ellas, observe las siguientes precauciones generales de seguridad:

Suelde solamente en las áreas designadas.

Utilice solamente equipos de soldadura en los que haya sido capacitado.

Sepa qué sustancia es la que está soldando y si está tiene o no revestimiento.

Lleve puesta ropa de protección para cubrir todas las partes expuestas del cuerpo que podrían recibir chispas, salpicaduras calientes y radiación.

La ropa de protección debe estar seca y no tener agujeros, grasa, aceite ni ninguna otra sustancia inflamable.

Lleve puestos guantes incombustibles, un delantal de cuero o asbesto, y zapatos altos para protegerse bien de las chispas y salpicaduras calientes.

Lleve puesto un casco hermético específicamente diseñado para soldadura, dotado de placas de filtración para protegerse de los rayos infrarrojos, ultravioleta y de la radiación visible.

Nunca dirija la mirada a los destellos producidos, ni siquiera por un instante.

Mantenga la cabeza alejada de la estela, manteniéndose detrás y a un lado del material que esté soldando.

Haga uso del casco y sitúe la cabeza correctamente para minimizar la inhalación de humos en su zona de respiración.

Asegúrese de que exista una buena ventilación por aspiración local para mantener limpio el aire de su zona de respiración.

No suelde en un espacio reducido sin ventilación adecuada y sin un respirador aprobado por NIOSH.

No suelde en áreas húmedas, no lleve puesta ropa húmeda o mojada ni suelde con las manos mojadas.

No suelde en contenedores que hayan almacenado materiales combustibles ni en bidones, barriles o tanques hasta que se hayan tomado las medidas de seguridad adecuadas para evitar explosiones.

Si trabajan otras personas en el área, asegúrese de que hayan sido avisadas y estén protegidas contra los arcos, humos, chispas y otros peligros relacionados con la soldadura.

No se enrolle el cable del electrodo alrededor del cuerpo.

Ponga a tierra el alojamiento del instrumento de soldadura y el metal que esté soldando.

Observe si las mangueras de gas tienen escapes, usando para ello un gas inerte.

Revise las inmediaciones antes de empezar a soldar para asegurarse de que no haya ningún material inflamable ni disolventes desgrasantes.

Vigile el área durante y después de la soldadura para asegurarse de que no haya lumbres, escorias calientes ni chispas encendidas que podrían causar un incendio.

Localice el extinguido de incendios más próximo antes de empezar a soldar.

Deposite todos los residuos y despuntes de electrodo en un recipiente de desechos adecuado para evitar incendios y humos tóxicos.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Mucho qué gente cree o piensa de nuestra compañía es lo que ven en nuestros empleados. Los empleados hacen impresiones duraderas por cómo actúan o lo que dicen en el trabajo. Estas impresiones pueden estar para la mejora o el detrimento de la compañía. Si hacemos buenas impresiones usando etiqueta apropiada del trabajo, afectará directamente nuestro trabajo de un número de maneras:

- El respeto gana respeto.
- Más de alta calidad de trabajo debido a una comunicación mejor entre los contratistas y nosotros.
- Más trabajan para la compañía que significa más trabajo para nosotros.

Aquí están algunas cosas que podemos hacer para reflejar etiqueta apropiada del trabajo.

- Dueños y encargados del convite con respecto. Escuche ellos y sea informativo.
- Clientes del convite con respecto. Clientes que significan a dueños de una casa, arquitectos, y contratistas generales. Salúdelos con una sonrisa y una recepción caliente y escuche lo que él tiene que decir.
- Sugerencias de la revisión de contratistas generales, dueños de una casa, u otros con el supervisor del trabajo antes de ponerlos en ejecución. Nunca cambie el alcance del trabajo sin comunicarse con el supervisor del trabajo.
- Sea cortés y cortesano alrededor de otros.
- Utilice la lengua apropiada. Abstenga de lengua profane, chiflos y otros gestos crudos.
- Sea respetuoso y cooperativa de otras que trabajan en sitio. No instale en calzadas o altas áreas de tráfico cuando es posible.

Haciendo estas sugerencias ganará el respeto de otros para nosotros y la compañía. Este respeto nos afectará directamente y diferenciará en el sitio del trabajo.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

### *Nota:*

Este documento se ha traducido al español para su conveniencia en la lectura y la comprensión. Sin embargo, en el acontecimiento la traducción ha cambiado el significado o el intento del documento, refiere por favor al documento en inglés para la clarificación. El documento inglés contiene la información completa y exacta

### *Expectativas*

Se espera que los empleados lean, repasen, y confíen para seguir estas medidas de seguridad para proporcionar un lugar de trabajo seguro para todos los empleados.

Se espera que los empleados estén enterados de sus alrededores y del bienestar de otros empleados y se refrenen de conducta inadecuada. Se anima a los empleados que exhiban un demeanor profesional durante horas de funcionamiento. La conducta siguiente se prohíbe específicamente:

- el robar
- el luchar
- el dormir en el trabajo
- ausentismo o tardanza excesivo
- uso o posesión de drogas ilegales
- embriaguez
- insubordinación
- hostigamiento
- difusión de la información confidencial
- violación de las reglas de seguridad
- armas que poseen en premisas de la compañía
- expedientes de empleo que falsifican

La conducta en la violación de las prohibiciones sobre-enumeradas sujetará a empleados a los procedimientos disciplinarios. En el caso de la violencia en cualquier forma los informes investigadores serán requeridos de todo el presente y pueda incluir informes del policía..

### *Procedimientos*

Cada accidente, incidente, y acerque a la falta será divulgado al supervisor inmediatamente.

Un examen de drogas sera hecho despues de cada accidente que require atencion medica y todos accidentes de vehiculos y/o equipo motorizado.

Una investigación para determinar causa y la prevención será conducida después de cada accidente o incidente. Inmediatamente después de la investigación, una reunión de seguridad será celebrada con el equipo implicado discutiendo el accidente y las medidas preventivas de ser tomado.

La gerencia de RMD notificará UOSH en el plazo de ocho horas de cualesquiera fatalidad relacionada con el trabajo, enfermedad profesional, o otras accidentes serias. La gerencia de RMD también archivará un informe con la Comisión Industrial en el plazo de siete días de tales accidentes.

### ***Acciones Disciplinarias***

Para las ofensas de menor grado con consecuencias de menor grado, se esperará que los empleados acuerden mejorar comportamiento. Una ofensa repetida será registrada como advertencia.

La suspensión o la descarga resultará de ofensas importantes, éstos con consecuencias serias o costosas, o de las ofensas de menor grado repetidas continuadas para las cuales un empleado demuestra una carencia del esfuerzo de corregir deficiencias.

La disciplina se piensa para proporcionar un entorno de trabajo seguro para todo a través del esmero del empleado. Las acciones disciplinarias pueden incluir advertencias verbales, advertencias escritas, suspensión sin pago y/o descarga. Las violaciones de la acción de la disciplina serán guardadas en archivo.

### ***Entrenamiento***

Entrenarán a todos los empleados en sus tareas específicas. Se espera que los empleados aprendan la manera segura de realizar su trabajo antes de que comiencen. Si surge cualquier pregunta de la seguridad de una tarea, dirija las preguntas o las preocupaciones al supervisor.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los planes detallados de la evacuación son situados en la garage del mecánico a lado del teléfono.

Durante una emergencia siga estos pasos:

1. Aconsejar cada una de la emergencia
2. Evacuar las premisas, ayudar a otros para hacer igual
3. Llamar a 911
4. Verificar que todos esten
5. Llamar a los dueños
6. Ayudar a los dañados

### RMD Management Información Del Contacto.

Robert Hicken: 435-640-5872

Paul Ballif: 435-640-5873

Adam Hicken: 435-640-1651

Aaron Hicken: 435-671-0859

Oficina: 435-654-3334

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva : Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

El propósito de una junta de la seguridad es educar y aconsejar a empleados en asuntos relacionados a la seguridad. En este manual hay bosquejos de los asuntos relacionados con la seguridad del trabajo. Un tema elegido por el supervisor, se va a utilizar en cada reunión. En el acontecimiento que un accidente ocurre en el sitio del trabajo, la causa del accidente se debe discutir en la reunión siguiente. Las reuniones deben ser informativas e interactivas entre todos. Un registro firmado de la atención del empleado se debe guardar en cada reunión.

Las juntas de seguridad se llevaran semanalmente con cada grupo al mismo tiempo y día. Estas reuniones serán enseñadas por el director de seguridad, encargado del grupo, o cualquier persona asignada tan por el encargado del grupo. Vea la seccion de juntas de seguridad para una información más detallada de la junta de seguridad.

### ***Botas de Seguridad***

Las botas de seguridad (acero-tocada con la punta del pie) se recomiendan fuertemente mientras que en el trabajo.

### ***Vestido Apropiado***

Cada empleado debe usar la ropa conveniente para el trabajo que se están realizando. Ropa excesivamente suelta o la ropa holgada, joyería, el pelo y las tanque-tapas largos desatados no se permiten.

Se valora la limpieza personal. Las camisas y los pantalones se requieren siempre.

### ***Protección Respiratoria***

Las máscaras del polvo serán utilizadas donde hay cualquier riesgo de inhalar partículas dañosas tales como silicón y vapores gaseosos.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

### *Lockout/Tagout*

Ninguna máquina en la necesidad de la reparación o que esta baja de reparacion no será funcionada hasta que se repare a las condiciones de funcionamiento apropiadas.

Mientras que las máquinas están reparando ellas serán marcadas como fuera de servicio y las máquinas serán hechas incapaces funcionar hasta reparado.

Ninguna persona asumirá que una máquina se ha reparado a menos que sea dicho tan por un mecánico o un supervisor.

### *Maquinaria General*

Certificarán a todos los empleados con el entrenamiento documentado antes de funcionar la maquinaria.

Las capacidades de la carga y las advertencias clasificadas del peligro visible serán fijadas en todo el equipo y hechas cumplir decisivamente.

Nunca utilice un teléfono de la célula mientras que funciona la maquinaria pesada.

Nadie, además del operador, será permitido para sentarse, soporte o paseo en la maquinaria.

Donde hay un cinturón, debe ser usado siempre.

Toda la maquinaria se debe comprobar diariamente por el operador para asegurarlo está en buenas condiciones de trabajo. Los expedientes de estos cheques serán guardados en la maquinaria.

Toda la maquinaria con una visión posterior obstruida, tendrá alarmer de reserva. Si el alarma funciona incorrectamente es prohibido continuar el uso de la máquina hasta que se repare el alarmer.

Para hablar con el maquinista, la máquina se debe apagar con la carga en una posición segura.

Los empleados nunca caminarán o estarán parados bajo cualquier carga.

Siempre que se parquee la maquinaria pesada, el freno de estacionamiento debe ser fijado.

No ajuste, aceite, engrase o repare el equipo mientras que está en la operación.

Cuando la maquinaria está en la necesidad de la reparación, será puesto fuera de servicio y marcado con etiqueta fuera de servicio y no será funcionado hasta que la reparación es completa.

### ***Comiones Industriales y Skidsteers***

Nunca pasee en bifurcaciones o carga.

Cuando los camiones industriales se utilizan para el trabajo del andamio, una plataforma de seguridad con las barandillas aseguradas a las bifurcaciones será utilizada.

Nunca anden de carrera con los camiones industriales.

Nunca esté parado o camine debajo de bifurcaciones o entre las bifurcaciones y cargo.

Siempre andar con la carga fijada como cerca del vehículo y de la tierra como posible evitar rodar.

### ***Grúas***

Nunca monte el gancho o la carga.

Los operadores de grúa nunca harán pivotar cargas arriba donde las personas están trabajando o colocado.

Nunca exceda la capacidad clasificada del peso de correas o decadenas.

### **Formas:**

Pg. 10 Evaluación de Comiones Industriales/Lista de comprobación Del Funcionamiento: Supervisor a completar semanalmente en operadores del camion industrial.

Pg. 11 Informe del supervisor de un accidente de la maquinaria: Supervisor a completar después de accidente de la maquinaria.

Pg. 12 Informe del empleado de un accidente pesado de la maquinaria: Empleado a completar después de accidente de la maquinaria.

# CAMION INDUSTRIAL

## EVALUACION/PROGRESO CHEQUEO

Nombre Del Operador: \_\_\_\_\_

Fecha De la Observación: \_\_\_\_\_ Instructor: \_\_\_\_\_ Localización: \_\_\_\_\_

Satisfactorio

Mejora De las Necesidades

<i><b>Cheques Visuales</b></i>		
Bifurcaciones, Carro Y Mástil		
<i><b>Ruedas Y Neumáticos</b></i>		
Niveles FlúidosEscapes (motor o batería)		
Protectores, Cubiertas Y Etiquetas		
Información De la Placa De la Capacidad		
Dispositivos De Seguridad (Correa De AsientoArnés)		
<i><b>Cheques Del Operador</b></i>		
Lecturas Del Instrumento		
Luces Y Cuerno		
ElevaciónBaje El Sistema		
Director y control de la velocidad		
Frenos Y Manejo		
<i><b>Procedimientos De Funcionamiento Básicos</b></i>		
Operación y controles competentes y lisos		
Recorridos con la cargaBifurcaciones en la altura segura		
Recorridos a la velocidad de seguridad para todas lascondiciones		
Las subsistencias despejan la visión de la trayectoria delrecorrido		
Está enterado de todas las separaciones		
<i><b>Mantiene control siempre</b></i>		
Funciona en áreas señaladas solamente		
Separación Posterior De los Cheques Antes De Mover		
Comienza todas las vueltas en la posición apropiada		
Comienza todas las vueltas en la posición apropiada		
Los Cheques Cargan Antes De Levantar		
Acercamientos y cargas de las elevaciones correctamente		
Carga correctamente en bifurcaciones con la inclinacióncorrecta		
Evita de topar y de empujar cargas		
Los lugares y se sacan de carga correctamente		
Unidad parqueada correctamente y con seguridad		
<i><b>Seguridad General</b></i>		
<i><b>Cuerno Del Sonido Cuando Es Necesario</b></i>		
Producciones a los peatones		
Piezas de cuerpo de las subsistencias dentro del compartimientode		
<i><b>Utiliza Todos los Dispositivos De Seguridad</b></i>		
Competente con reaprovisionar de combustibleProcedimientos De		
Procedimientos apropiados para el montaje y desmontar		

Esta forma se debe utilizar para evaluar a cada operador mientras quetrabaja en operaciones normales de cada día. Una persona competente debe observar al operador y evaluar al operador en todos los artículos arriba enumerados. Si el operador no puede demostrarloella es capaz de resolver estas operaciones de seguridad, el entrenamiento adicional se requiere antes de permitir al operador acontinuar funcionando el carro de la elevación.

**Informe del supervisor de un accidente pesado de la maquinaria**

**Nombre Del Empleado:** \_\_\_\_\_ **SSN:** \_\_\_\_ - \_\_\_\_ - \_\_\_\_

**Posición Del TrabajoTítulo:** \_\_\_\_\_ **Nombre Del Supervisor:** \_\_\_\_\_

**Fecha y hora del accidente:** \_\_\_\_\_ **Localización:** \_\_\_\_\_

**Acción que es realizada cuando ocurrió el accidente:** \_\_\_\_\_

**Fecha El Accidente Del Tiempo Divulgó:** \_\_\_\_\_ **¿Quién?** \_\_\_\_\_

**Nombre(s) del testigo(s):** \_\_\_\_\_

**El accidente dio lugar a:** **Lesión:** \_\_\_\_\_ **Fatalidad:** \_\_\_\_\_

**Daños materiales:** \_\_\_\_\_

**¿Primeros auxilios Dados?** **No:** \_\_\_\_\_ **Si:** \_\_\_\_\_ **Explique:** \_\_\_\_\_

**¿El tratamiento médico requirió?** **No:** \_\_\_\_ **Si:** \_\_\_\_ **¿Los Días laborables Perdieron?** **No:** \_\_\_\_ **Si:** \_

**Describa cómo ocurrió el accidente:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**¿Qué acciones, events or conditions contributed to this accident?** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**¿Qué se habría podido hacer para prevenir este accidente?** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Firma del supervisor:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_\_\_

**Informe del empleado de un accidente pesado de la maquinaria**

Nombre Del Empleado: \_\_\_\_\_ SSN: \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

Posición Del Trabajo Título: \_\_\_\_\_ Nombre Del Supervisor: \_\_\_\_\_

Fecha y hora del accidente: \_\_\_\_\_ Localización: \_\_\_\_\_

Acción que es realizada cuando ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

Fecha Accidente Del Tiempo Divulgado: \_\_\_\_\_ ¿Quién? \_\_\_\_\_

Nombre(s) del testigo(s): \_\_\_\_\_

El accidente dio lugar a: Lesión: \_\_\_\_\_ Fatalidad: \_\_\_\_\_

Daños materiales: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Primeros auxilios Dados? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ Explique: \_\_\_\_\_

¿El tratamiento médico requirió? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ ¿Los Días laborables Perdieron? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_

Describa cómo ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué acciones, acontecimientos o condiciones contribuyeron a este accidente? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué se habría podido hacer para prevenir este accidente? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma del empleado: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

### *Martillos*

Utilice cada martillo solamente para su propósito defenido. i.e. saltar martillo-saltar, piedra que parte del mazo de piedra, etc.

Examine los martillos que verifican diariamente la manija está libre de grietas y se sujeta con seguridad al jefe de la herramienta. Si está en la necesidad de la reparación, repárelo antes de uso.

### *Cinceles Fríos*

Nunca utilice un cincel con una cabeza proliferada porque la cabeza puede saltar y podría causar lesión.

Mantenga los cinceles agudos y en buenas condiciones.

Nunca sostenga un cincel mientras que otro empleado lo pega al cincel con el martillo.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Todas las herramientas eléctricas serán mantenidas en condiciones seguras. Las especificaciones y las pautas del fabricante deben ser seguidas. Cuando las herramientas se diseñan para acomodar protectores y/o guardas, serán equipados de tales protectores cuando en uso.

Todas las herramientas electricas seran desenchufadas antes de cambiar partes o repararlas.

En lo posible, no cubra las cuerdas a través de las calzadas por que las cuerdas pueden plantear un peligro que dispara.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Entrenarán y serán certificados a todos los empleados que usan las herramientas actuadas por polvo en su uso.

Las gafas de seguridad deben ser usadas.

Solamente cargue las herramientas actuadas por polvo directamente antes de uso y nunca deje una herramienta cargada y desatendida.

Nunca deje las cargas desatendidas.

Inserte siempre el sujetador antes de amartillar la herramienta.

Nunca amartille la herramienta contra cualquier persona.

En caso de que de la falla de tiro:

- Mantenga la herramienta contra la superficie que enciende por treinta segundos.
- Amartille otra vez el mecanismo de enciende quitando la herramienta dos pulgadas apagado de la superficie de enciende y substituyéndola, entonces tire otra vez.
- Si la herramienta no puede encender por una segunda vez, quite el cartucho y use otro encendido.
- Deseche los cartuchos fallados en agua o aceite para disolver el polvo.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Use siempre las gafas de seguridad y la protección de oído mientras que usa las herramientas neumáticas.

Verifique que el taladro esté asegurado correctamente antes de funcionar la herramienta para reducir al mínimo la posibilidad de expulsar el taladro o el cincel.

Guarde siempre ambas manos en el mango de la herramienta para mantener control constante.

Las herramientas neumáticas serán desconectadas de la fuente del aire mientras que no en uso y mientras que cambian partes.

Sostenga la herramienta firmemente contra superficie de funcionamiento mientras que trabaja y comienza el trabajo. Nunca encienda la herramienta cuando esta acostada en la tierra.

Los taladros deben ser sostenido guardado y en buenas condiciones.

Todas las mangueras más grandes que identificación del ½ "tendrán una abrazadera de seguridad en la conexión del compresor para reducir el riesgo de birlar de la manguera.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Herramientas de máquina tales como sierras y amoladoras, será mantenido en condiciones seguras. Las especificaciones y las pautas del fabricante deben ser seguidas. Donde diseñado acomodar a protectores, serán equipados de tales protectores mientras que en uso.

Los restos del trabajo de la amoladora no serán no más de 1/8" de la rueda.

El protector de la cara y las gafas de seguridad serán usados mientras que usa la amoladora.

Examine las herramientas de máquina diariamente para verificar que están en buenas condiciones de trabajo. Compruebe y rellene los líquidos donde y cuando es necesario.

Solamente los operadores entrenados funcionarán las herramientas de máquina.

Nunca camine con una sierra que no ha parado el intercambio.

Utilice la lámina apropiada para el uso apropiado.

Use siempre las gafas de seguridad mientras que usa las herramientas de máquina.

Las herramientas de máquina nunca serán dejadas desatendidas mientras que funcionan.

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

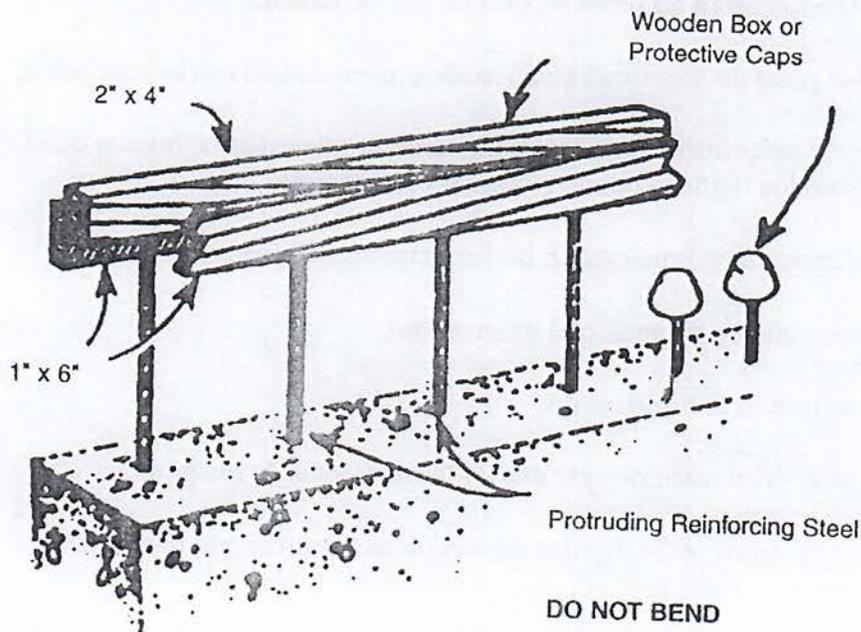
Oficina

## Seguridad para la Vida!

No se pondrá ningunas cargas de la construcción en una estructura de la albañilería a menos que el capataz haya examinado la estructura y la determine para ser capaz de apoyar la carga.

Toda la albañilería empareda más que 8' en altura será apoyado adecuadamente para evitar el vuelco. Seguirá habiendo el apoyar en lugar hasta que la pared se ha apoyado permanentemente estructural.

Todo el acero reforzó sobre el cual hay un riesgo de caer será guardado para eliminar el puñalada.



Solamente admitirán a esos empleados necesarios para realizar la operación que alza con el gato en la estructura.

El equipo que alza con el gato será capaz de apoyar por lo menos dos y una mitad mide el tiempo de la carga.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Cualquier empleado en una superficie 6 pies o más sobre el nivel del suelo, con un lado desprotegido, será protegido por un sistema de la barandilla, red de seguridad, o sistema personal de la detención de la caída.

Una red de seguridad, tableros del dedo del pie, y o un sistema personal de la detención de la caída protegerá a cualquier empleado que trabaja en una azotea con una echada más escarpado de 4/12.

Todo el equipo personal de la detención de la caída se debe comprobar hacia fuera a través del director de seguridad antes del uso.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Por lo menos un extintor será mantenido en todas las cajas de la herramienta del sitio del trabajo.

Los carros de entrega tendrán un extintor mas de cinco libras el extintor montó en un lugar visible en el vehículo.

Un extintor será montado en toda la maquinaria pesada.

Envases del líquido inflamable por ejemplo: gasolina, keroseno, combustible diesel, aceite, grasa etc. será marcado claramente. No habrá llamas abiertas o el fumar a 50 pies de cualesquiera de estos envases.

La oficina, Saw Shop, y Pedrera todos tendrá un plan de la evacuación fijado en un lugar visible que sea repasado mensualmente.

Todos los extintores serán examinados mensualmente por el director de seguridad y anual por un inspector cualificado de la renovación.

Un extintor montado, o equivalente, será proporcionado cada 3.000 pies cuadrados de espacio dentro de un edificio.

La gasolina será mantenida en vases aprobados de la OSHA, y guardado lejos de las llamas abiertas. Nunca utilice la gasolina como limpiador.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

X RJ

X MVS

X DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Nunca utilice o almacene los líquidos inflamables cerca de los calentadores como: gas, keroseno, grasa o aceites.

Coloque siempre el calentador en una superficie no inflamable y nivel.

Mantenga calentador en condiciones de trabajo seguras. Substituya los protectores o las partes dañados.

Enciende fósforo antes de dar vuelta en el gas al piloto para reducir al mínimo el escape del gas.

Si usted huele el gas no procure encender el calentador. Usted debe apagar el gas al calentador, despeje el área inmediata y deje que el humo se escape.

Todas las mangueras se deben examinar diariamente, comprobando para saber si hay cualquier peligro que se escapa posible, tal como grietas o punturas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Proteccion de ojo, cara, y mano siempre se require llevar mientras que suelde o corte.

Antes de que suelde con autógena o cortar despejara el perímetro del área de explosivos, materiales inflamables y combustibles. Donde no está posible el retiro y la operación del corte o de la soldadura no puede ser movida, un observante se debe estar presente. Las separaciones son como sigue:

1. Todos los combustibles 35 pies. radio
2. Todos los flammables 50 pies. radio
3. Todos los explosivos 100 pies. radio

Un observante del fuego no debe consistir en ningún menos de dos empleados de cualquier lado del soldador cortador a mirar para la combustión posible de materiales.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ  
MVS  
DSP  
Oficina

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

Fecha de Revisión:

---

## Seguridad para la Vida!

Los reguladores del gas y del oxígeno serán mantenidos en orden de funcionamiento apropiada.

Las válvulas del cilindro serán cerradas cuando se acaba el trabajo.

Mientras que transporta o almacena los cilindros de gas, las tapas de protección de la válvula estarán en lugar y los cilindros serán mantenidos en una posición vertical.

Todas las mangueras se deben examinar diariamente, comprobando para saber si hay cualquier peligro que se escapa, tal como grietas o punturas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Los comentarios incluidos en esta sección son recomendaciones de RMD Management.

### *Tiempo Frío*

Use varias capas de ropa apropiada floja más bien que un suéter grueso.

Use botas, guantes y un sombrero insulados.

Mantengase seco; cambie las ropas mojadas.

### *Tiempo Caliente*

Traiga colores claros y la ropa ni apretado o floja.

Un sombrero y las gafas de sol ayudan a reducir la tensión de calor.

Recomendamos fuertemente el uso de sunscreen SPF 15 o más alto.

Beba 1-2 galones de agua por día en tiempo caliente.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Todos los empleados que manejan los vehículos de la compañía o el equipo será requerido para equipar a la compañía con su número de la licencia de conductor, clase, fecha de vencimiento y cualesquier restricciones declaradas en su licencia. Una corriente que conduce el expediente será obtenida anualmente de la división de la licencia de conductores del estado.

Examine los vehículos que comprueban semanalmente los líquidos y otros problemas posibles.

Notifique a mecánicos tan pronto como un problema se detecte con un vehículo de la compañía y póngalos al día en estado del mantenimiento del kilometraje.

Se requieren las correas de seguridad mientras que conducen o montanen vehículos de RMD Management.

Obedezca todas las leyes del tráfico y sea cortés a otros conductores.

Alejese de distracciones al manejar como: llamadas telefónicas innecesarias de la célula, el comer, el escribir, y otras distracciones.

Todos los vehículos de la compañía de RMD serán guardado limpio adentro y hacia fuera.

Los empleados nunca competirán con los vehículos de la compañía.

Nunca "tome y manejar".

El uso del alcohol y de las drogas o de estar bajo influencia de tales sustancias es absolutamente restringido mientras que conduce los vehículos de la compañía. Esto no será tolerado y será argumentos para el despido inmediato.

### **Formas:**

Página. 26 Supervisores de un accidente del vehículo: Supervisor a completar después de accidente del vehículo.

Página. 27 Empleados de un accidente del vehículo: Empleado a completar después de accidente del vehículo.

Informe del supervisor de un accidente del vehiculo

Nombre Del Empleado: \_\_\_\_\_ SSN: \_\_\_\_ - \_\_\_\_ - \_\_\_\_

Posición Del Trabajo/Título: \_\_\_\_\_ Nombre Del Supervisor: \_\_\_\_\_

Fecha y hora del accidente: \_\_\_\_\_ Localización: \_\_\_\_\_

Acción que es realizada cuando ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

Fecha El Accidente Del Tiempo Divulgó: \_\_\_\_\_ ¿Quién? \_\_\_\_\_

Nombre(s) del testigo(s): \_\_\_\_\_

El accidente dio lugar a: Lesión: \_\_\_\_\_ Fatalidad: \_\_\_\_\_

Daños materiales: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Primeros auxilios Dados? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ Explique: \_\_\_\_\_

¿El tratamiento médico requirió? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ ¿Los Días laborables Perdieron? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_

Describa cómo ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué acciones, events or conditions contributed to this accident? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué se habría podido hacer para prevenir este accidente? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Numero de accidente de la policia \_\_\_\_\_

Firma del supervisor: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Informe del empleado de un accidente del vehículo**

**Nombre Del Empleado:** \_\_\_\_\_ **SSN:** \_\_\_\_ - \_\_\_\_ - \_\_\_\_

**Posición Del Trabajo/Título:** \_\_\_\_\_ **Nombre Del Supervisor:** \_\_\_\_\_

**Fecha y hora del accidente:** \_\_\_\_\_ **Localización:** \_\_\_\_\_

**Acción que es realizada cuando ocurrió el accidente:** \_\_\_\_\_

**Fecha El Accidente Del Tiempo Divulgó:** \_\_\_\_\_ **¿Quién?** \_\_\_\_\_

**Nombre(s) del testigo(s):** \_\_\_\_\_

**El accidente dio lugar a:** **Lesión:** \_\_\_\_\_ **Fatalidad:** \_\_\_\_\_

**Daños materiales:** \_\_\_\_\_

**¿Primeros auxilios Dados? No:** \_\_\_\_\_ **Si:** \_\_\_\_\_ **Explique:** \_\_\_\_\_

**¿El tratamiento médico requirió? No:** \_\_\_\_\_ **Si:** \_\_\_\_\_ **¿Los Días laborables Perdieron? No:** \_\_\_\_\_ **Si:** \_\_\_\_\_

**Describa cómo ocurrió el accidente:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**¿Qué acciones, events or conditions contributed to this accident?** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**¿Qué se habría podido hacer para prevenir este accidente?** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Numero de accidente de la policia** \_\_\_\_\_

**Firma del empleado:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_\_\_

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

El pie o el ancladero del andamio debe ser sano y capaz de llevar la carga máxima sin colocar. No utilice los objetos inestables tales como barriles, cajas, bloques flojos del ladrillo o del concreto para apoyar andamios o tablonés

Las barandillas hicieron de madera(o que el otro material de la protección equivalente) no debe ser menos que las pulgadas 2x4. Deben estar entre 38 pulgadas y 45 pulgadas de alto, con el diafragma de la madera de construcción de la pulgada 1x6 (o el otro material proporcionando de la protección equivalente), y tenga un mínimo alto tablero del dedo del pie de 4 pulgadas entodos los lados y los extremos abiertos en andamios más de 10 pies sobre la tierra o el piso.

Donde exponen a los objetos que caen y se requieren a las personas trabajar o pasar debajo del andamio, debe haber una pantalla entre la plataforma y la barandilla. Debe extender a lo largo de la abertura entera, y apoye una fuerza hacia abajo u horizontal de un mínimo 150 libras. Las aberturas de la pantalla deben ser bastante pequeñas prevenir el paso de los objetos que caen.

Todo el tablaje de plataformas se debe traslapar (mínimo de 12 pulgadas), o asegúrese del movimiento. Los tablonés se deben poner con sus bordes cerca junto así que la plataforma será apretada sin espacios mayor de 1 pulgada donde las herramientas o los fragmentos del material puedan caer. Las áreas de trabajo deben ser llenos completamente por los tablonés delanteros a las ayudas de la barandilla.

Los palmos permitidos máximos para los tablonés de la pulgada 2x10 son como sigue:

10' - (madera de construcción desnuda) - 25 p.s.f. cantidad de trabajo

8' - (madera de construcción desnuda) - 50 p.s.f. cantidad de trabajo

8' - (madera de construcción nominal) - 25 p.s.f. cantidad de trabajo

6' - (madera de construcción desnuda) - 75 p.s.f. cantidad de trabajo

6' - (madera nominal) - 50 p.s.f. cantidad de trabajo

Una escala del acceso o un acceso seguro equivalente debe ser proporcionada. No utilice las escalas de la extensión para tener acceso al andamio (non-stop).

Los andamios y sus componentes deben ser capaces del soporte sin falta por lo menos cuatro veces la carga prevista máxima.

Los postes, piernas, o los montantes de andamios deben ser verticales y apoyados con seguridad para evitar el sacudirse y dislocación.

Los andamios se deben atar detrás verticalmente en una altura que comienza en cuatro veces la anchura del andamio y horizontalmente cada 30' en los lazos verticales.

El andamio estará claro del hielo y de otras sustancias resbalosos podrían causar resbalamiento antes del uso.

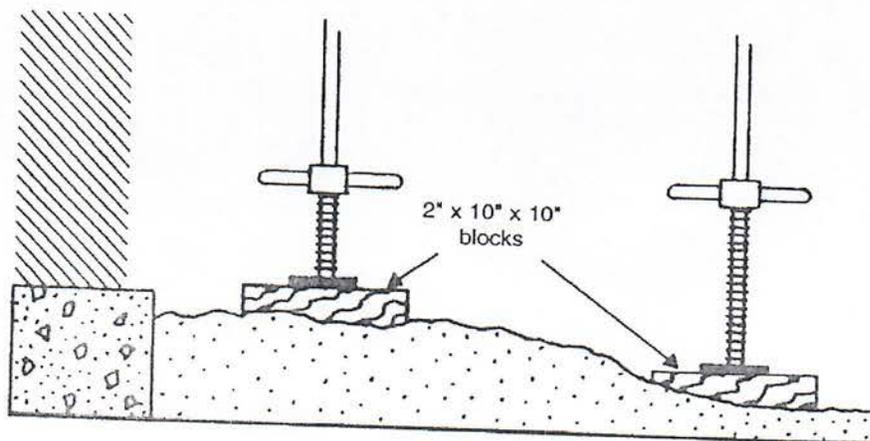
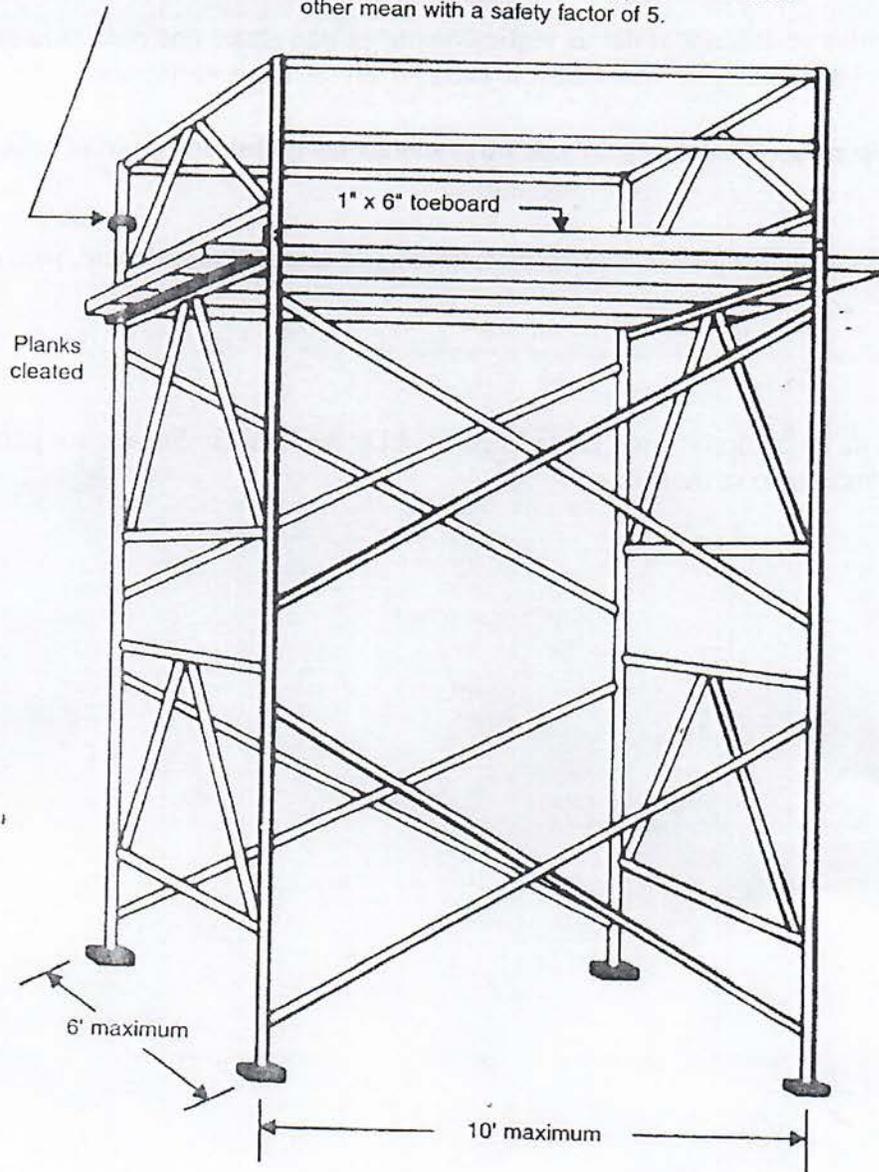
Utilice solamente las piezas compatibles, hecho por el mismo fabricante, para el andamio instalacion.

***Formas:***

Pg. 31. Lista de comprobación De la Seguridad De Andamios: Supervisor para examinar el diario o cualquier momento se modifica.

# SET METAL SCAFFOLDING

Tie securely to building with #12 double-wrapped wire or some other mean with a safety factor of 5.



**ANDAMIO**  
**LISTA DE COMPROBACIÓN DE SEGURIDAD**

Nombre De Compañía: \_\_\_\_\_ Localización De Sitio Del Trabajo: \_\_\_\_\_

La Fecha Erigió: \_\_\_\_\_

	De la DESCRIPCIÓN	Si	No	N/A
1.	Todos los componentes examinados visualmente para el daño y asegurarlos son del mismo fabricante.			
2.	El andamio se erige en proximidad segura de líneas de la corriente eléctrica y de obstrucciones de arriba.			
3.	Los pies son llanos y capaces de llevar la carga máxima sin colocar ola dislocación.			
4.	Embases yor screw jacks are in firm contact with footing and frame.			
5.	El acceso seguro proporcionado y la escala del acceso sujetaron con seguridad al andamio.			
6.	Cada marco o panel apoyado crossbracing.			
7.	Todos los pernos del montaje del andamio se trabaron correctamente.			
8.	El andamio apoyado y asegurado a la estructura si la altura excede de (4) mide el tiempo de la anchura baja mínima.			
9.	Todas las barandillas, los midrails y los tableros del dedo del pie instalaron.			
10.	La protección de arriba proporcionó cuando es necesaria.			
11.	<b>TABLAJE:</b> - todo el grado del andamio del tablaje, en buenas condiciones, asegurado y asentado sin aberturas. Dimensión mínima: madera de construcción llena del grueso 2 x 10, grado del andamio o equivalente. Palmo Máximo: 8' - La plataforma de funcionamiento planked completamente por lomenos a dos tableros de par en par. - los tablones extienden las ayudas excesivas por lo menos el 6" y nomás el que 12" del extremo. Los tablones se deben enlistonar o atar abajo.			
12.	El andamio se erige a espec. de la fabricación. Ninguna modificación al andamio sin la aprobación escrita del fabricante.			

**No detecté ningunos defectos o deficiencia en este andamio que afectaría la seguridad de su uso.**

Erigido cerca (firma): \_\_\_\_\_ Examinado cerca (firma): \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

**IMPORTANTE:** El andamio se requiere para ser examinado diariamente o cualquier momento se modifica. Above criteria must be met at all times. Las inspecciones consecutivas deben ser firmadas con iniciales en la parte posterior de la forma.

**ADVERTENCIA:** La protección aprobada de la caída se debe usar por los empleados contratados a andamio que monta mientras que trabaja en las elevaciones de seis pies o más. La protección de la caída se requiere para todos los empleados que trabajan contra un andamio hasta que todas las plataformas de trabajo con las barandillas apropiadas son instaladas.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Habrá un kit de primeros auxilios en cada sitio del trabajo bastante grande para acomodar a todos los trabajadores de RMD en sitio.

Los kits de primeros auxilios serán examinados mensualmente y rellenos según lo necesitado.

Habrá por lo menos un empleado certificado en primeros auxilios en la tienda de la mina y de la sierra siempre. Entrenarán al empleado certificado con los programas de los primeros auxilios instalados por la compañía.

Los primeros auxilios serán realizados solamente por los individuos certificados y competentes.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

La elevación apropiada tiene dos pasos: Elevación mental y elevación física.

### *Mental*

1. Fijese en la carga.
  - a) ¿Cuánto pesa?
  - b) ¿Cuánto usted pesa?
  - c) ¿Puede usted levantarlo con seguridad?
2. Consiga la ayuda si la carga es demasiado abultada o pesada. Utilice la maquinaria cuando es posible.
3. Compruebe el camino para saber si hay obstáculos y cambios de la elevación tales como pasos.

### *Físico*

1. Levántelo correctamente
  - a) Mantenga su parte posteriora recta; imagen doble por la lámina en su barbilla.
  - b) Ponga sus pies aparte, uno delante del otro.
  - c) Carga del apretón con la palma y los dedos, no dedos solos.
  - d) Traiga la carga cerca de su cuerpo remetienddo codos adentro.
  - e) Levante con sus piernas y brazos, no su parte posteriora.
  - f) Comprima sus músculos del estómago.
  - g) Guarde una visión clara sobre la carga como usted levanta.
  - h) Al dar vuelta, no tuerza su parte posteriora, en lugar dé vuelta a su cuerpo entero como unidad.
  - i) NO LEVANTE Y NO TUERZA EN EI MISMO MOVIMIENTO.
2. Elevación del equipo
  - a) Persona de la selección una para llamar las señales.
  - b) Camine en paso.
  - c) Baje la carga junto.
3. Empuje, no tire

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Coloque la escala en parte seguro sólido del piso.

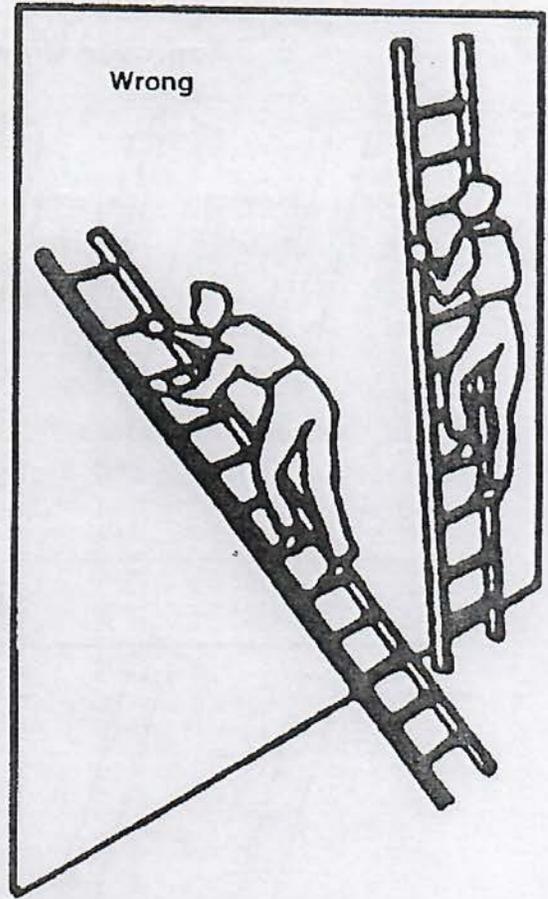
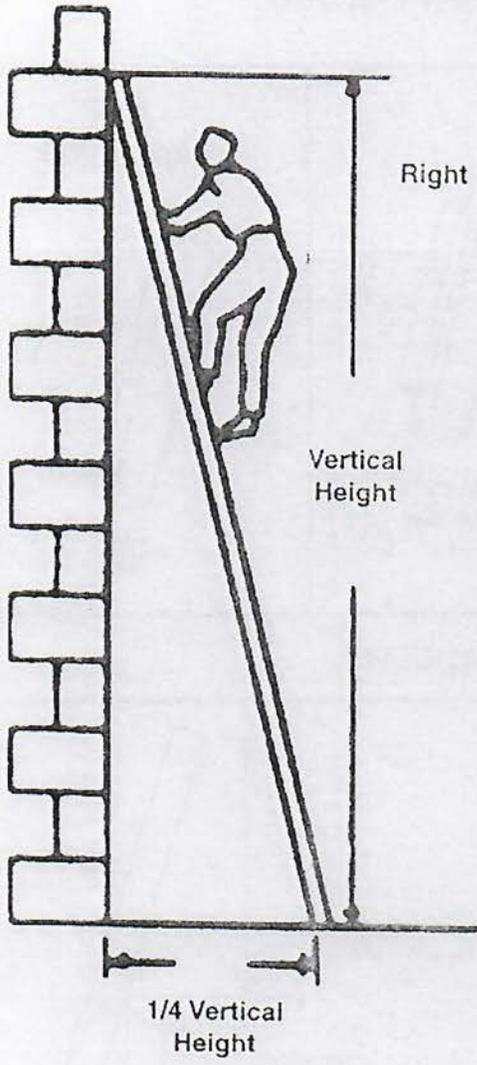
Extienda solamente la escala cuando nadie está en él.

Haga frente siempre a la escala al ir para arriba o abajo.

Tome un paso a la vez y mantenga tres puntos del contacto con la escala.

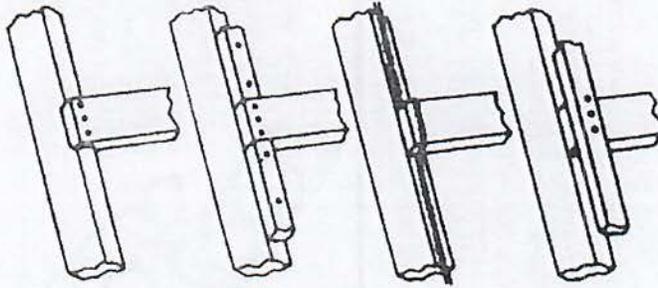
Lleve las herramientas y otros materiales en bolsillos de la herramienta o unidos a una correa de la herramienta.

Nunca repare una escala con las piezas de expediente.



# LADDERS MADE ON THE JOB

## Approved Construction



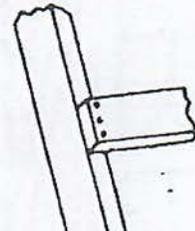
Dapped cleat

Blocked cleat

Wired cleat

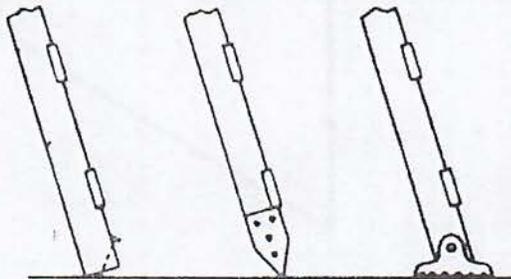
1" x 2" strip over cleat

## Not Approved



Cleat flush

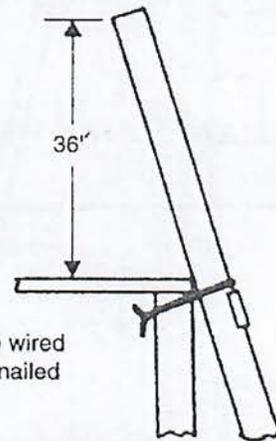
## SECURED LADDERS



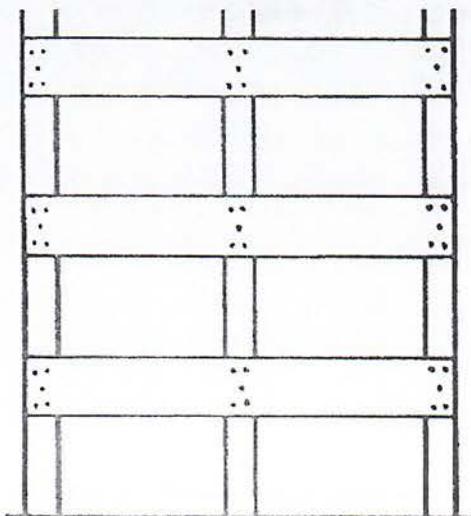
Nailed

Non-slip feet

Top wired or nailed

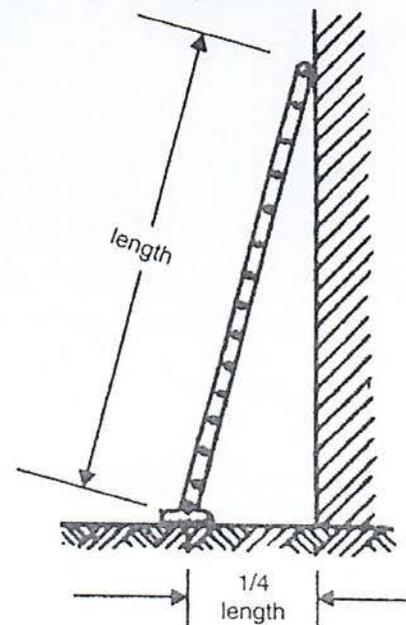


## Double Cleat Ladder



Maximum length - 24 feet  
 Rails - 2" x 6" minimum  
 Rungs - 1" X 4" minimum

## Recommended safe angle for portable ladders



---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

En lo posible, mantenga los pisos de las áreas de funcionamiento limpios y libérelas de alboroto, hielo, engrase y otros materiales que podrían causar resbalamiento.

Disponga de la basura y de los materiales usados correctamente. Ponga las cosas donde usted las encuentra.

En el final del día, los empleados deben:

- limpia el área de trabajo.
- poner todas las herramientas en su lugar apropiado.
- cierren con llave las cajas de herramientas en lo posible.
- este seguro que no hay posibilidad que caiga nada del anamio.

Respete y esté enterado de otros que estén trabajando en el sitio de trabajo.

### Formas:

Página. Lista de comprobación De la Seguridad De la Limpieza de Sitio 38: Supervisor a completar semanalmente.

Página. Inspección Semanal De la Seguridad De 39 Supervisores: Supervisor a completar semanalmente.

**LIMPIEZA DE SITIO**  
**LISTA DE COMPROBACIÓN DE SEGURIDAD**

Área: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Tiempo: \_\_\_\_\_

	De la DESCRIPCIÓN	Si	No	N/A
1.	Todas las áreas de trabajo son limpias y ordenanza			
2.	Los empleados toman después de sí mismos en el extremo decada cambio.			
3.	Herramientas, Máquinas, y el equipo está limpio y en buena orden de funcionamiento.			
4.	Los materiales consumibles y las herramientas se almacenancorrectamente.			
5.	El desecho y la reanudación se almacenan en compartimientos.			
6.	Todas material-ambas fuentes y producto acabado - se apilancuidadosamente.			
7.	"estorbe las esquinas" - los lugares en donde los artículos extrañostienden para acumular se han identificado y se han limpiado paraarriba.			
8.	Los derramamientos se limpian puntualmente para arriba.			
9.	Los pisos están libres de los agujeros, los clavos que resaltan y sueltan el cemento.			
10.	Aceitoso, los depósitos mugrientos se limpian encima de periódicamente.			
11.	La pelusa combustible y el polvo se limpian de las repisas, vigas, y equipo como acumulan.			
12.	Las virutas del metal y otros subproductos del proceso de producciónson diario ausente barrido.			
13.	Las sustancias peligrosas se almacenan en el apropiado, envases etiquetados.			
14.	Las mangueras y los extinguidores de fuego son desbloqueados yacesibles.			
15.	Equipo Protector Personal, Kits De Primeros auxilios, y las fuentes de emergencia se almacenan cuidadosamente y estánalcanzadas fácilmente.			
16.	Los receptáculos de la basura se vacian regularmente.			
17.	Los trapos Aceite-empapados y otros materiales inflamables se disponenen receptáculos incombustibles.			
18.	Accesorios que sondean y los otros li'quido-que conducen están libresde escapes.			
19.	Los productos de limpieza se almacenan completamente y los mops, escobas, etc. sea fácilmente accesible.			
20.	Los empleados guardan sus capas, monederos y otros artículos personales en sus vehículos.			
21.	Los artículos anticuados se han quitado de tablonos de anuncios y sehan lanzado lejos.			

## Inspección Semanal De la Seguridad Del Supervisor

Supervisor \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_ El Área Examinó \_\_\_\_\_

Para los artículos comprobados "NO". Complete una orden de trabajo del mantenimiento. Marque La "N" para los artículos		
<b>Protección contra Los Incendios</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
Extintores examinados, cargado, accesible (3 pies de separación)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Material combustible quitado, almacenado correctamente. Material inflamable en	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las rutas de la salida despejan y SALEN o NINGUNAS muestras de la SALIDA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se fijan las rutas de la evacuación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Reunión De la Seguridad De la Caja de herramientas</b>		
Seguridad Eléctrica		
Las cuerdas de la energía eléctrica no se raen o roto todos los enchufes tenga 3 dientes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ningunas cuerdas de la extensión a través de las paredes, puertas, techo, ventanas, debajo de las esteras o de las mantas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Viaje-Deslizar-Caen Los Peligros</b>		
El dren cubre y las rejillas están en la buena reparación e instalado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las calzadas están claras del material, cuerdas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Barandillas, se aseguran los pasos. Las escalas están en la buena reparación, ningunos desaparecidos, pierda las piezas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Iluminación adecuada en todas las áreas, incluyendo la iluminación exterior de la noche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Protección Personal</b>		
Protectores de la máquina en lugar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estaciones de la colada del ojo de la emergencia capsuladas, funcional, accesible	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Equipo protector personal que es utilizado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buenos mecánicos del cuerpo (que levantan, empujar tirar, gama del movimiento, el	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cierre - programa de Tagout usado correctamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Seguridad de los productos químicos</b>		
Todos los envases se etiquetan correctamente con peligros específicos y son	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Solamente la cantidad mínima necesitada está en el área de trabajo, todos los otros se almacenan correctamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Forklifts Y Gatos De la Plataforma</b>		
Todos los operadores tienen licencias actuales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Todo el equipo funciona correctamente - los frenos, cuerno, controles, alarmar de	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Correas de asiento de la carretilla elevadora usadas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El tráfico encamina establecido y marcado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ruta a: \_\_\_\_\_ Oficina De Seguridad: \_\_\_\_\_

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

RMD Management se propone proporcionar la información sobre peligros químicos y otras sustancias peligrosas y el control de peligros vía este programa de la comunicación del peligro que incluya el envase que etiqueta, Hojas de datos materiales de seguridad (MSDS) y entrenamiento.

### *Hojas De Datos Materiales De Seguridad (MSDS)*

Requieren a todos los fabricantes de sustancias peligrosas imprimir la información sobre estas sustancias en las hojas llamadas "las hojas de datos materiales de seguridad" (MSDS) y proveerlas a sus clientes. El MSDS contiene la información sobre los ingredientes de una sustancia, qué efectos peligrosos sobre seres humanos o animales resultan de usarlo, qué medidas protectoras o equipo se debe utilizar para dirigirlo con seguridad, qué hacer en caso de que de la emergencia y de la otra información.

### *Entrenamiento e información de empleado*

Todos nuevamente - los empleados empleados recibirán el entrenamiento de la comunicación del peligro durante su orientación inicial de seguridad. El entrenamiento también será dado cuando las sustancias peligrosas nuevas se introducen en el área de trabajo. En general, este entrenamiento incluirá:

1. Información con respecto a las sustancias peligrosas en el área de trabajo.
2. Cómo leer e interpretar la información en MSDS y etiquetas.
3. Cualquier comprobación o peligro para la salud se asoció al uso de una sustancia o de una mezcla peligrosa que era utilizada en el área de trabajo.
4. Precauciones apropiadas para dirigir.
5. Procedimientos apropiados para divulgar de lanzamientos o de lanzamientos amenazados de sustancias peligrosas.
6. Procedimientos de emergencia para los derramamientos, fuegos, disposición y primeros auxilios.
7. Los detalles del programa escrito de la comunicación del peligro, la disponibilidad y la localización del programa y del MSDS o de la otra información.

8. Informe a los empleados para divulgar inmediatamente todos los peligros sospechosos al supervisor.

### ***Tareas Peligrosas De la No-Rutina***

Antes de comenzar el trabajo, su supervisor sobre los peligros darán los empleados la información a los cuales pueden ser expuestos durante actividades del trabajo. Esta información incluirá peligros específicos; protectores de seguridad que deben ser utilizados; mide a compañía ha tomado para disminuir los peligros incluyendo la ventilación, respirador, presencia de otros procedimientos del empleado y de emergencia.

### **Lista de Materiales Peligrosos**

1. Nitrógeno
2. Acetileno
3. Insboard
4. Solución Del Cloruro De Hidrógeno
5. Electrodo Prostar S-6 Del Acero De Carbón
6. Acero De Carbón
7. Desengrasador
8. Corte las ruedas y las ruedas que muelen
9. Gasolina
10. Diesel
11. Cemento
12. Cal
13. Etc.

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

Accidentes, por la definición, son lesiones que requieren la atención médica profesional, mientras que los incidentes son lesiones que no requieren la atención médica profesional. Por lo tanto los accidentes y los incidentes tienen diversos procedimientos de divulgación. Los empleados sabrán qué hacer en cada caso.

Los empleados son responsables de notificar a su supervisor siempre que cualquier accidente, incidente o condición insegura aparece.

### *Accidentes*

1. Notifique a su supervisor inmediatamente.
2. Para lesiones AMENAZADORAS de la VIDA: ¡Llame a 911! Si está entrenado, rinda los primeros auxilios.
3. Para lesiones que no sean AMENAZADORAS de la VIDA: Transporte el dañado al médico lo más cerca posible diseñado.
4. Complete los informes de accidente y el otro papeleo necesario de su supervisor.
5. Discuta el accidente en la reunión de la caja de herramientas.

### *Incidentes*

1. Notifique a su supervisor inmediatamente.
2. Realice los primeros auxilios necesarios.
3. Complete el papeleo de su supervisor.
4. Divulgue el incidente en la reunión de la caja de herramientas.

### **Formas:**

Pg. 43 Informe de supervisores del accidente: Supervisor a completar después de accidente.

Pg. 44 Informe empleados del accidente: Empleado a completar después de accidente.

Pg. 45 Informe De Incidente De Empleados: Empleado a completar y mano adentro al supervisor después del incidente.

Pg. 46 Peligro y hoja de la sugerencia: Empleado a completar en caso de que de un peligro o de una sugerencia.

Pg. 47 Investigación Del Informe De Accidente: Director de seguridad a completar.

**Informe del supervisor de un accidente**

Nombre Del Empleado: \_\_\_\_\_ SSN: \_\_\_\_ - \_\_\_\_ - \_\_\_\_

Posición Del Trabajo/Título: \_\_\_\_\_ Nombre Del Supervisor: \_\_\_\_\_

Fecha y hora del accidente: \_\_\_\_\_ Localización: \_\_\_\_\_

Acción que es realizada cuando ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

Fecha El Accidente Del Tiempo Divulgó: \_\_\_\_\_ ¿Quién? \_\_\_\_\_

Nombre(s) del testigo(s): \_\_\_\_\_

El accidente dio lugar a: Lesión: \_\_\_\_\_ Fatalidad: \_\_\_\_\_

Daños materiales: \_\_\_\_\_

¿Primeros auxilios Dados? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ Explique: \_\_\_\_\_

¿El tratamiento médico requirió? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ ¿Los Días laborables Perdieron? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_

Describa cómo ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué acciones, events or conditions contributed to this accident? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué se habría podido hacer para prevenir este accidente? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Firma del supervisor: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Informe del empleado de un accidente**

Nombre Del Empleado: \_\_\_\_\_ SSN: \_\_\_\_ - \_\_\_\_ - \_\_\_\_

Posición Del Trabajo/Título: \_\_\_\_\_ Nombre Del Supervisor: \_\_\_\_\_

Fecha y hora del accidente: \_\_\_\_\_ Localización: \_\_\_\_\_

Acción que es realizada cuando ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

Fecha/Accidente Del Tiempo Divulgado: \_\_\_\_\_ ¿Quién? \_\_\_\_\_

Nombre(s) del testigo(s): \_\_\_\_\_

El accidente dio lugar a: Lesión: \_\_\_\_\_ Fatalidad: \_\_\_\_\_

Daños materiales: \_\_\_\_\_

¿Primeros auxilios Dados? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ Explique: \_\_\_\_\_

¿El tratamiento médico requirió? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_ ¿Los Días laborables Perdieron? No: \_\_\_\_\_ Si: \_\_\_\_\_

Describa cómo ocurrió el accidente: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué acciones, acontecimientos o condiciones contribuyeron a este accidente? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué se habría podido hacer para prevenir este accidente? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma del empleado: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

## Informe de Incidente de Empleado

**Fecha** \_\_\_\_\_ **Nombre de Trabajo** \_\_\_\_\_ **Numero de Trabajo** \_\_\_\_\_

**Nombre de Empleado:** \_\_\_\_\_

**Posicion de Empleado:** \_\_\_\_\_ **SSN:** \_\_\_\_\_

**Horas de trabajo:** \_\_\_\_\_ **Nombre de supervisor:** \_\_\_\_\_

**Fecha de Incidente:** \_\_\_\_\_ **Hora de Incidente:** \_\_\_\_\_

**Local de Incidente:** \_\_\_\_\_

**Trabajo actualizado:** \_\_\_\_\_

**Nombre de testigos:** \_\_\_\_\_

**Como paso el incidente:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Que se lastimo:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**¿Recibio primeros Auxilios? (Si) (No), Explique:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Firma del Empleado:** \_\_\_\_\_ **Fecha de Hoy:** \_\_\_\_\_

**Oja de Sugerencias y Aviso de Peligros**

Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

**Peligro**

Explique el peligro \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Donde ocurrió el peligro? \_\_\_\_\_

¿Que tiempo de dia ocurrió el peligro? \_\_\_\_\_

¿Hay peligro inminente? \_\_\_\_\_

**Sugerencia**

¿Explique detalladamente la sugerencia? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué provoco a la sugerencia? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Cómo cambiaria lo que ya hacemos? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## INVESTIGACIÓN DEL INFORME DE ACCIDENTE

Tipo general de tarea: \_\_\_\_\_

Actividad Específica: \_\_\_\_\_

El empleado trabajaba:

Solamente \_\_\_\_ Con El Equipo \_\_\_\_ Con El Compañero de trabajo \_\_\_\_ Otro \_\_\_\_

Especifique \_\_\_\_\_

Supervisión en la época de la incidencia:

Directamente \_\_\_\_ Indirectamente \_\_\_\_ Ninguno \_\_\_\_ No factible \_\_\_\_ Explique \_\_\_\_\_

### FACTORES OCASIONALES

Los factores incluyen las condiciones y los acontecimientos que pudieron haber contribuido al accidente.

Si ( ) No ( ) ¿El empleado reconoció la condición peligrosa antes del accidente?

Si ( ) No ( ) ¿Las herramientas o el equipo defectuosas contribuyeron al accidente?

Si ( ) No ( ) ¿Estaban las herramientas apropiadas o equipo disponibles y el empleado las utilizó?

Si ( ) No ( ) ¿Era la tarea demasiado difícil de realizarse?

Si ( ) No ( ) ¿El empleado usó el equipo protector personal apropiado?

Si ( ) No ( ) ¿Estaba el equipo protector personal apropiado disponible?

### ACCIÓN DEL ACCIDENTE DEL POSTE

Si ( ) No ( ) ¿había sí una revisión del supervisor de los peligros implicados en la tarea o el trabajo?

Si ( ) No ( ) ¿Se han explicado las responsabilidades y la responsabilidad de supervisión?

Si ( ) No ( ) ¿Había una falta de iniciar la acción correctiva para los peligros sabidos condiciona eso contribuida al accidente?

### ENVIRONMENTAL FACTORS

¿Eran las condiciones ambientales un factor que contribuía?

iluminación

Niveles De ruidos

Contaminantes Del Aire

Extremos De la Temperatura

ventilación

otro

Explique cómo el factor ambiental contribuyó al incidente:

Este accidente fue investigado y divulgado por el individuo enumerado abajo. Este individuo reconoce que los hechos contenidos en este informe se han divulgado al mejor de su capacidad basada sobre la información fácilmente disponible.

Signed: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

RJ

MVS

DSP

Fecha de Revisión:

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

RMD Management ejercita el derecho de seleccionar un "abastecedor médico señalado" bajo sección R568-2-8-(a) y R568-2-9-(1)(2) de las reglas de la remuneración de los trabajadores de la Comisión Industrial de Utah.

Todos los empleados con una demanda relacionada con el trabajo o enfermedad de lesión, se requiere que vaya al "abastecedor médico señalado" en su área. Para otras visitas, el empleado puede ser referido a otros abastecedores médicos.

### ABASTECEDORES MÉDICOS SEÑALADOS

#### Park City Área

Park City Healthcare  
1665 Bonanza Drive  
Park City, UT 84060  
(435)649-7640

#### Salt Lake Valley

Salt Lake WorkMed  
1685 W. 2200 S.  
Salt Lake City, UT 84119  
(801)972-8850

Murray WorkMed  
201 E. 5900 S. #100  
Murray, UT 84107  
(801)288-4900

#### Heber City

Heber Valley Medical Center  
1485 S. Highway 40  
Heber City, UT 84032  
(435)654-2500

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

MVS

Fecha de Revisión:

DSP

Oficina

---

## Seguridad para la Vida!

RMD Management promueve un lugar de trabajo libre de la droga. Se enumeran abajo en las tres páginas siguientes las reglas y las obligaciones asociadas a esta política. Los que no adhieren a ella estarán conforme a la acción disciplinaria que podría incluir la terminación.

# RMD Management, Inc.

2276 South Daniels Road

Heber City, UT 84032

(435) 654-3334

## RESUMEN DE LA POLITICA DEL LUGAR DE TRABAJO DE DRUG-FREE

RMD Management, Inc., en el interés de mantener la confianza pública y de promover la ejecución eficiente del orden público, tiene una obligación que obliga de eliminar uso ilegal de la droga del lugar de trabajo.

Ilegal el uso de la droga está en conflicto con y es contrario indicar ley y el acto Droga-Libre federal del lugar de trabajo de 1988. La posesión, el uso, la distribución o la fabricación del alcohol o de otras drogas en el lugar de trabajo se prohíbe. Implicación de cualquier tipo con el alcohol y/o las drogas que interfiere con la capacidad de un empleado de realizar sus deberes, sin importar donde y cuando se consumen las drogas, está también una preocupación que se debe tratar por el supervisor así como el individuo. La violación de reglas y de leyes droga-libres puede dar lugar a la acción disciplinaria que podría incluir la terminación.

Es la política de la gerencia de RMD Management, Inc. que el lugar de trabajo sea droga libremente. Empleados con los problemas relacionados con el abuso de la sustancia será animado para buscar ayuda con programas de la rehabilitación o servicios privados. Todas las remisiones de la ayuda del empleado serán mantenidas terminantemente confidenciales.

Se ha puesto en ejecucio'n un programa de prueba de la droga. La información adicional concerniente a esta política se puede encontrar en la gerencia de RMD Management, Inc. Política de la droga, que se puede obtener de la oficina. En la ocasión, los empleados pueden estar conforme a federal adicional, estado y las reglas y las regulaciones de OCIP con respecto a sustancia abusan de políticas.

Todos los empleados anticipados están conforme a la investigación de la droga antes del empleo que comienza con la gerencia de RMD Management, Inc.

I entienda la gerencia de RMD Management, Inc. La política de la droga y sabe que puedo obtener una copia de ella si deseo. Entiendo que debo seguir esa política o estar conforme a la acción disciplinaria.

\_\_\_\_\_  
Firma del empleado

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Firma del testigo

\_\_\_\_\_  
Empleado Nombre (por favor impresión)

Este documento se ha traducido al español para su conveniencia en la lectura y la comprensión. Sin embargo, en el acontecimiento la traducción ha cambiado el significado o el intento del documento, refiere por favor al documento en inglés para la clarificación. El documento inglés contiene la información completa y exacta

## RMD Management, Inc.

2276 South Daniels Road  
Heber City, UT 84032  
(435) 654-3334

**CONSENTIMIENTO DE EMPLOYEE/APPLICANT A LA EXAMINACIÓN Y A LA PRUEBA FÍSICAS PARA LAS SUSTANCIAS CONTROLADAS (DROGAS) Y/O EL ALCOHOL**

**CONFIDENCIAL**

\_\_\_\_\_  
Empleado/ Aspirante Nombre (por favor impresión)

\_\_\_\_\_  
Número De Seguridad Social

I por este medio voluntariamente el consentimiento a una examinación física y a pruebas que se conducirán por los médicos señalados compañía y/o el otro personal médico apropiado contrajo para realizar este servicio de la gerencia de RMD Management, Inc.. Consiento específicamente voluntariamente a tomar de muestras de mi sangre, de la orina, de la respiración y de cualquier otra muestra para que la prueba determine la presencia de drogas y/o del alcohol en mi sistema. Autorizo voluntariamente el lanzamiento de la información médica referente a los resultados de mi examinación y pruebas físicas a los supervisores y a la gerencia de la compañía que lo utilizarán para determinarse si estoy en conformidad con reglas y políticas de trabajo de la compañía en las drogas y/o el alcohol. Entiendo que me dan derecho a una copia de esta autorización. También entiendo que la denegación de mí para firmar este consentimiento será causa para la descarga o inelegibilidad para el empleo. Esta autorización seguirá siendo válida siempre durante el período del empleo.

\_\_\_\_\_  
Empleado/ Aspirante Firma

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Firma del testigo

NO FIRME DEBAJO DE ESTA LÍNEA A MENOS QUE USTED ESTÉ RECHAZANDO CONSENTIR A LA PRUEBA  
.....

**DENEGACIÓN DE EMPLOYEE/APPLICANT A CONSENTIR A LA EXAMINACIÓN Y A LA PRUEBA FÍSICAS PARA LAS SUSTANCIAS CONTROLADAS (DROGAS) Y/O EL ALCOHOL**

I declinación autorizar la gerencia de RMD Management, Inc. para realizar una examinación física y pruebas para las drogas y/o alcohol o el lanzamiento de resultados a los supervisores y a la gerencia de la compañía. Entiendo que la denegación de mí para firmar este consentimiento será causa para la descarga o inelegibilidad para el empleo con la gerencia de RMD Management, Inc.

\_\_\_\_\_  
Empleado/ Aspirante Firma

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Firma del testigo

Este documento se ha traducido al español para su conveniencia en la lectura y la comprensión. Sin embargo, en el acontecimiento la traducción ha cambiado el significado o el intento del documento, refiere por favor al documento en inglés para la clarificación. El documento inglés contiene la información completa y exacta.

**RMD Management, Inc.**

**CONTRATO en Relación con Abuso De la Sustancia**

Cuando los resultados de una prueba del abuso de la sustancia para un empleado son positivos, los pasos siguientes serán seguidos:

- 1) El empleado debe satisfacer con los dueños de la compañía (Robert John Hicken y/o Paul Ballif). Además, el supervisor del empleado puede estar en la atención en la reunión.
- 2) El empleado no puede conducir los vehículos de la compañía o no funcionar ningún equipo hasta que él/ella proporcione resultados negativos de la prueba del abuso de la sustancia. Los conductores de vehículos de la compañía pueden también estar conforme a regulaciones del DOT.
- 3) El empleado estará sujeto a tomar una prueba de drogas al azar en cualquier momento en el plazo de los cuarenta y cinco días siguientes. Si los resultados de esa prueba al azar son positivos, el empleado será responsable del pago de los servicios de prueba. Esta cantidad será deducida del cheque del empleado.
- 4) En caso que un empleado tenga una segunda prueba del abuso de la sustancia con resultados positivos, los pasos siguientes deben ser seguidos:
  - a) Para continuar el empleo, el empleado debe probar la inscripción en un programa del abuso de la sustancia. La inscripción debe ocurrir en el plazo de diez días. Si el empleado no pruebe adecuadamente la inscripción en el plazo de diez días, el/ella no será elegible a trabajar. Si la prueba adecuada no se proporciona en el plazo de diez días, se juzga que el empleado ha terminado el empleo. *(La lista de los programas del gravamen del abuso de la sustancia del condado se proporciona abajo. Sin embargo, el empleado puede también elegir alistarse en un programa privado del abuso de la sustancia.)*
  - b) El empleado estará sujeto a pruebas mensuales del abuso de la sustancia durante los próximos seis meses. Estas pruebas serán solicitadas en la discreción de los dueños de la compañía y se pueden administrar sin el aviso anterior. Si los resultados de estas pruebas al azar son positivos, el empleado será responsable del pago de los servicios de prueba. Esta cantidad será deducida del cheque del empleado.
  - c) El empleado debe proporcionar la prueba de la terminación acertada del programa del abuso de la sustancia.
- 5) En caso que un empleado tenga una tercera prueba del abuso de la sustancia con resultados positivos, el empleo será terminado.

Entiendo los términos y las condiciones antedichos y convengo con ellos.

\_\_\_\_\_  
Firma Del Empleado

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Testigo

\_\_\_\_\_  
Fecha

<u>Programas del Gravamen del Abuso de la Sustancia del Condado</u>	
Utah County Substance Abuse	(801) 370-8428
Wasatch County Substance Abuse	(435) 654-3003
Summit County-Valley Mental Health	(435) 649-9079
Salt Lake County Substance Abuse	(801) 469-2009

---

## JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ  
MVS  
DSP  
Oficina

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

Fecha de Revisión:

---

### Seguridad para la Vida!

RMD Management promueve un entorno de trabajo seguro para todos los empleados. Las políticas de seguridad dispuestas en este manual se diseñan para beneficiar cada uno implicado con RMD Management y si están seguidas disminuirán accidentes y lesiones. Incluso con estas políticas hay los accidentes que potencialmente podrían ocurrir. Por esta razón RMD Management ha creado un programa de trabajo transitorio. Este programa se diseña para proporcionar ayuda a esas afectadas por un accidente.

La última meta es volver éstos dañados a sus trabajos originales. Alcanzar a esta meta RMD Management hará:

- Acompañe a empleados a visitas de doctor.
- Trabaje con los doctores para asignar a empleados dañados al trabajo transitorio que resuelve sus restricciones físicas.
- Asigne el trabajo productivo a los empleados dañados.
- Evaluaciones de la conducta con el empleado dañado para discutir restricciones del trabajo y a progresar.
- Empleados de vuelta al deber regular tan pronto como médicamente sea posible.

El deber transitorio es mientras que se indica que "transitorio" tendrá así un principio y un extremo.

RMD Management, a través del Workers Compensation Fund of Utah, tiene un programa voluntaria de trabajo transitorio. Este programa se diseña para ayudar a los empleados dañados y a la comunidad. Los empleados dañados pueden ser asignados al trabajo con las organizaciones voluntarias por un período del tiempo hasta que son despejaron para volver a sus deberes regulares. Compensarán a los empleados por su tiempo a través de RMD Management.

El trabajo transitorio cae debajo de las mismas pautas que deberes normales del trabajo. Significado: se espera que los empleados demuestren hasta trabajo cuando están pedidos y trabajo durante su cambio. Si un empleado declina la invitación de hacer transitorio trabájelo ella estará conforme a procedimientos disciplinarios de la compañía y no recibirá la compensación de Workers Compensation Fund o de RMD Management.

## **JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT**

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ  
MVS  
DSP  
Oficina

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

Fecha de Revisión:

### **Seguridad para la Vida!**

En nuestra búsqueda para recompensar el comportamiento que promueve seguridad, RMD Management ha iniciado un sistema de las recompensas de seguridad. Este sistema se diseña para ayudar a establecer un ambiente más seguro del trabajo para todos los empleados. El sistema incluirá las rafas específicas de la seguridad de la compañía trimestral para los premios pequeños numerosos y una rafa anual que se lleva a cabo en la fiesta de la compañía para un premio magnífico. Concederán un participante cualificado el premio magnífico. Reconocerán el empleado que saca el premio magnífico, junto con sus realizaciones de seguridad en el boletín de noticias de la compañía.

La elegibilidad de la rafa trimestral será establecida sobre una base mensual. Para cada mes un empleado resuelve los requisitos mensuales que él recibirá un boleto para la rafa trimestral. Por lo tanto un empleado puede recibir hasta tres boletos en la rafa de la seguridad de cada cuarto. Habrá una rafa para cada compañía o división. Para ser elegible, los empleados deben resolver los requisitos siguientes:

1. Asista a todas las juntas de la seguridad de en el mes.
2. Tenga un mes sin accidentes.
3. No tener acción disciplinaria tomada contra ellos en el mes.
4. Termine todas las listas de comprobación, informes de incidente y documentos de la notificación del peligro como necesario.
5. Mantenga el área de trabajo limpios y la ordenanza limpiando encima de las herramientas y el lugar de trabajo en el final de cada día.

La elegibilidad de la rafa anual será establecida sobre una base anual. Cada empleado cualificado tendrá un boleto. Ser empleados elegibles debe resolver los requisitos siguientes:

1. Resuelva los requisitos mensuales para las rafas trimestrales ningunas menos de 10 veces del año.
2. Termine por lo menos un documento y uno de la notificación del peligro escritos la sugerencia de seguridad al director de seguridad.
3. Anime a otros que sean seguros con la participación en reuniones de la caja de herramientas, el refuerzo de la seguridad gobierna a los empleados y a la puesta en práctica de las pautas y de las sugerencias de seguridad de los encargados y del director de seguridad.
4. Tenga un accidente liberan año.
5. Mande por lo menos a una reunión de la caja de herramientas en el año.
6. Atienda al partido de la compañía.

## **JUNTAS DE SEGURIDAD DE RMD MANAGEMENT**

Fecha Tirada: Ago. 1, 2004

Distribución: X Todos Empleados  
RJ  
MVS  
DSP  
Oficina

Fecha Efectiva: Ago. 1, 2004

Fecha de Revisión:

---

### **Seguridad para la Vida!**

RMD Management promueve un entorno de trabajo seguro para todos sus empleados. Creemos que los empleados no deben trabajar en miedo de otros empleados RMD Management prohíbe así el hostigamiento de cualquier clase. El hostigamiento incluye pero no se limita: amenazas verbales, referencias sexuales hacia otro del sexo opuesto, el golpear y el otro abuso físico etc.

Todas las amenazas y otras muestras del hostigamiento deben ser tomadas seriamente. Cualesquiera amenazas o muestra verbales de la confrontación entre empleados serán dirigidas inmediatamente a un supervisor.

El luchar físico o verbal entre otros empleados, se prohíben y no serán tolerados a los clientes o a cualquier otra persona mientras que en el trabajo terminantemente. Disciplinarán a los empleados implicados en luchar y a las personas presentes que no procuran parar la confrontación. La disciplina puede incluir la terminación sin pagar o la suspensión del empleo.

La amenaza de o el uso de armas tales como cuchillos, armas, los palillos o las herramientas causarán para disciplina inmediata y despido para ninguna menos de una semana y otra suspensión posible y/o terminación.

## **Hechos y conversiones interesantes**

## Medidas

<b>De la Unidad Inglesa</b>	<b>Unidad Métrica</b>
1 pulgada	2.54 cm
1 pie	0.3048 m
1 yarda	0.9144 m
1 milla	1.609 km
1 sq en	6.4516 sq cm
1 sq ft	929.030 sq cm
1 sq yd	0.836 sq m
1 acre	0.405 ha
1 pinta	0.473 L
1 cuarto de galón	0.946 L
1 galón	3.785 L
<b>Unidad Inglesa</b>	<b>Unidad Inglesa</b>
12 pulgadas	1 pie
3 pies	1 yarda
5,280 pies	1 milla
1,760 yardas	1 milla
2 pintas	1 cuarto de galón
4 cuarto de galón	1 galón
8 pintas	1 galón

# Tiempo

## Centígrado a Fahrenheit

C	F	C	F
50	122	0	32
45	113	-5	23
40	104	-10	14
35	95	-15	5
30	86	-20	-4
25	77	-25	-13
20	68	-30	-22
15	59	-35	-31
10	50	-40	-40
5	41		



## Wind Chill Chart



		Temperature (°F)																	
		Calm	40	35	30	25	20	15	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40
Wind (mph)	5	36	31	25	19	13	7	1	-5	-11	-16	-22	-28	-34	-40	-46	-52	-57	-63
	10	34	27	21	15	9	3	-4	-10	-16	-22	-28	-35	-41	-47	-53	-59	-66	-72
	15	32	25	19	13	6	0	-7	-13	-19	-26	-32	-39	-45	-51	-58	-64	-71	-77
	20	30	24	17	11	4	-2	-9	-15	-22	-29	-35	-42	-48	-55	-61	-68	-74	-81
	25	29	23	16	9	3	-4	-11	-17	-24	-31	-37	-44	-51	-58	-64	-71	-78	-84
	30	28	22	15	8	1	-5	-12	-19	-26	-33	-39	-46	-53	-60	-67	-73	-80	-87
	35	28	21	14	7	0	-7	-14	-21	-27	-34	-41	-48	-55	-62	-69	-76	-82	-89
	40	27	20	13	6	-1	-8	-15	-22	-29	-36	-43	-50	-57	-64	-71	-78	-84	-91
	45	26	19	12	5	-2	-9	-16	-23	-30	-37	-44	-51	-58	-65	-72	-79	-86	-93
	50	26	19	12	4	-3	-10	-17	-24	-31	-38	-45	-52	-60	-67	-74	-81	-88	-95
	55	25	18	11	4	-3	-11	-18	-25	-32	-39	-46	-54	-61	-68	-75	-82	-89	-97
	60	25	17	10	3	-4	-11	-19	-26	-33	-40	-48	-55	-62	-69	-76	-84	-91	-98

Frostbite Times  30 minutes  10 minutes  5 minutes

**Wind Chill (°F) = 35.74 + 0.6215T - 35.75(V<sup>0.16</sup>) + 0.4275T(V<sup>0.16</sup>)**  
 Where, T= Air Temperature (°F) V= Wind Speed (mph) Effective 11/01/01

## **Trabajo De piedra**

Una hornada del mortero es hecha mezclándose:

(1 ½) cubos de 5 galones de agua, (1) bolso del cemento, (3) palas de la cal, y (25) palas de la arena.

## **CMU**

(1) el bolso del cemento pondrá el bloque (de 185) 8".

Lleva a pies cúbicos del 15 la lechada un bloque del 8".

Hay el bloque 1.125 por pie cuadrado.