



# Guía OSHA para Pequeña Empresa en Carolina del Norte



División de Seguridad y Salud Ocupacional  
Departamento del Trabajo de Carolina del Norte  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101

Cherie Berry  
Comisionada del Trabajo

**Departamento del Trabajo de Carolina del Norte  
Programa de Seguridad y Salud Ocupacional**

Cherie Berry  
Comisionada del Trabajo  
Plan Estatal designado por  
La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA)

Allen McNeely  
Diputado Comisionado de Seguridad y Salud Ocupacional

Kevin D. Beauregard  
Asistente del Diputado Comisionado de Seguridad y Salud Ocupacional

Rossana Prevost  
Editora

**Reconocimientos**

Esta guía está basada en el *Folleto OSHA para Pequeños Negocios* publicado por la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional del Departamento del Trabajo de los Estados Unidos. La mayoría del material se toma directamente de esa excelente publicación, aunque algunos cambios se han realizado para reflejar el programa de OSHA en Carolina del Norte. Esta guía fue repasado en el 2013.

**Esta guía intenta ser consistente con todas las reglas existentes de OSHA, por lo tanto, si el lector considera que un área parece contradecir una regla de OSHA, entonces el lector debe cumplir con la regla de OSHA.**

**Para obtener copias adicionales de este libro, o si tiene preguntas concernientes a las reglas o normas de Seguridad y Salud de Carolina del Norte, favor de ponerse en contacto con:**

**Departamento del Trabajo de Carolina del Norte  
Educación, Entrenamiento y Ayuda Técnica  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101**

**Número de Teléfono: 919-807-2875 o 1-800-NC-LABOR (1-800-625-2267)**

Para su conveniencia, refiérase a la lista de fuentes adicionales de información localizada en la portada de adentro de la cubierta trasera de este libro.

Los costos estimados del programa de Seguridad y Salud Ocupacional de Carolina del Norte para el año federal de 2012–2013 son \$18,073,694. Financiamiento federal provee aproximadamente un 30.5 por ciento (\$5,501,500) de este total.



# Contenido

<b>Parte</b>		<b>Página</b>
	Prólogo . . . . .	v
1	Introducción . . . . .	1
2	Programa de Cuatro Puntos para el Lugar de Trabajo . . . . .	3
3	Empezando Su Actividad Voluntaria . . . . .	8
4	Auto-Inspección . . . . .	13
	Listas de Auto Comprobación . . . . .	15
5	Ayuda para Resolver Problemas . . . . .	37
	Hoja de Trabajo sobre un Plan de Acción Completo . . . . .	43

# Prólogo

Carolina del Norte es un estado basado en el éxito de sus pequeñas empresas. Desde las pequeñas plantas industriales localizadas en nuestras carreteras en las montañas hasta los restaurantes que forran nuestras playas, los dueños de pequeñas empresas y los trabajadores simbolizan el principal elemento económico de Carolina del Norte.

Nadie duda que los dueños de pequeñas empresas a menudo enfrentan desafíos especiales relacionados con la seguridad y salud en el lugar de trabajo. A diferencia de las corporaciones grandes, que pueden contratar ingenieros de seguridad e higienistas industriales a tiempo completo, la pequeña empresa depende generalmente de consultores, talleres educativos y otros métodos para alcanzar sus metas de seguridad y salud ocupacional.

Por esta razón el Departamento del Trabajo de Carolina del Norte ha creado esta publicación—para ayudar a los dueños de pequeñas empresas a establecer sus propios programas de seguridad y salud. Este folleto aconseja a los dueños cómo proteger la salud y seguridad dentro sus propios sitios de trabajo y explica cómo obtener visitas de consultoría de profesionales de seguridad y de salud gratuitas.

En Carolina del Norte, los inspectores del Departamento del Trabajo hacen cumplir el Acta de Seguridad y Salud Ocupacional por medio de un plan estatal aprobado por el Departamento del Trabajo de los Estados Unidos. La División de Seguridad y Salud Ocupacional del Departamento del Trabajo de Carolina del Norte ofrece muchos programas educativos al público y produce publicaciones, inclusive esta guía, para ayudar a informar al público acerca de sus derechos y responsabilidades con respeto a salud y seguridad ocupacional.

Cuando lea esta guía, por favor recuerde que la misión del Departamento del Trabajo de Carolina del Norte es mucho más que sólo una entidad del cumplimiento regulatorio. Otra misión igualmente importante es ayudar a los ciudadanos encontrar medios para crear lugares de trabajo seguros.

Dueños como empleados, cada uno, se benefician si trabajan conjuntamente con seguridad. El uso de la *Guía de OSHA para Pequeñas Empresas en Carolina del Norte* es un gran lugar para empezar.

Cherie Berry  
Comisionada del Trabajo

# Introducción

## ***Una Declaración de Beneficio y Pérdida***

Como dueño de pequeña empresa, usted típicamente asume riesgos. Usted apuesta su perspicacia en los negocios contra grupos corporativos, quizás mejor financiados y más grande y contra otros individuos que trabajan por cuenta propia como usted mismo. El entusiasmo y el desafío son los elementos naturales en tal aventura. Pero para triunfar, usted necesita buena información gerencial, habilidad de ser un buen gerente de personal, e inteligencia y fuerza interior para tomar decisiones y para tomar decisiones correctas.

Miles de trabajadores mueren cada año, y muchos, muchos más sufren lesiones o enfermedades relacionadas a condiciones en el trabajo. Pero, ¿con qué frecuencia sucede que un dueño o gerente como usted, en realidad, ve o hasta escucha información acerca de fatalidades, lesiones o enfermedades que ocurren en el trabajo, en empresas con las que usted está familiarizado? ¿Con qué frecuencia su negocio sostiene normalmente este tipo de pérdida?

En la mayoría de los negocios pequeños, la respuesta es raramente. Por esta razón, muchos dueños y gerentes no entienden porque existe controversia sobre OSHA, reglamentos sobre salud y seguridad ocupacional, inspecciones, citaciones, etc.

Pero otros han aprendido la razón del por qué. Desgraciadamente, ellos han tenido que pasar por el tipo de pérdida del que estamos hablando. Muchos de los dueños y gerentes le dirán que ya es muy tarde para hacer algo una vez que un accidente grave sucede. Ellos ahora entienden que la *prevención* es la única forma real para evitar esta pérdida.

Reducir todas las pérdidas es la meta que usted como un dueño o gerente claramente comparte con nosotros dentro la División de Seguridad y Salud Ocupacional del Departamento del Trabajo de Carolina del Norte. Cada uno de nosotros puede ver esta meta en una luz levemente diferente, pero siempre permanece como nuestra intención común.

Nosotros hemos aprendido de pequeñas empresarios como usted, el gran valor en gran valor en que usted coloca la salud y bienestar de sus empleados. Como muchas pequeñas empresas, usted emplea probablemente miembros de la familia y conocidos personales. Si usted no conoce a sus empleados antes de contratarlos, las proba-

bilidades son que por el tamaño de su grupo y sitio de trabajo, se promueva la cercanía y la preocupación por el bienestar de cada uno en las pequeñas empresas.

Suponiendo que su compromiso con las prácticas de trabajo seguras y saludables es un ingrediente determinado, nosotros en la División de Seguridad y Salud Ocupacional del Departamento del Trabajo de Carolina del Norte (OSH) quisiéramos trabajar con usted para prevenir todas estas pérdidas. Nosotros creemos que cuando usted hace la seguridad y salud del trabajo parte verdadera de sus operaciones diarias, usted no puede perder a largo plazo.

Actividades de seguridad y salud exitosas ahora, le permitirá evitar las posibles pérdidas en el futuro.

## ***Desarrollando una estrategia provechosa para manejar seguridad y salud ocupacional***

Muchas personas confunden la idea de “accidentes” con la creencia de que éstos son actos de Dios. La diferencia es clara. Inundaciones y tornados no pueden ser prevenidos por el dueño o gerente de una pequeña empresa. Pero los accidentes en el lugar de trabajo se pueden prevenir.

Nadie quiere que accidentes sucedan en su negocio. Un incendio serio o la muerte de un empleado o del dueño puede causar una gran pérdida de ingresos y en algunos casos del negocio entero. Para prevenir tales pérdidas, usted no tiene que poner su lugar de cabeza. Usted tal vez no necesite invertir mucho dinero. Tal vez solo necesita un poco de sentido común e implementar unos principios de prevención reconocidos.

Existen razones por las cuales los accidentes suceden. Algo falla en algún lugar. Usted necesitará un poco de análisis, y quizá la ayuda de amigos u otras personas entrenadas, para identificar lo que falló, pero habrá una causa—una razón del por qué. Cuando la causa es conocida, es posible prevenir un accidente. Usted necesitará unos datos básicos y tal vez, la ayuda de otros que conozcan las respuestas. Usted también debe tener un plan—un plan para prevenir accidentes.

No todos los peligros en su área de trabajo se asocian con accidentes que cause un daño, claro esta. La exposición del trabajador a sustancias químicas tóxicas o niveles

perjudiciales de ruido o radiación puede suceder en conjunción con el trabajo rutinario así como por un accidente. Tal vez, usted no sepa el grado de exposición que usted o sus empleados puedan haber recibido o el daño que puede resultar. El efecto tal vez no aparece inmediatamente, pero puede ser fatal a largo plazo. Usted necesita un plan que incluya medidas de cómo evitar estas “exposiciones dañinas a la salud” igual que los accidentes. Usted necesita un *plan de protección para la salud y seguridad* de sus empleados.

Desarrollar este tipo de plan no es una tarea difícil. Básicamente, usted sólo necesita referirse a los tipos de accidentes y exposiciones dañinas a la salud que podrían suceder en su lugar de trabajo.

Porque cada lugar de trabajo es diferente, su programa puede ser diferente del que su vecino o su competidor quizás utilicen. Pero esto no es importante, usted quiere reflejar su manera de trabajar, no la de ellos.

Mientras los detalles pueden variar, hay cuatro elementos básicos que siempre se encuentran en los lugares de trabajo con un buen programa de prevención de accidentes. Estos incluyen:

1. El gerente o gerencia dirige los esfuerzos, especialmente estableciendo la política, asignando y apoyando la responsabilidad, sirviendo como ejemplo y envolviendo los empleados.
2. El lugar de trabajo continuamente analizado para identificar todo, los peligros y riesgos potenciales.
3. Los métodos para prevenir o controlar los peligros existentes o potenciales se implementan mantendrán en efecto.
4. Los gerentes, supervisores y empleados son entrenados para entender y tratar con los peligros de su lugar de trabajo.

Sin importar el tamaño de su negocio, usted debe utilizar cada uno de estos elementos para prevenir los

accidentes en su lugar de trabajo, lesiones y enfermedades posibles.

Desarrollando un programa de lugar de trabajo que sigue estos cuatro puntos le ayudarán a tomar todas las medidas necesarias para proteger la seguridad y salud de usted y de sus trabajadores. Si ya tiene un programa, el repaso en relación a estos elementos le ayudará a mejorar lo que usted ya tiene.

Si usted lo sigue, este enfoque de los cuatro puntos para la protección de la salud y seguridad dentro de su negocio debe mejorar además su eficiencia. También, le puede ayudar a reducir reclamos al seguro y otros costos. Aunque no garantice el cumplimiento completo con los reglamentos de OSHA, el enfoque le ayudará a obtener eventualmente un cumplimiento total y mayor. Con seguridad le proveyerá una manera de expresar y documentar su buena fé.

Éste enfoque generalmente no requiere grandes costos. Especialmente pequeñas empresas, no requiere la adición de mas empleados y se puede integrar dentro de las otras funciones de su negocio con un esfuerzo modesto de su parte.

El punto clave para que este plan sea un éxito es implementarlo como parte de la operación de su negocio y verlo reflejado durante todo su trabajo. A manera que continúe ejerciéndolo, el programa se hará más fácil. Se incorpora por si mismo y después, sólo tendrá que revisarlo periódicamente para estar seguro de que todo esté funcionando bien.

En la parte 2, damos los títulos cortos para cada uno de los elementos y descripciones e ilustraciones cortas. Porque la mayoría de los dueños, como usted, están muy cortos de tiempo, estas descripciones están resumidas con información para ayudarle en su forma de pensar, adoptar e implementar su propio enfoque.

## 2.

# Programa de Cuatro Puntos para el Lugar de Trabajo

El programa de lugar de trabajo de cuatro puntos descrito aquí está basado en el folleto conocido como Directrices Gerenciales de Salud y Seguridad publicado por OSHA federal el 26 de enero, 1989. Aunque voluntarias, estas directrices representan la política de OSHA en lo que cada lugar de trabajo debe implementar para proteger los trabajadores de peligros ocupacionales. Estas directrices fueron basadas profundamente en las experiencias de OSHA con los Programas Voluntarios de Protección (VPP). Estos programas voluntarios se diseñan para reconocer y promover la administración efectiva de la seguridad y la salud como los mejores medios de asegurar un lugar de trabajo seguro y saludable.

## *Usando el Programa de Cuatro Puntos*

Mientras usted estudia esta sección y las que le siguen, le alentamos a utilizar la forma del plan de acción localizada al final de esta publicación, la cual puede remover o duplicar. Úsela para apuntar las acciones que usted desea tomar para ayudar a hacer su lugar de trabajo más seguro y saludable para sus empleados. Anotando estas ideas, mientras lee esta publicación, le facilitará mucho la elaboración del plan total que usted necesita.

### ***Punto Uno:*** **Compromiso de la Gerencia y la Participación de Empleado**

Como dueño o director de una pequeña empresa, su actitud hacia la seguridad del trabajo y la salud será reflejada por sus empleados. Si usted no toma interés en prevenir las lesiones y enfermedades de sus empleados, es probable que nadie tome interés.

Siempre demuestre su preocupación personal por la seguridad y salud de sus empleados y la prioridad que ellos tienen para usted dentro de su lugar de trabajo. Su política debe ser clara. Solamente usted puede demostrar su importancia a través de sus propias acciones.

Demuéstrele a sus empleados la profundidad de su compromiso envolviéndolos en la planificación e implementación de sus esfuerzos. Si usted seriamente envuelve a sus empleados en la identificación y solución de problemas asociados con la salud y seguridad, ellos por su parte mostrarán sus ideas y energías para ayudar a lograr los objetivos de su programa.

Considere formar un comité de seguridad conjunto entre empleados y la administración. Esto le ayudará a empezar un programa y mantener el interés en el programa una vez este en operación. Los comités pueden servir como vías de comunicación excelente para anunciar información acerca de salud y seguridad. Si hay pocos empleados, considere rotarlos para que todos puedan tomar parte activa en el programa. Los hombres y mujeres que trabajan para usted son los recursos más valiosos que usted tiene. Su salud, seguridad y buena voluntad son esenciales para lograr éxito en su negocio. Alentándolos a que cooperen con usted mientras protegen su salud y seguridad no solamente ayudará a mantenerlos saludables, hará su trabajo más fácil.

Como dueño de una pequeña empresa, usted tiene ventajas fundamentales, tales como contacto directo con sus empleados, un conocimiento específico sobre los problemas de todo su negocio, y usualmente muy poco cambio de personal. Probablemente, usted ha creado una relación personal de lealtad y cooperación que se puede mantener fácilmente. Estas ventajas no sólo aumentan la preocupación por sus empleados sino que también hace más fácil el obtener su ayuda.

Aquí tiene algunas acciones a tomar:

- Ponga su propia política sobre la importancia de la seguridad y salud del trabajador en su tablón de anuncios junto al cartel del Departamento del Trabajo de Carolina del Norte "Notificación a los Empleados" donde todos lo puedan ver.
- Lleve a cabo una reunión para comunicarle a todos los empleados esta política y para discutir sus objetivos en relación con la seguridad y salud para el resto del año. (Estos objetivos resultarán de las decisiones que usted ha tomado acerca de los cambios que necesarios después que terminó de leer esta publicación.)
- Asegúrese que el apoyo de la gerencia es visible tomando una parte activa, personalmente, en las actividades que forman parte de su programa de seguridad y la salud. Por ejemplo, revise personalmente todos los informes de inspección y accidentes para asegurarse de que haya un seguimiento adecuado.
- Asegure que usted, sus gerentes y supervisores siguen todos los requisitos de seguridad que los

empleados tienen que seguir, aunque usted esté en el área brevemente. Por ejemplo, si se exige el uso de un casco, gafas protectoras y/o zapatos de seguridad en un área, póngaselos usted mismo cuando usted esté en esa área.

- Utilice los conocimientos de sus empleados e incéntelos a aceptar el programa por medio de inspecciones, coordinación de entrenamientos de seguridad y/o ayudar investigación de accidentes en donde ellos sean participantes activos.
- Asigne responsabilidades claras para cada parte del programa que usted desarrolle y asegúrese que todos las entienden. El mayor número de personas envueltas, siempre es mejor. Una regla empírica buena será asignar responsabilidades de seguridad y salud de la misma manera que usted asigna responsabilidades de producción. Convierta el operar seguramente en una parte especial del trabajo de todos. De esa forma, según como usted crece y dispersa responsabilidades de producción más extensamente, así mismo usted dispersará responsabilidades de seguridad y salud.
- Dé a éstos con responsabilidad: personal, horas, entrenamiento, dinero y autoridad necesaria para completar el trabajo.
- No se le olvide después de haber asignado las responsabilidades el asegúrese personalmente de que ellos cumplan con el trabajo. Reconozca y recompense a los que lo hacen bien y corrija aquellos que no.
- Tómese tiempo, por lo menos anualmente, para repasar lo que se ha logrado en comparación con lo que eran los objetivos originalmente y decidir si usted necesita establecer nuevos objetivos, o cambios dentro del programa, para situarse donde usted quiera estar.

### ***Punto Dos:***

#### **Análisis del Lugar de Trabajo**

Es su responsabilidad de saber lo que tiene dentro de su sitio laboral que puede causar daño a sus trabajadores. El análisis del lugar de trabajo es un grupo de procesos que le ayudará a saber con mayor seguridad lo que usted necesita para mantener a sus trabajadores seguros. Usted puede necesitar ayuda al empezar con estos procesos. Visite o comuníquese con nuestra oficina de Servicios de Consultoría para obtener esta ayuda. (Vea la contraportada del interior para la dirección y el número de teléfono.) Una vez que usted entienda este grupo de procesos usted o sus empleados serán capaces de implementarlos.

Aquí tiene algunas acciones para tomar:

- Solicite una visita con nuestra oficina de Servicios de Consultoría que cubre tanto la seguridad como la salud para obtener una inspección completa de los peligros que existen en su lugar de trabajo y aquellos que se podrían desarrollar en el futuro. (Usted puede contratar consultores privados expertos también para tales servicios si lo prefiere.)
- Establezca una manera de obtener ayuda experta cuando usted haga cambios, para asegurarse que los cambios no introducen nuevos peligros en su lugar de trabajo. Además, busque una manera de mantenerse al tanto de nuevos peligros reconocidos dentro de su industria.
- Asigne una tarea (tal vez a equipos que incluyan empleados) para analizar cada trabajo cuidadosamente de vez en cuando, concentrando su análisis en cada paso del proceso para ver si existen algunos peligros escondidos dentro del equipo o procedimientos. Algún entrenamiento puede ser necesario al principio.
- Implemente un sistema de verificación para cerciorarse de que sus controles de peligros no han fallado y que peligros nuevos no han aparecido. Esto es hecho generalmente realizando auto-inspecciones rutinarias. Usted puede utilizar las listas de verificación en la parte 4 de este libro como punto de partida. Examine las listas cuidadosamente y agréguele artículos que se adapten mejor a su situación y elimine aquellos que no son aplicativos.
- Proporcione un medio para que sus empleados le dejen saber a usted u otro miembro de su gerencia cuando vean cosas que luzcan peligrosas para ellos y anímelos a que utilicen este medio.
- Aprenda a hacer una investigación completa cuando las cosas fallan y como resultado alguien se enferma o se lesiona. Esto le ayudará a encontrar formas de prevenir una repetición.
- Inicialmente, tome tiempo para repasar las experiencias de lesiones o enfermedades que han ocurrido durante los años previos, para así identificar factores que pueden ayudar a prevenir re-ocurrencias. De allí en adelante, periódicamente revise las experiencias de lesiones o enfermedades que han ocurrido durante los meses previos para determinar si se desarrolla algún patrón nuevo de conducta.



### ***Punto Tres:***

## **Prevención y Control de Peligros**

Una vez que usted conoce sus peligros y el potencial de desarrollo de nuevos peligros, usted está listo para implementar los sistemas que previenen o controlan esos peligros. Su consultor del estado le puede ayudar a hacer esto.

Siempre que sea posible, usted querrá eliminar esos peligros. A veces puede hacerlo sustituyendo el material por uno menos tóxico o por controles de ingeniería que se puedan incorporar. Cuando usted no pueda eliminar los peligros, debe establecer sistemas para controlarlos.

Aquí tiene algunas acciones para tomar:

- Establezca los procedimientos seguros de trabajo, basado en el análisis de los peligros que afectan a sus empleados en sus trabajos (discutido anteriormente), y asegúrese de que los empleados que hacen cada trabajo entienden los procedimientos y los siguen. Esto puede ser más fácil si los empleados han participado en el análisis previo que motivó la implementación de esos procedimientos.
- Esté listo, si necesario, para hacer cumplir las reglas de los procedimientos seguros de trabajo pidiendo ayudar a sus empleados en el establecimiento de un sistema disciplinario que sea justo y entendido por todos.
- Donde sea necesario proporcione equipo (PPE) de protección personal para proteger a sus empleados, y asegúrese de que sus empleados saben por qué ellos lo necesitan, cómo utilizarlo y cómo mantenerlo.
- Proporcione mantenimiento regular al equipo para prevenir averías que pueden crear peligros.
- Planee las posibles emergencias, incluyendo fuegos y desastres naturales, y haga simulacros con frecuencia para que cuando un evento de este tipo suceda, todos sepán que hacer aún bajo condiciones difíciles.
- Solicite la ayuda de su consultor del estado para desarrollar un programa médico que se adapte a su lugar de trabajo y que incluya el uso de facilidades médicas y de emergencia cercanas. Invite al personal médico a visitar la planta antes de que las emergencias ocurran para ayudarlo a planear la mejor manera de evitar lesiones y enfermedades durante situaciones de emergencia.
- Usted debe asegurarse de la disponibilidad inmediata de personal médico para recomendaciones y consulta en asuntos de la salud de empleados. Esto no significa que usted debe proporcionar asistencia

médica. Pero, si los problemas de salud se desarrollan en su lugar de trabajo, usted está obligado a obtener ayuda médica para tratar estos problemas y sus causas.

Para cumplir con los requisitos discutidos previamente, considere lo siguiente:

- Usted debe tener un procedimiento a utilizarse en caso de que ocurra una emergencia médica, para manejar las lesiones, transportación de trabajadores enfermos o lesionados, y notificación de las facilidades médicas con mínima confusión. Publicar los números de emergencia en el cartel de avisos es una buena idea.
- Inspeccione las facilidades médicas cerca de su lugar de trabajo y haga arreglos con ellos para que manejen los casos de rutina y emergencia. Acuerdos cooperativos se podrían establecer con plantas más grandes cercanas que tienen el personal y/o las facilidades médicas en el lugar de trabajo.
- Usted debe tener un procedimiento para reportar lesiones y enfermedades que todos sus empleados entiendan.
- Si su negocio está muy lejos de facilidades médicas, usted debe asegurarse de que una o más personas estén adecuadamente entrenadas y disponibles para rendir primeros auxilios. Equipo de primeros auxilios adecuado debe estar prontamente disponible para su uso en caso de emergencia. Los arreglos para este entrenamiento se pueden hacer con su capítulo local de la Cruz Roja, su portador de seguro, su concilio local de seguridad y otros.
- Usted debe verificar las estaciones de carga de baterías, operaciones de mantenimiento, laboratorios, operaciones de calefacción y ventilación y áreas donde hay material corrosivo para cerciorarse de que usted tiene las facilidades requeridas para lavado de ojos y de cuerpo.
- Considere contratar un médico local o un enfermero profesional especializado en salud ocupacional de medio tiempo o a base de “según utilizado” para aconsejarlo sobre como establecer un plan médico y de primeros auxilios.

### ***Punto Cuatro:***

## **Entrenamiento para Empleados, Supervisores y Gerentes.**

Un programa efectivo de prevención de accidentes requiere el desempeño apropiado del trabajo de todos en el lugar de trabajo.

Cómo dueño o gerente, usted debe asegurarse de que todos los empleados sepan acerca de los materiales y el equipo con el que trabajan, qué peligros conocidos hay en la operación, y cómo usted controlará los peligros.

Cada empleado necesita saber lo siguiente:

- Ningún empleado debe comenzar un trabajo hasta que él o ella hayan recibido instrucciones sobre cómo hacer el trabajo apropiadamente y hayan sido autorizados a realizar ese trabajo.
- Ningún empleado debe comenzar a hacer un trabajo que parece peligroso.

Usted puede combinar el entrenamiento de seguridad y salud ocupacional con otro entrenamiento que usted ofrece, dependiendo de la clase de peligros potenciales y de peligros existentes que usted tiene. Con el entrenamiento, “la prueba está en el pudín”, en otras palabras, el resultado que usted quiere es que todos los empleados estén entrenados y sepan que hacer para mantenerse ellos mismos y sus compañeros de trabajo seguros y sanos.

Aquí están algunas acciones para tomar:

- Solicite que su consultor del estado recomiende entrenamiento para su lugar de trabajo. El consultor puede ofrecer el entrenamiento mientras él o ella están allí.
- Asegúrese de haber entrenado a sus empleados en cada peligro potencial al que ellos podrían estar expuestos y cómo protegerse. Entonces verifique que ellos entienden realmente lo que usted les enseñó.
- Preste atención particular a sus empleados nuevos y aquellos con mayor tiempo de servicio que han sido asignados a nuevos trabajos. Porque están aprendiendo nuevas operaciones, es más probable que se lesionen.
- Asegúrese de entrenar a sus supervisores en el conocimiento de todos los peligros a los que se enfrenta el personal que esta bajo su supervisión y en el refuerzo del entrenamiento con recordatorios rápidos, reentrenamiento y disciplinarios si acciones fuera necesario. Verifique que ellos saben lo que se espera de ellos.
- Cerciórese de que usted y su personal de la alta gerencia entienden todas sus responsabilidades y como ratificar que sus supervisores subordinados con responsables por la de ellos.

## ***Documentando Sus Actividades***

Documente sus actividades en todos los elementos del programa de cuatro puntos del lugar de trabajo. Los expedientes

esenciales, incluyendo esos requeridos legalmente para pago a los trabajadores, las auditorias del seguro e inspecciones del gobierno, se deben mantener mientras existe la necesidad real. Guardando los expedientes de sus actividades, tales como declaraciones de su política, reuniones celebradas en relación a sesiones de entrenamiento de la seguridad y salud para la gerencia y empleados, información distribuida a los empleados, y medidas médicas tomadas, se alienta grandemente. Mantener expedientes esenciales también ayudará a:

1. La demostración de manejo de un negocio sólido como prueba de refuerzo para aplicaciones de crédito, en la muestra de “buena fe” en la reducción de cualquier multa propuestas por inspecciones de OSH, para auditorias del seguro y otras;
2. La revisión eficiente de sus actividades actuales de seguridad y salud para mejor control de sus operaciones y para planear mejoras.

## ***Manteniendo Expedientes de Seguridad y Salud***

Los expedientes de ventas, costos, ganancias y pérdidas son esenciales en todo los negocios exitosos. Permiten al dueño o al gerente aprender por experiencia y hacer las correcciones para operaciones futuras. Los expedientes de accidentes, lesiones relacionadas, enfermedades y de pérdidas de propiedad pueden servir con el mismo propósito, si se utilizan de la misma manera. El único propósito del mantenimiento de expedientes de OSHA es almacenar la información efectiva sobre ciertos accidentes que han sucedido. Cuando se han determinado los hechos, las causas pueden ser identificadas a menudo, y los procedimientos de control se pueden instituir para evitar que ocurrencias similares sucedan en el futuro.

## ***Los Expedientes de Lesiones/ Enfermedades***

Hay requisitos para mantener expedientes sobre las lesiones/enfermedades, tratados en la parte 1904 (registro y divulgación de lesiones y enfermedades ocupacionales), para cubrir las normas de OSHA que requiere un papeleo mínimo. OSHA publicó una regla para mejorar el sistema que los patrones utilizan para rastrear y registrar lesiones y enfermedades del lugar de trabajo.

- La forma 300 (registro del OSHA de lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo) se ha simplificado y se puede imprimir en un papel tamaño legal.
- La forma 301 del OSHA (informe de incidente de lesión y enfermedad) incluye más datos sobre cómo ocurrió la lesión o la enfermedad.

—La forma 300A (resumen del OSHA de lesiones y de enfermedades Trabajo-Relacionadas) proporciona datos adicionales para hacerle más fácil a los dueños el cálculo de las tasas de incidencia).

Mantener estos registros le proporcionará una medida para evaluar el éxito de sus actividades de seguridad y salud ocupacional. El éxito generalmente significa una reducción en el número de lesiones y enfermedades de empleados durante un año fiscal.

Hay cinco pasos importantes requeridos por el sistema del mantenimiento de registros de OSHA:

1. Obtenga un informe sobre cada lesión que requiere tratamiento médico (con excepción de primeros auxilios).
2. Registre cada lesión en la forma OSHA 300 según las instrucciones proporcionadas.
3. Prepare un expediente suplementario de lesiones y enfermedades ocupacionales para los casos registrables en la forma No. 301 del OSHA o en las formas de compensación de los trabajadores proporcionando la misma información.
4. Cada año, prepare el resumen anual (registro del OSHA 300); fíjelo en el cartel de anuncios a más tardar el 1 de febrero y manténgalo fijado hasta el 30 de abril (ref. 1904.32). (Al lado del cartel del Departamento del Trabajo de Carolina del Norte es un buen lugar para fijarlo.)
5. Conserve estos expedientes por lo menos cinco años.

Durante el año, revise periódicamente los expedientes para ver donde están ocurriendo las lesiones. Busque cualquier patrón o situaciones repetidas. Estos expedientes pueden ayudarle a identificar las áreas del alto riesgo que exigen su atención inmediata.

Puesto que los expedientes básicos de OSHA incluyen solamente lesiones y enfermedades, usted puede ser que

considere el ampliar su propio sistema para incluir todos los incidentes, incluyendo éstos donde no hubo ninguna lesión o enfermedad, si usted piensa que tal información le asistiría en la localización de condiciones y/o de procedimientos inseguros. Los Consejos de Seguridad, los portadores de seguro y otros pueden asistirle en la institución de tal sistema.

Archivar un expediente de lesiones y enfermedades tiene sentido y nosotros recomendamos esta práctica a todos los dueños. Sin embargo, no es requisito mantener registros dentro del sistema de mantenimiento de formas de lesión y enfermedad de OSHA si usted emplea 10 o menos empleados.

Sin importar el número de empleados que usted tenga, usted puede ser seleccionado para participar en una encuesta anual. Usted recibirá una carta directamente del Departamento del Trabajo de Carolina del Norte, División de Investigación y Política, con instrucciones, si es seleccionado.

## ***Expedientes de Exposición y Otros***

Los expedientes de lesiones y enfermedades no son los únicos expedientes que usted necesitará mantener. Ciertas normas de OSHA que tratan sobre sustancias tóxicas y exposiciones peligrosas requieren expedientes sobre la exposición de empleados, exámenes físicos, expedientes de empleo, etc.

De manera que usted vaya identificando peligros, usted podrá determinar si estos requisitos se aplican a su situación basándose en caso-por-caso. Lo mencionamos aquí de modo que usted esté enterado de la existencia de estos expedientes y si descubre que necesita mantenerlos, debe utilizarlos con sus procedimientos de control y con sus actividades de auto-inspección. No deben ser considerados simplemente como contabilidad.

### 3.

## Empezando Su Actividad Voluntaria

Usted puede utilizar este plan de acción básico para empezar su programa.

Para evitar la confusión, nosotros necesitamos explicar que este plan de acción no se organiza únicamente en el orden de los cuatro puntos que describimos en la parte 2. Este plan proporciona la ruta más directa para completar su programa de cuatro puntos.

Cuando usted haya completado su plan de acción, su actividad se debe organizar alrededor los cuatro puntos descritos en la parte 2.

### *Decídase a Comenzar Ahora*

La época de comenzar su programa de seguridad y salud es ahora. Usted tiene una imagen mejor de qué constituye un buen programa de seguridad y salud. Ahora usted puede concentrar su atención en las preocupaciones prácticas de poner estos elementos juntos y de implementar un programa que satisfaga las necesidades de su lugar de trabajo.

Probablemente, usted ha estado tomando notas para su plan de acción mientras leía la descripción precedente del programa de cuatro puntos. Usted debe estar listo ahora para decidir exactamente lo que desea lograr y para determinar qué pasos son necesarios para alcanzar sus metas. Entonces usted planeará cómo y cuando cada paso será hecho y quién lo hará.

Su plan debe considerar las necesidades inmediatas de su compañía y proporcionar la protección en curso y a largo plazo al trabajador. Una vez que diseñe su plan, es importante seguir utilizándolo en el lugar de trabajo. Usted entonces tendrá un programa para anticipar, para identificar y para eliminar las condiciones o las prácticas que podrían dar lugar a lesiones y enfermedades.

Si usted tiene dificultad en decidir donde comenzar, una llamada telefónica a la oficina de OSH de Servicios de Consultoría le conseguirá la ayuda que usted necesita. Un consultor del estado examinará su lugar de trabajo para identificar los peligros existentes o potenciales. Entonces, si usted lo solicita, él o ella determinará lo que usted necesita para implementar un programa de seguridad y salud eficaz. El consultor trabajará con usted en el desarrollo de un plan para llevar a cabo estas mejoras y para establecer los procedimientos que aseguren de que su programa permanece eficaz.

Si usted elige trabajar con un consultor o desarrollar su programa usted mismo, hay otras publicaciones similares a ésta que interpretan en mayor detalle los pasos que usted puede tomar para crear un programa eficaz de seguridad y salud para su lugar de trabajo. Las recompensas por sus esfuerzos serán un lugar de trabajo con un alto nivel de eficacia y productividad y un nivel bajo de pérdida y lesión.

### *Asignando Responsabilidad*

Usted debe decidir quién en su compañía es la persona más apropiada para manejar su programa de seguridad y salud. ¿Quién puede asegurar que el programa se convertirá en una parte integral del negocio? En muchos casos será el dueño. Será a veces el director de planta o supervisor clave. Podía incluso ser el ingeniero, el especialista de personal u otro miembro de la oficina de personal.

Usted debe elegir a alguien que esté tan dedicado a la seguridad y salud del lugar de trabajo como usted, alguien que tenga el tiempo para dedicarse a desarrollar y a manejar el programa, y que esté dispuesto a asumir la responsabilidad y el compromiso que va con el funcionamiento de un programa eficaz. El éxito del programa depende del éxito del individuo que usted elija, y él o ella no puede tener éxito sin su total cooperación y ayuda. Recuerde que incluso cuando usted elige a alguien como su gerente de seguridad y delega la autoridad para manejar el programa, la última responsabilidad de la seguridad y salud en su lugar de trabajo se queda con usted.

Una vez que usted haya tomado su decisión en cuanto a la selección de un gerente de seguridad y salud, usted o su gerente o cualquier otra persona que usted elija necesitará tomar (o estar seguro de que usted ha tomado ya) las acciones siguientes.

### *Consiga Ayuda con los Detalles*

Primero, usted necesita ponerse al día con todos los cambios realizados desde que el Acta de OSH llegó a ser ley en Diciembre de 1970. Por ejemplo, la ley federal contiene las provisiones para permitir que un estado desarrolle y funcione su propio programa de seguridad y salud ocupacional en lugar del programa federal. Carolina del Norte tiene este tipo de plan estatal de seguridad y salud ocupacional aprobado. El Departamento del Trabajo de Carolina del Norte, División de Seguridad y Salud Ocupacional, se encarga de administrar el plan del estado.

Segundo, usted necesitará ciertas publicaciones de OSHA para el uso en sus actividades de seguridad y salud:

1. Cartel del lugar de trabajo de OSHA (comúnmente llamado “aviso a los empleados”—usted debe tener el cartel de OSHA del estado visible o fijado en su lugar de trabajo.
2. Las normas que se aplican a sus operaciones—usted necesita estas normas como material de referencia en su negocio. Éstas son las aplicaciones de las regulaciones que OSHA utiliza al inspeccionarle para determinar cumplimiento con el acta. Estas normas son la base para sus propias inspecciones y son útiles en la determinación de qué cambios específicos necesitan ser realizados cuando se identifican los peligros. La mayoría de los negocios están cubiertos bajo las *Normas Ocupacionales de la Seguridad y Salud de Carolina del Norte para la Industria General*, pero si usted está implicado con la construcción o las operaciones marítimas, usted necesitará las normas que se aplican a estas clasificaciones.
3. Requisitos del mantenimiento de expedientes y las formas necesarias. (Usted necesita éstos si tiene 11 o más empleados.) Estas formas no son muy diferentes a otras formas de información que usted ha estado guardando para la compensación de los trabajadores y otros expedientes.
4. Acta Ocupacional de Seguridad y Salud de Carolina del Norte—usted puede obtener una copia para su propia información y referencia en el futuro. (Véase la contraportada al final de esta publicación para información sobre como ordenar estas publicaciones.)

## ***Limpie Su Lugar de Trabajo***

La falta de limpieza es un contribuyente importante la moral baja y al trabajo descuidado en general, aunque no sea generalmente la causa de accidentes importantes. La mayoría de los programas de acción de seguridad comienzan con una campaña intensiva de limpieza en todas las áreas de un lugar de trabajo.

Deshágase de basura que ha reunido; asegúrese de proporcionar envases apropiados; verifique que los materiales inflamables estén almacenados correctamente; cerciórese de que las salidas no estén bloqueadas; en caso de necesidad, marque pasillos y corredores; proporcione la iluminación adecuada, etc.

Implique a todo el personal y enfatice sobre ellos exactamente lo que usted desea hacer para convertir su lugar

de trabajo en un sitio más seguro, más saludable y más eficiente.

## ***Empiece a Recolectar Datos Específicos sobre su Situación***

Antes de que usted realice cualquier cambio en sus operaciones de seguridad y salud, recopile tanta información como sea posible sobre las condiciones actuales en su lugar de trabajo y sobre las prácticas de negocio que son ya parte de su programa de seguridad y salud. Esta información puede ayudarle a identificar problemas del lugar de trabajo y a considerar qué se necesita para solucionarlos.

La evaluación de su lugar de trabajo debe ser realizada por la persona responsable del programa de seguridad y salud y/o de un consultor profesional de seguridad y salud. Consiste de dos actividades importantes.

La primera actividad es una inspección completa de seguridad y salud de su local, diseñada para identificar cualquier peligro existente o potencial. Esta inspección inicial debe centrarse en condiciones de evaluación del lugar de trabajo con respecto a regulaciones de seguridad y salud y a prácticas seguras y saludables del trabajo generalmente reconocidas. Debe incluir la verificación del uso de cualquier material peligroso, la observación de hábitos y prácticas de trabajo del empleado, y discutir problemas de seguridad y salud con los empleados. Vea la parte 4, “Listas de Comprobación de Auto-Inspección” para ayudarle con un buen comienzo en la creación de su inspección inicial.

La segunda actividad principal es una evaluación de su programa existente de seguridad y salud para identificar las áreas que pueden trabajar bien y aquellas que necesitan mejorar. Usted deberá recopilar tanta información como sea posible relacionada con el manejo de seguridad y salud de su lugar de trabajo e lo siguiente en esta revisión:

- **Actividades de Salud y Seguridad**—Examine las actividades en curso actual así como aquellas intentadas previamente, las declaraciones de política de la compañía, reglamentos (de trabajo y seguridad), las pautas apropiadas para las prácticas de trabajo y los procedimientos y registros de los programas de entrenamiento.
- **Equipo**—Haga una lista de su equipo mas importante, operaciones principales y las ubicación de cada uno de ellos. Preste atención especial al horario de inspección, actividades de mantenimiento, y a la distribución de espacio de la planta y oficinas.
- **Capacidades de los Empleados**—Haga una lista alfabética de todos los empleados, mostrando la

fecha que fueron empleados, sus funciones, y la experiencia y entrenamiento han tenido. Preste atención especial a los nuevos empleados y aquellos con incapacidades.

- **Historia de Accidentes y Lesiones/Enfermedades**—Échele una ojeada a sus botiquines de primeros auxilios, pagos del seguro por compensación de trabajadores, y concesiones por compensación de trabajadores, si las hay. Revise sus pérdidas y determine cómo su tasa de seguro se compara con otros en su grupo. Preste atención especial a los accidentes que se repiten, a los tipos de lesiones, etc.

Con los datos que usted haya reunido, observe rápidamente si algunas áreas problemáticas importantes pueden ser identificadas. Usted estará buscando cosas tales como interrupciones en sus operaciones normales, empleados que toman demasiado tiempo libre, productos dañados, etcétera. Ayuda en general la identificación de esta clase de problema puede ser obtenida de los portadores de compensación, consejos locales de seguridad, agencias del estado, sus surtidores más importantes o incluso de un competidor.

Si hay un problema importante, vea qué se puede hacer para solucionarlo. Una vez que un problema se identifica, usted puede trabajar en la acción correctiva o un plan para controlar el problema. Tome acción inmediata y haga un registro de las actividades hechas. No se obsesione solo en la búsqueda de áreas problemáticas grandes durante esta etapa exploratoria. Recuerde que no solo una situación peligrosa causa todos sus problemas de seguridad y salud. Por tanto, no es probable que una acción por sí sola pueda mejorar significativamente su programa de seguridad y de la salud.

Aun cuando usted no ha encontrado ningún problema importante hasta ahora, continúe. Este es el momento perfecto para desarrollar un programa comprensivo de seguridad y salud que cumpla con sus necesidades y las de sus empleados. Esto hará más difícil que problemas importantes aparezcan en el futuro.

## ***Estableciendo Su Programa Laboral de Cuatro Puntos***

El éxito de cualquier programa de seguridad y salud en el lugar de trabajo depende de la planificación cuidadosa. Esto significa que usted ha tomado tiempo para pensar en lo que desea lograr y tiene una idea general de lo que necesitará para lograr sus metas. Basado en esto, usted puede diseñar un proceso paso a paso que lo llevará desde la etapa de planificación hasta tener una operación completamente eficaz.

La manera más en marcha efectiva posible de crear el lugar de trabajo más seguro para usted y sus empleados es instituir el programa de cuatro puntos discutido en la parte 2 de este manual. Utilice los consejos presentados en la parte 2 para ayudarlo a desarrollar su programa.

Establezca su compromiso gerencial e implique a sus empleados. Ningún programa de seguridad y salud trabajará, especialmente a largo plazo, sin su compromiso y participación. Usted debe haber tomado ya la primera medida señalando a la persona que será responsable de su programa.

Esté seguro que sus empleados, desde el principio, están implicados tan extensamente en el programa como sea posible. Ellos son las personas que están más en contacto con los peligros potenciales y reales de seguridad y salud en su lugar de trabajo. Ellos pueden brindar consejos constructivos en el desarrollo de su programa de seguridad y salud. El éxito definitivo del programa dependerá de su ayuda, la cual ofrecerán más fácilmente si es un programa creado con su participación.

Cerciórese de que su programa asigne responsabilidades y compromisos a todos los empleados de su organización. Un buen programa de seguridad y salud pone en claro que cada uno de sus empleado, desde los niveles de supervisión hasta la línea de trabajo, tiene una parte responsable dentro del programa. Usted les hará saber claramente sus deberes de seguridad y salud, y cada uno de ellos será responsable de llevar a cabo dichos deberes.

Use como referencia las recomendaciones de la página 4 en la parte 2, estas le ayudarán a comenzar su programa correctamente. Usted estará construyendo la base de un programa exitoso de seguridad y salud.

Establezca y conduzca regularmente su análisis del lugar de trabajo. Usted no puede tener un programa exitoso de seguridad y salud si no ha identificado todos los peligros y riesgos potenciales presentes en su lugar de trabajo. Éste es un proceso en curso que incluye auto-inspecciones rutinarias si usted sabe dónde existen los peligros probables y si están o no bajo control.

Cree los sistemas y los procedimientos necesarios para prevenir y para controlar los peligros que se han identificado con su análisis del lugar de trabajo. Estos procedimientos de control serán sus medios básicos para prevenir accidentes. Las normas de OSHA que se han promulgado le pueden servir de gran ayuda a usted puesto que establecen los controles de dirección para alcanzar eficacia y preferencia. Donde no existe una norma, recursos creativos de solucionar problemas y recursos de consultoría deben ayudarlo a crear controles eficaces. La fórmula básica que OSHA sigue es la siguiente (en orden de preferencia):

1. Eliminando el peligro de la máquina, del método, del material o de la estructura de la planta.
2. Disminuyendo el peligro limitando la exposición o controlando su fuente.
3. Entrenando al personal para que estén enterados sobre peligros y sigan procedimientos seguros de trabajo para evitarlos.
4. Proveyendo equipo de protección personal para proteger a empleados contra peligros.

Asegúrese de establecer y proporcionar el entrenamiento continuo a empleados, supervisores y gerentes. Esto asegurará que cada empleado en su lugar de trabajo sepa sobre los peligros que existen y cómo controlarlos.

Cada uno de estos puntos es crucial si usted desea establecer un lugar de trabajo seguro y saludable para usted y sus empleados. También trabajan en conjunto para reforzarse, de tal modo que hacen más difícil el que ocurran accidentes y que problemas de salud relacionados con el trabajo se desarrollen.

## ***Desarrollando e Implementando Su Plan de Acción***

Desarrolle un plan de acción para ayudarlo a construir su programa de seguridad y salud alrededor de los cuatro puntos discutidos anteriormente. Este puede servir como mapa de camino para llevar su programa de donde ahora está a donde usted quisiera que estuviera. El plan de acción expresa lo que usted tiene que hacer, la orden lógica en la cual debe hacerse, quien es responsable, y quizás lo más importante, donde usted desea estar cuando termine. Es una descripción específica de los problemas y de las soluciones, pero no es inamovible (puede y debe ser cambiado para corresponder con los cambios en el lugar de trabajo). Un buen plan de acción tiene dos porciones:

1. Una lista total de los cambios o las mejoras que son necesarias para hacer su programa de seguridad y salud eficaz. Asigne a cada artículo una prioridad y una fecha para la conclusión e identifique la persona que supervisará o dirigirá cada acción.
2. Un plan específico sobre cómo implementar cada cambio o mejora importante. En esta parte usted describirá lo que desea lograr, los pasos requeridos, quien será asignado para hacer qué, y cuando usted planea terminar. Esta parte del plan de acción le ayudará a no perder de vista las mejoras del programa de modo que los detalles no se deslicen a través de las grietas. Cuando varias mejoras se están llevando a cabo si simultáneamente, es fácil pasar por

alto algo que puede ser un requisito previo importante para su próxima acción.

Una hoja de trabajo que puede ayudarlo a diseñar su plan de acción y a describir pasos de acción específicas se encuentra al final de esta publicación.

Una vez que se haya establecido el plan, usted debe comenzar a ponerlo en acción. Esto comienza con el artículo que se le ha asignado la prioridad más alta. Compruebe y cerciorarse de que sea realista y manejable, luego enfátice se en los pasos que usted ha escrito para ese artículo. Esta descripción detallada de los pasos requeridos le ayudará a no perder de vista el desarrollo que está ocurriendo. Tenga presente que usted puede, por supuesto, trabajar en más de un artículo a la vez y que las prioridades pueden cambiar a manera que se identifican otras necesidades o los recursos de sus compañía vayan cambiando.

La comunicación abierta con sus empleados es crucial para el éxito de sus esfuerzos. Su cooperación depende del entendimiento que tengan acerca del programa de seguridad y salud, su importancia con relación hacia y el efecto que tiene en su trabajo. Cuanto más los envuelva en los cambios que usted está realizando, más fácil será su transición.

Poniendo su plan de acción en operación en su lugar de trabajo, usted habrá tomado un gran paso hacia un programa eficaz de seguridad y salud. Recuerde, un programa de seguridad y salud es un plan puesto en práctica. Usted puede mantener su programa en control comprobando su progreso e periódicamente invitando a un consultor del estado o a un consultor privado cuando usted necesite ayuda. Cualquier buen sistema de gerencia requiere una revisión periódica para cerciorarse de que el sistema esté funcionando según lo previsto. Cada cierto tiempo (cada tres meses, semestral, o anualmente), usted debe echar una ojeada cuidadosa a cada componente crítico en su programa de seguridad y salud para determinar lo que está trabajando bien y los cambios necesarios. Su consultor puede asistirle en esta área también. Cuando usted identifica mejoras que deben ser llevadas a cabo, usted tiene la base de los nuevos objetivos de seguridad y salud para el año entrante. Desarrollando nuevos planes de acción para esas mejoras le ayudará a continuar progresando hacia un programa eficaz de seguridad y salud. Estos cambios, reducirá sus riesgos de seguridad y salud y aumentará la eficiencia y los beneficios.

Recuerde, que es también importante documentar sus actividades. La única manera que usted puede evaluar el éxito de su programa de seguridad y salud es teniendo la documentación disponible para saber lo que ha hecho,

determinar como ha trabajado, y para proveer dirección en cómo usted puede hacer que todo trabaje mejor.

Asistencia técnica puede estar disponible para usted como dueño o gerente de una pequeña empresa a través de su portador de seguro, su socio del negocio, surtidores de su equipo y materia prima, consejo local de seguridad, agencias del estado y las agencias federales, incluyendo la división de Seguridad y Salud Ocupacional de Servicios de Consultoría. Usted puede incluso encontrar ayuda en las páginas amarillas de su guía de teléfonos, que le darán los nombres de muchas compañías que se especialicen en artículos y servicios referentes a la seguridad y salud ocupacional y a la prevención contra los incendios.

Establecer un programa de seguridad y salud de calidad en su lugar de trabajo tomará tiempo e implicará algunos recursos. Sin embargo, usted quedará sorprendido gratamente con los resultados. Usted tendrá empleados más felices porque sabrán que usted está preocupado por su seguridad y salud en el trabajo. Usted ahorrará probablemente dinero en costos del seguro por compensación de los trabajadores y la productividad aumentará. Usted encontrará un respeto creciente en su comunidad. Las recompensas que usted reciba excederán seguramente el costo de su inversión en la protección de la seguridad y salud de sus empleados.



## 4.

# Auto-Inspección

La manera más extensamente aceptada de identificar peligros es conducir inspecciones de seguridad y salud. La única manera que usted puede estar seguro de la situación real es que la revise de tiempo en tiempo.

## *Haga una Auto-Inspección de Su Lugar de Trabajo*

Implemente un programa de auto-inspección en su propio lugar de trabajo. La auto-inspección es importante si usted quiere saber dónde existen los peligros probables y si están bajo control. Más adelante en esta parte, usted encontrará listas de comprobación diseñadas para asistirle. Estas le darán cierta indicación de donde usted debe comenzar las acciones para hacer su negocio más seguro y saludable para todos sus empleados.

Estas listas de comprobación no son de ninguna manera comprensivas. Usted puede desear agregar a ellas o suprimir porciones que no aplican a su negocio. Considere cuidadosamente cada artículo cuando lo encuentre y después tome su decisión.

No pierda el tiempo con los artículos que no tienen obviamente ningún uso a su negocio. Cerciórese de que cada artículo ha sido revisado por usted o su persona de confianza, y no deje nada a la memoria o a la ocasión. Anote lo que ve o no ve, y lo que piensa sobre la acción que debe tomar en relación a eso. Cuando usted ha terminado las listas de comprobación, agregue este material a su información de lesión, a su información del empleado y a su información del proceso y equipo. Usted ahora poseerá mucha información que le ayudará a determinar si existen problemas. Si usted utiliza las normas de OSHA en su proceso de resolver problemas, será mucho más fácil determinar la acción necesaria para solucionar estos problemas.

Una vez que se hayan identificado los peligros, usted puede instituir los procedimientos de control descritos en la parte 3 y establecer su programa de seguridad y salud de cuatro puntos. Asistencia técnica en la auto-inspección puede estar disponible para usted como dueño o gerente a través de su portador de seguro, el consejo local de seguridad, agencias del estado y las agencias federales, incluyendo la división de Seguridad y Salud Ocupacional de Servicios de Consultoría.

## *Alcance de la Auto-Inspección*

El alcance de sus auto-inspecciones debe incluir lo siguiente:

- **El Proceso, Recibo, Envío y Planificación del Trabajo de Almacenamiento**—equipo, disposición, altura, cargas de piso, proyección de material, manejo de material y los métodos de almacenamiento.
- **Condición del Edificio y de la Área**—pisos, techos, salidas, escalera, senderos, rampas, plataformas, caminos de entrada y los pasillos.
- **Programa de Limpieza**—disposición final de residuos, herramientas, instrumentos, objetos, material, escape y derrame, métodos de limpieza, horarios, áreas de trabajo, áreas remotas y almacenamiento.
- **Electricidad**—equipo, interruptor, breaker eléctrico, fusible, caja de interruptor, ensambladura, accesorio especial, circuito, aislamiento, extensión, herramienta, motor, puesta a tierra y cumplimiento con el NEC (Código Nacional de Electricidad).
- **Iluminación**—tipo, controles, condiciones, difusión, ubicación, y el control del fulgor y de la sombra.
- **Calefacción y Ventilación**—tipo, electividad temperatura, humedad, los controles, ventilación natural y artificial y evacuación de gases.
- **Maquinaria**—los puntos de operación, ruedas volantes, engranajes, ejes, poleas, operación por llave, correas, acopladores, piñones, cadenas, bastidores, controles, iluminación para las herramientas y el equipo, frenos, sistema de escape, combustible, engrase, ajuste, mantenimiento, sistema de trabajo con candado, el poner a tierra, espacio de trabajo, localización, y comprar las normas.
- **Personal**—entrenamiento, experiencia, métodos de comprobar las máquinas antes del uso, tipo de ropa, equipo de protección personal, uso de protectores guardas, almacenaje de las herramientas, prácticas de trabajo, y métodos de limpieza, engrase o ajuste a mano de la maquinaria.
- **Herramientas Manuales y Eléctricas**—compra de las regulaciones, la inspección, el almacenamiento, la reparación, los tipos mantenimiento, conocimiento a tierra, el uso y su manejo correcto.

- **Sustancias Químicas**—almacenamiento, transporte, derrame, disposición, cantidades utilizadas, toxicidad u otros efectos perjudiciales, señales de alerta, supervisión, entrenamiento, la ropa y el equipo de protección personal.
- **Prevención de Incendios**—extinguidores, alarmas, regaderas, reglas en cuanto a fumar, salidas de emergencia, personal asignado, la separación de material inflamables y operaciones peligrosas, instalaciones fijas a prueba de explosión en ubicaciones peligrosas, y la eliminación de desechos.
- **Mantenimiento**—regularidad, electividad, entrenamiento del personal, material y equipo usado, expedientes mantenidos, método de colocación de candado/etiqueta para trabar la maquinaria y métodos generales.
- **Equipo de Protección Personal**—tipo, tamaño, mantenimiento, reparación, almacenaje, asignación de la responsabilidad, compra de libros sobre métodos de uso, normas observadas, entrenamiento en cuidado y uso, reglas del uso, y método de asignación.

# Listas de Auto Comprobación

Estas listas de comprobación no son de ninguna manera inclusivas. Usted debe agregar a ellas o suprimir las porciones o los artículos que no se aplican a sus operaciones; sin embargo, considere cuidadosamente cada artículo según lo encuentra y después tome su decisión. Usted también necesitará referirse a las normas de OSHA en relación a normas completas y específicas que pueden aplicarse a su situación de trabajo.

## Información que el dueño debe publicar

- ¿Se exhibe el cartel requerido del lugar de trabajo de OSHA en una localización prominente donde es probable que todos los empleados lo vean?
- ¿Están fijados los números de teléfono de emergencia donde pueden ser encontrados fácilmente en caso de que de emergencia?
- ¿Donde los empleados puede ser expuesto a cualquiera substancia tóxica o agente físico dañino se ha fijado o de otra manera puesto a disposición a los empleados afectados información apropiada para obtener acceso de registros de exposición y médicos así como hojas de datos de seguridad (SDS)?
- ¿Se fijan los rótulos que se refieren a “salir de edificios,” las capacidades del sitio, carga sobre el suelo, los peligros biológicos, las exposiciones a la radiografía, microonda u otra radiación o sustancias dañinas cuando sea apropiado?
- ¿Están publicado el resumen de lesiones y de enfermedades ocupacionales en el mes de febrero?

## Mantenimiento de Registros

- ¿Están todas las lesiones y las enfermedades ocupacionales, excepto las lesiones de menor importancia que solamente requiere primeros auxilios, registradas según lo requerido en el registro del OSHA 300?
- ¿Están los expedientes médicos del empleado y los expedientes de la exposición del empleado a las sustancias peligrosas o a los agentes físicos dañinos actualizados y en conformidad con las normas actuales de OSHA?
- ¿Están los expedientes de entrenamiento de empleados guardados y accesibles para la revisión por los empleados o cuando es requerido por las normas de OSHA?
- ¿Se han tomado las medidas para mantener los expedientes requeridos, por el período legal, para cada tipo específico de expediente? (Algunos expedientes se deben mantener por lo menos 40 años.)

- ¿Están actualizados los permisos y los expedientes de funcionamiento para elevadores, tanques de presión de aire, depósitos de gasolina o petróleo, etc.?

## Programa de Seguridad y de la Salud

- ¿Tiene usted un programa activo de seguridad y de la salud que se ocupa de los elementos generales del programa de seguridad y de salud así como el manejo de los peligros específicos en a su lugar de trabajo?
- ¿Existe una persona claramente responsable de las actividades totales del programa de seguridad y de salud?
- ¿Tiene usted un comité o un grupo de seguridad compuesto de representantes de la gerencia y de empleados que su reúne regularmente y reporta por escrito sus actividades?
- ¿Tiene usted un procedimiento en funcionamiento para manejar quejas internas del empleado con respecto a seguridad y salud?
- ¿Está usted manteniendo a sus empleados informados del esfuerzo y de las investigaciones que usted y/o su comité de seguridad han hecho para asegurarse que ellos tendrán un lugar de trabajo que es seguro y saludable?

## Servicios Médicos y Primeros Auxilios

- ¿Hay un hospital, clínica o enfermería para la asistencia médica en proximidad de su lugar de trabajo?
- Si las instalaciones de los primeros auxilios médicos no están en proximidad de su lugar de trabajo, ¿Existe por lo menos un empleado en cada turno de trabajo calificado para rendir primeros auxilios?
- Tienen todos los empleados que se espera que responda a las emergencias médicas como parte de su trabajo\*: (1) ¿entrenamiento en primeros auxilios?; (2) ¿la vacuna de hepatitis B a su disposición? (3) ¿el entrenamiento apropiado en los procedimientos para protegerse contra patógenos de sangre (incluyendo precauciones universales); y (4) accesibilidad y entrenamiento en uso apropiado de equipos de protección personal contra la exposición a los enfermedades de patógenos de la sangre?

\*En Carolina del Norte, no es obligación ofrecerle la vacuna de hepatitis B de la pre-exposición a trabajadores estacionales o temporales (migrantes) que se emplean por seis meses o menos quienes rinden primeros auxilios como deber colateral si el dueño pone los requisitos siguientes en su plan de control de la

- ¿Se encuentra el personal médico disponible para dar consejos y responder consultas en relación a la salud de los trabajadores?
- ¿Están publicados los números de teléfono de emergencia?
- ¿Están los botiquines de primeros auxilios fácilmente accesibles en cada área de trabajo, con las materiales necesarios, inspeccionados periódicamente y reabastecidos cuando se requiera?
- ¿Han sido aprobadas por un médico los materiales de los botiquines de primeros auxilios, indicando que son adecuados para un área u operación particular?
- ¿Se proporcionan medios para mojar o limpiar rápidamente con un chorro de agua los ojos y el cuerpo en áreas donde se manejan líquidos o materiales corrosivos?

### **Protección contra Incendios**

---

- ¿Se encuentra su departamento local de bomberos familiarizado con sus instalaciones, localización y los peligros específicos?
- Si usted tiene un sistema la alarma de incendio, ¿Esta certificado según lo requerido?
- Si usted tiene un sistema la alarma de incendio, ¿se realizan pruebas por lo menos anualmente?
- Si usted tiene tuberías y válvulas interiores de soporte, ¿se examinan regularmente?
- Si usted tiene hidrantes para extinguir fuego que son privadas y exteriores, ¿son estos drenados por lo menos una vez al año y en un horario de mantenimiento preventivo de rutina?
- ¿Están las puertas cortafuego y las persianas en buenas condiciones de funcionamiento?

exposición y los ponen en ejecución: (1) el dueño debe registrar todos los incidentes de primeros auxilios que implican la presencia de sangre o de otros materiales potencialmente infecciosos antes del final del turno de trabajo durante la cual el incidente de los primeros auxilios ocurrió; (2) el dueño debe cumplir con los requisitos de post-exposición de evaluación, profilaxis y carta de advertencia con respecto a “incidentes de la exposición,” según lo definido por la norma; (3) el dueño debe entrenar a abastecedores asignados a ofrecer primeros auxilios sobre el procedimiento de divulgación; (4) el dueño debe ofrecerles iniciar la serie de vacunación de hepatitis B en un plazo de 24 horas a todos los abastecedores sin vacunar que han rendido ayuda en cualquier situación que implicara la presencia de sangre o de otros materiales potencialmente infecciosos.

- ¿Están las puertas cortafuego y las persianas sin obstáculo y protegidos contra obstrucciones, incluyendo sus contrapesos?
- ¿Están los fusibles de acoplamiento de la puerta cortafuego y persiana en su lugar?
- ¿Están revisadas semanalmente o periódicamente las válvulas de control automáticas de agua del sistema de regadera, aire y presión del agua y como se requerido?
- ¿Se asigna el mantenimiento de los sistemas de regadera automáticos a empleados responsables o a un contratista?
- ¿Están protegidas las cabezas de regadera por protectores de metal, cuando están expuestas a daño físico?
- ¿Se mantiene la separación apropiada debajo de las cabezas de regadera?
- ¿Se proporcionan adecuadamente extinguidores portátiles en cantidad y tipo?
- ¿Se montan los extinguidores portátiles en localizaciones fácilmente accesibles?
- ¿Son recargados los extinguidores portátiles regularmente y se anota en la etiqueta de inspección?
- ¿Se entrenan a los empleados periódicamente en el uso de extinguidores portátiles y en procedimientos de la protección contra incendios?

### **Equipo y Ropa Personal Protector**

---

#### **Equipo Personal Protector 1910.132(b)**

- ¿Se proporcionan y se usan los anteojos o los protectores de la cara donde hay cualquier peligro de partículas que vuelen o de materiales corrosivos?
- ¿Se requieren las gafas de seguridad aprobadas para ser usadas siempre en áreas donde hay un riesgo de lesiones del ojo tales como pinchazos, abrasiones, contusiones o quemaduras?
- ¿Se requiere a los empleados que necesitan lentes correctivos (cristales o de contactos) en el ambiente de trabajo que tienen exposiciones dañinas, de usar solamente espejuelos de seguridad aprobadas o anteojos protectores o el usar otros procedimientos preventivos médicamente aprobados?
- ¿Son provisto guantes protectores, delantales, protectores u otros medios y requeridos donde los empleados podrían cortarse o donde hay exposición razonablemente anticipada a líquidos corrosivos, productos químicos, sangre u otros materiales potencialmente infecciosos? (Véase 29 CFR

1910.1030(b) para la definición de “otros materiales potencialmente infecciosos.”)

- ¿Se proporcionan y se usan los cascos donde existe el peligro de caídas de objetos?
- ¿Se inspeccionan los cascos periódicamente para detectar el daño al sistema de cáscara y de suspensión?
- ¿Se requiere la protección apropiada del pie en donde hay el riesgo de lesiones del pie por sustancias calientes, corrosivas, venenosas, de objetos que caen, de machucamiento o de acciones penetrantes?
- ¿Se proporcionan los respiradores aprobados para el uso regular o de emergencia donde son necesarios?
- ¿Se mantienen los equipos de protección personal en condiciones sanitarias y de manera operacional?
- ¿Tiene usted instalaciones de lavado del ojo y ducha dentro del área de trabajo donde se exponen los empleados a materiales corrosivos perjudiciales?
- ¿Dónde el equipo especial es necesario para los trabajadores electricistas, se encuentra este disponible?
- En donde el consumo de alimentos o bebidas es permitido, ¿se encuentran estas áreas libres de la exposición de la material tóxico, sangre u otros materiales potencialmente infecciosos?
- ¿Se proporciona protección contra los efectos a la exposición del ruido ocupacional cuando los niveles de ruido exceden los de la norma de OSHA?
- ¿Hay procedimientos adecuados de trabajo, ropa protectora, y equipo proporcionado y utilizado cuando se limpian materiales derramados y líquidos tóxicos o de otra manera peligrosos?
- ¿Hay procedimientos apropiados establecidos para disponer o descontaminar el equipo de protección personal contaminado, o razonablemente anticipado a ser contaminado con sangre u otros materiales potencialmente infecciosos?

### **Ambiente General del Trabajo**

---

- ¿Están todos los sitios de trabajo limpios, sanitarios y ordenados?
- ¿Se mantienen las superficies de trabajo secas o se toman medios apropiados para asegurar que las superficies son resistentes a deslizamiento?
- ¿Se limpian inmediatamente y según procedimientos apropiados materiales o líquidos peligrosos son derramados, incluyendo sangre y otros materiales potencialmente infecciosos?

- ¿Se almacena con seguridad el desecho combustible, ruina y basura, y se remueve de sitios de trabajo puntualmente?
- ¿Está toda la basura regulada, según lo definido con norma de los patógenos de sangre de OSHA (29 CFR 1910.1030) y desechado según regulaciones federales, estatales y locales?
- ¿Se limpian rutinariamente las acumulaciones de polvo combustible de las superficies elevadas incluyen de la estructura superior de edificios, etc.?
- ¿Se limpia el polvo combustible con un sistema al vacío para prevenir que el polvo entre en suspensión?
- ¿Se previene el polvo metálico o conductor de entrar o acumularse en o alrededor de recintos eléctricos o del equipo?
- ¿Se utilizan latas con cubiertas de metal para almacenar la basura aceitosa y empapada de pintura?
- ¿Están equipados todos los dispositivos de aceite y gas inflamable con controles a prueba de falla que previenen el flujo del combustible si los pilotos u hornillas principales no están funcionando?
- ¿Se limpian regularmente las cabinas de aerosol de pintura, tanques de inmersión, etc.?
- ¿Se proporciona el número mínimo de instalaciones de servicio sanitario y de lavado?
- ¿Están limpios y en condiciones sanitarios todos los servicios sanitarios e instalaciones de lavado?
- ¿Están iluminadas adecuadamente todas las áreas de trabajo?
- ¿Están cubiertos los hoyos y las aberturas del piso o protegidas con barandas?

### **Pasillos**

---

- ¿Están libre de obstrucciones los pasillos y los corredores?
- ¿Están marcados los pasillos y las calzadas correctamente?
- ¿Se cubren las superficies mojadas con materiales antideslizantes?
- ¿Están reparados correctamente, cubiertos o de otra manera protegidos de manera segura los agujeros en el piso, la acera u otras superficies de caminar?
- ¿Existen áreas despejadas para caminar en los pasillos donde equipo motorizado o de manejo de materiales está funcionando?

- ¿Se almacenan los materiales o el equipo de una manera tal que las proyecciones cortantes no interfieran con los pasillos?
- ¿Se limpian los materiales derramados inmediatamente?
- ¿Se encuentran los cambios de dirección o de elevación fácilmente identificables?
- Se encuentran los posillos a calzadas, ubicadas cerca a maquinarias en movimiento o en operación, operaciones de soldadura u operaciones similares, acondicionadas de manera que los empleados no estén expuestos a peligros potenciales?
- ¿Se proporciona la altura libre constante debajo de un techo adecuado en los pasillos o calzada?
- ¿Se proporcionan barandales en donde las superficies del pasillo o de la calzada se elevan más de 30 pulgadas sobre cualquier piso adyacente o la tierra?
- ¿Se proporcionan puentes sobre fajas transportaderas y peligros similares?

### **Pisos y Aperturas en Paredes**

- ¿Están protegidas las aberturas del piso por una cubierta, barandal o un equivalente en todos los lados (excepto en la entrada a las escaleras)?
- ¿Están instalados los rodapiés alrededor de los bordes de las aberturas permanentes del piso (donde la gente puede pasar debajo de la abertura)?
- ¿Son las rejillas de los tragaluces de tal construcción y montaje que puedan soportar una carga mínima de 200 libras?
- ¿Es el cristal en las ventanas, puertas, paredes de cristal, etc., que están sujetos a impacto humano, de suficientes grueso y tipo para la condición del uso?
- ¿Están hechas las rejillas o tapaderas de drenaje con un diseño que no afecte el tráfico peatonal o de equipo rodante?
- ¿Están las porciones de las fosas de servicio y fosas generalmente no en uso cubiertas o protegidas por barandales o equivalente?
- ¿Están las cubiertas de entrada de los pozos, las cubiertas de las fosas y cubiertas similares, además de mínimo de 20.000 libras sus soportes, diseñadas para resistir el peso de un camión de carga eje trasero cuando están localizadas en caminos y expuestas al tráfico vehicular?
- ¿Se proporciona en estructuras a prueba de fuego que tengan aberturas en el piso o pared, puertas o

cubiertas que tengan el mismo grado de protección contra el fuego de dicha estructura y con una característica de cierre-propio cuando sea necesario?

### **Escaleras**

- ¿Están provistas las escaleras que tienen cuatro o más escalones con pasamanos o con sistemas de barandas comunes?
- ¿Tienen todas las escaleras por lo menos 22 pulgadas de ancho?
- ¿Tienen las escaleras plataformas de aterrizaje de no menos de 30 pulgadas en la dirección del recorrido y se extienden 22 pulgadas en ancho por cada 12 pies o menos de subida vertical?
- ¿Tienen las escaleras un ángulo de no más de 50 y no menos de 30 grados?
- ¿Están las escaleras con escalones ahueca dos y áreas de descanso rellenas hasta el borde superior con material resistente?
- ¿Es uniforme la altura del contra paso en todas las escaleras?
- ¿Se diseñan y se proporcionan los escalones en las escaleras con una superficie que las haga resistentes a resbalones?
- ¿Se establecen los pasamanos de la escalera entre 30 y 34 pulgadas sobre el borde principal de las huellas de la escalera?
- ¿Tienen los pasamanos de la escalera por lo menos 3 pulgadas de separación entre los pasamanos y la pared o la superficie a la que se encuentran montada?
- Donde las puertas abren directamente en una escalera, ¿se provee una plataforma de modo que la oscilación de la puerta no reduzca el ancho de la plataforma menos de 21 pulgadas?
- ¿Son capaces los pasamanos de la escalera de soportar una carga de 200 libras, aplicada a 2 pulgadas del borde superior, en cualquier dirección hacia abajo o hacia afuera?
- ¿Se proporcionan barreras y señalización adecuada para prevenir que los empleados entren en trayectorias del tráfico cuando la salida de las escaleras desembocan directamente en estas áreas?
- ¿Tienen los descansos de las escaleras una dimensión medida, en la dirección del recorrido, por lo menos igual al ancho de la escalera?
- ¿Se limita la distancia vertical entre los descanso de la escalera a 12 pies o menos?

## **Superficies Elevadas**

---

- ¿Están colocados los rótulos, cuando es apropiado, demostrando la capacidad de carga de la superficie elevada?
- ¿Son las superficies elevadas que están a más de 30 pulgadas sobre el piso o la tierra provistas con barandales?
- ¿Están provista todas las superficies elevadas (áreas inferiores donde la gente o maquinaria podría estar expuesta a caídas de objetos) con rodapiés de 4 pulgadas de altura?
- ¿Es provisto permanentemente medios de acceso y egreso en áreas de almacenaje elevadas y superficies de trabajo?
- ¿Se provea altura necesaria donde se requiera?
- ¿Están los materiales superficies elevadas almacenados, apilados o estados de tal manera que se evite su inclinación, caída, derrumbe, rodamiento o desplazamiento?
- ¿Se utilizan plataformas de muelle o puentes al transferir los materiales entre los muelles y los camiones o los vagones de ferrocarril?

## **Escape o Salida**

---

- ¿Están todas las salidas señalizadas con un rótulo de salida e iluminadas por una fuente de luz confiable?
- ¿Se encuentra las direcciones hacia las salidas, cuando no es inmediatamente evidente, señalizadas con signos visibles?
- ¿Están señalizadas apropiadamente con “NO HAY SALIDA,” “AL SÓTANO,” “ALMACENAJE,” etc. todas las puertas, pasadizos o escaleras que no son salidas ni que permitan el acceso hacia salidas y que pueden ser confundidas como una de ellas?
- ¿Están provistos los rótulos de las salida con la palabra “Salida,” con letras de por lo menos 5 pulgadas de alto y deletreado de por lo menos 1/2 pulgada de ancho?
- ¿Están las puertas de salida escape abisagradas solo de un lado?
- ¿Se matienen todas las salidas libres de obstrucciones?
- ¿Se proporcionan por lo menos dos medios de salida desde plataformas, fosas o cuartos elevados en donde la ausencia de una segunda salida aumentaría el riesgo de lesión debido a sustancias calientes, venenosas, corrosivas, que sofocan, inflamables o explosivas?

- ¿Hay las suficientes salidas para permitir escape pronto en caso de emergencia?
- ¿Se toman precauciones especiales para proteger a empleados durante operaciones de construcción y reparación?
- ¿Es el número de salidas de cada piso de un edificio, y el número de salidas del edificio en sí, apropiado para la capacidad de carga del edificio?
- ¿Son las escaleras de emergencias, que requieren ser separadas del resto de la estructura de un edificio, encajonadas por material de construcción resistente al fuego de no menos de 2 horas en edificios con cuatro pisos de altura y resistente al fuego no menos de una hora en otras partes?
- ¿Se limita la inclinación de la rampa a 1 pie vertical por 12 pies horizontal cuando se utilizan como parte de medios de evacuación en un edificio?
- Donde la salida es a través de puertas de vidrio sin marco, puertas de salida de vidrio, puertas de tormenta, etc., ¿están las puertas templadas completamente y cumplen con los requisitos de seguridad para impacto humano?

## **Puertas de Salida/Escape**

---

- ¿Están las puertas, que son requeridas a servir como salidas, diseñadas y construidas de manera que el recorrido hacia la salida sea obvia y directa?
- ¿Se hacen inaccesibles, por medio de barreras o de sistema de baranda, las ventanas que podrían ser confundidas con las puertas de salida?
- ¿Se abren las puertas de salida en la dirección del recorrido de escape sin el uso de una llave o conocimiento o esfuerzo especial cuando se ocupa el edificio?
- ¿Están prohibidas las puertas giratorias, puertas correderas y puertas levaduras como puertas requeridas de salida/escape?
- Donde un sistema contra pánico es instalado en una puerta de salida/escape, ¿permite este que la puerta se abra aplicando una fuerza de 15 libras o menos en dirección al tráfico de evacuación?
- ¿Tienen las puertas en los cuartos de almacenamiento o cámaras frigoríficas un mecanismo de abertura desde el interior que cierre y abran la puerta incluso si es cerrada con llave o se cierra desde el exterior?
- Donde la salida de las puertas abre directamente hacia la calle, callejón u otra área donde haya tráfico vehicular, ¿hay barreras adecuadas y advertencias

proporcionadas para prevenir que los empleados caminen en la trayectoria del tráfico?

- ¿Están las puertas de vaiven, que oscilan en ambas direcciones y se encuentran ubicadas entre cuartos donde hay un tráfico frecuente, provistas con paneles de visión en cada puerta?

## **Escaleras Portátiles**

---

- ¿Están todas las escaleras mantenidas en buenas condiciones, empalmes entre los pasos y los carriles laterales firmes, todas las guarniciones unidas con seguridad las partes movibles operan libres sin necesidad de ser unidas en alteradas indebidamente?
- ¿Se proporcionan los soportes antideslizantes de seguridad al pie en cada escalera?
- ¿Se proporcionan los soportes antideslizantes de seguridad al pie en cada escalera de metal o de peldaños?
- ¿Están los peldaños y los pasos de la escalera libres de grasa y aceite?
- ¿Se prohíbe colocar una escalera delante de puertas que abren hacia la escalera a menos que la puerta esté bloqueada en posición abierta, cerrada con llave o vigilada?
- ¿Se prohíbe para colocar escaleras en cajas, barriles u otras bases inestables para obtener altura adicional?
- ¿Están los empleados instruidos de mirar hacia la escalera cuando suben o bajan de ella?
- ¿Se les prohíbe a los empleados usar las escaleras que tengan escalones quebrados, que le falten peldaños, grapas o con carriles laterales rotos u otros daños?
- ¿Se les prohíbe a los empleados el uso del escalón superior en las escalones de 2?
- Cuando las escaleras portátiles de peldaño se utilizan para subir a las plataformas elevadas, a las azoteas, etc., ¿se coloca la escalera siempre por lo menos 3 pies sobre la superficie elevada?
- ¿Se requiere cuando se utiliza el tipo portátil de escaleras de peldaño que la base esté colocada de manera que no ocurrirá deslizamiento, o que se azote se sostenga firme?
- ¿Están marcadas las escaleras portátiles de metal con etiquetas que leen “PRECAUCION—no utilice alrededor del equipo eléctrico” o mensaje equivalente?

- ¿Se les prohíbe a los empleados usar escaleras con otro propósito que los previstos por el fabricante?
- ¿Se les instruye a los empleados que solamente se puede ajustar la escalera de extensión cuando están parado a la base de la escalera (no mientras que estén parado en la escalera o en una posición sobre la escalera)?
- ¿Están inspeccionadas las escaleras de metal para ver si tienen daño?
- ¿Se espacian uniformemente los peldaños de escaleras 12 pulgadas de centro a centro?

## **Herramientas y Equipo de Mano**

---

- ¿Están todas las herramientas y equipo (propiedad de la compañía o del empleado) usados por los empleados en su lugar de trabajo en buenas condiciones?
- ¿Se reparan o reemplazan las herramientas de mano tales como cinceles, punzones, etc., que desarrolla cabezas dañadas debido al uso, como sea necesario?
- ¿Se sustituyen puntualmente los mangos quebrados o fracturados en los martillos, las hachas y equipo similar?
- ¿Se substituyen las llaves gastadas o dobladas regularmente?
- ¿Se utilizan los mangos apropiados en limas y herramientas similares?
- ¿Saben los empleados de los peligros de usar herramientas de mano incorrectamente dañadas?
- ¿Son las gafas de seguridad apropiadas, protectoras de cara, etc., usadas mientras que usan las herramientas de mano u otro equipo que pudiera producir materiales que vuelen o que se puedan romper?
- ¿Son comprobados periódicamente los gatos hidráulicos para asegurarse de que están en buenas condiciones de funcionamiento?
- ¿Están acuñados firmemente los mangos de las herramientas en todas las herramientas?
- ¿Se mantienen las herramientas filosas provistas con filos agudos, para que así la herramienta se mueva suavemente sin trabarse o saltar?
- ¿Están las herramientas almacenadas en una localización seca, segura en donde no serán alteradas o forzadas?
- ¿Se utiliza la protección del ojo y de la cara cuando está clavando clavos o corchetes endurecidos o templados?



## **Herramientas Portátiles (Operadas con Energía) y Equipo**

---

- ¿Se les proporcionan guardas o protectores de seguridad apropiados a los amoladores, sierras y equipo similar?
- ¿Se utilizan las herramientas eléctricas con el protector, guardas o accesorios correctos, según lo recomendado por el fabricante?
- ¿Se equipan las sierras circulares portátiles con dispositivos de protección por encima y por debajo de la placa base o zapata?
- ¿Son los protectores de las sierras circulares revisados para asegurarse de que no se acúñan para arriba, dejando así la porción más baja de la cuchilla sin vigilar?
- ¿Se resguarda el rotor o las piezas móviles de equipo para prevenir el contacto físico?
- ¿Están todas las herramientas y equipo conectados por cordón eléctrico puestos a tierra con eficacia o son del tipo de doble aislamiento y aprobado?
- ¿Están las guardas colgadas eficazmente en las correas, poleas, cadenas, y piñones en equipo tal como mezcladores de concretos, compresores de aire, etc.?
- ¿Se les proporcionan protectores o guardas en los ventiladores portátiles? que tienen aberturas de 1/2 pulgada o menos.
- ¿Están usando el equipo disponible para levantar objetos pesados, y son los grados y las características del alzamiento apropiados para la tarea?
- ¿Se proporcionan los interruptores del circuito a tierra en los circuitos eléctricos temporales de 15 y 20 amperios usados durante períodos de construcción?
- ¿Se examinan las mangueras neumáticas e hidráulicas regularmente en las herramientas, para saber si hay deterioración o daño?

## **Equipo Abrasivo de Rueda— Amoladoras/Esmeriladora**

---

- ¿Se utiliza el descanso de trabajo y se mantiene ajustado a 1/8 pulgada de la rueda?
- ¿Es la lengüeta ajustable en el lado superior de la amoladora usada y mantenida ajustada a 1/4 pulgada de la rueda?
- ¿Cubren los resguardos el eje, la tuerca, la pestaña y 75 por ciento del diámetro de la rueda?
- ¿Se montan permanentemente las amoladoras de banco y de pedestal?

- ¿Están siempre usados los anteojos o los protectores de la cara al amolar/esmerilar?
- ¿Es el grado máximo de RPM (revoluciones por minuto) de cada rueda abrasiva compatible con el grado de RPM del motor de la amoladora?
- ¿Están conectadas las amoladoras fijas o permanentemente montadas a una fuente eléctrica con un conducto metálico u otro medio de alambrado permanente?
- ¿Tiene cada amoladora un interruptor de encendido y apagado individual?
- ¿Está cada amoladora eléctrica conectada a tierra con eficacia?
- Antes de que se monten las ruedas abrasivas nuevas, ¿se inspeccionan visualmente y se le hace la prueba de resonancia?
- ¿Se proporcionan los colectores de polvo y los extractores accionados en las amoladoras cuyas operaciones producen cantidades grandes de polvo?
- ¿Se montan los protectores de chapoteo en las amoladoras que utilizan líquido refrigerante para evitar que este alcance a los empleados?
- ¿Se mantiene la limpieza alrededor de las amoladoras?

## **Herramientas Actuadas con Pólvora**

---

- ¿Están entrenados los empleados que trabajan con herramientas actuadas con pólvora en su uso?
- ¿Se almacena cada herramienta actuada con pólvora en su propio envase cerrado con llave al no ser utilizado?
- ¿Se mantienen descargadas las herramientas actuadas con pólvora hasta que estén listas para ser utilizadas?
- ¿Son las herramientas actuadas con pólvora inspeccionadas para detectar obstrucciones o defectos cada día antes de usarlas?
- ¿Tienen y usan los operadores de las herramientas actuadas con pólvora el equipo de protección personal apropiado tales como cascos, anteojos de seguridad, zapatos de seguridad y protección auditiva?

## **Guardas de la Maquinaria**

---

- ¿Existe un programa de entrenamiento para empleados en métodos seguros de operación de máquinas?
- ¿Hay supervisión adecuada para asegurarse de que los empleados están siguiendo procedimientos de funcionamiento seguros de la maquinaria?

- ¿Hay un programa regular de inspección de seguridad de la maquinaria y del equipo?
- ¿Se mantienen limpios toda la maquinaria y el equipo y se les dé mantenimiento correctamente?
- ¿Hay suficiente separación alrededor y entre las máquinas para permitir operaciones seguras, instalación y mantenimiento, dirección del material y eliminación de desechos?
- ¿Se colocan y anclan con seguridad el equipo y la maquinaria cuando es necesario para evitar inclinación o movimiento que podrían dar lugar a daños corporales?
- ¿Hay un interruptor de corte de energía dentro del alcance de la posición del operador en cada máquina?
- ¿Se puede bloquear el suministro de energía eléctrica a cada máquina durante mantenimiento, reparación o seguridad?
- ¿Están las piezas de metal que no llevan corriente, en máquinas que funcionan con electricidad, unidas y puestas a tierra?
- ¿Se protegen o arreglan los interruptores mando por pedal para prevenir activación accidental por el personal u objetos que caen?
- ¿Están las válvulas manuales y los interruptores que controlan la operación del equipo y de las máquinas identificadas claramente y fácilmente accesibles?
- ¿Son de color rojo todos los botones de paro de emergencia?
- ¿Se protegen todas las poleas y correas que estén a 7 pies del piso o al nivel del área de trabajo, correctamente?
- ¿Se protegen correctamente todas las cadenas y los engranajes móviles?
- ¿Se montan los protectores de salpicadura en máquinas que utilizan líquido refrigerante para evitar que éste alcance a los empleados?
- ¿Se proporcionan métodos para proteger al operador y a otros empleados en el área de máquinas contra los peligros creados en el punto de operación, puntos de pellizco, piezas que rotan, vuelan, saltan y chispean?
- ¿Están los protectores de la maquinaria asegurados y no ensamblados de manera que no ofrecen peligro en su uso?
- Si las herramientas especiales manuales se utilizan para poner y quitar el material, ¿se protegen las manos del operador?
- ¿Se requiere que los bidones, barriles y envases que giran sean protegidos por un recinto que se enclavije con el mecanismo de arrastre, de modo que la revolución no pueda ocurrir a menos que el recinto protector esté en su lugar?
- ¿Tienen los prensas y mandriles un soporte seguro y fijo de manera que no se mueven durante el uso del equipo?
- ¿Existen disposiciones para prevenir que las máquinas arranquen automáticamente cuando la energía se restaura después de un apagón?
- ¿Están las máquinas construidas para estar libres de vibración excesiva cuando se monta la herramienta mayor tamaño y operan a velocidad máxima?
- Si la maquinaria se limpia con aire comprimido, ¿se controla la presión de aire y se utilizan equipo de protección personal u otras salvaguardias para proteger a operadores y a otros trabajadores contra lesión a la vista y corporales?
- ¿Están las aspas del ventilador protegidas con un protector que tiene aberturas no más de 1/2 pulgada cuando estén funcionando menos de 7 pies del piso?
- ¿Están equipadas las sierras que se utilizan para desgarrar con un dispositivo retroceso y una cuchilla separadora?
- ¿Están instaladas las sierras radiales instaladas de manera que el cabezal de corte vuelva suavemente a la posición inicial cuando el operador lo suelte?

### **Procedimientos de Bloqueo (Cierre/con Candado/Etiqueta)**

- ¿Es toda la maquinaria o equipo capaz de ser anulado o ser desunido y bloqueado o ser trabado durante la limpieza, mantenimiento, ajuste o reparación, siempre que sea requerido?
- Donde los medios que desconectan la energía para el equipo no desconectan el circuito de control eléctrico:
  - ¿Se identifican los recintos eléctricos apropiados?
  - ¿Se proporcionan medios para asegurar que el circuito de control se puede desconectar y trabar también?
- ¿Se prohíbe el bloqueo de los circuitos de control del equipo en lugar del bloqueo de la fuente principal de electricidad?

- ¿Están provisto todos los mangos de válvulas de control del equipo con medios para su bloqueo?
- ¿Requiere el procedimiento del cierre bloqueo que se libere cualquier energía almacenada (mecánica, hidráulica, de aire, etc.) antes de iniciar la reparación del equipo?
- ¿Se le requiere que los empleados revisan la seguridad del candado intentando hacer que el equipo arranque después de asegurar que nadie esté expuesto?
- ¿Están los empleados instruidos de siempre opriman el botón de paro del circuito de control antes de re-energizar el interruptor de energía principal?
- ¿Hay medios proporcionados para identificar a cualquier empleado que esté trabajando en el equipo bloqueado por sus cerraduras o etiquetas?
- ¿Hay suficiente número de rótulos de prevención de accidentes o etiquetas y candados de seguridad a proporcionarse para emergencias de reparación razonablemente predecibles?
- ¿Cuándo las operaciones, configuración o tamaño de una máquina requiere que el operador se aleje de su estación de control para instalar las herramientas o para realizar otras operaciones y esa pieza de la máquina podría moverse si estuviera activada accidentalmente, se requiere que tal pieza se cierre o se bloquee por separado?
- En caso que el equipo o las líneas no se puedan parar, cerrar con candado, y marcarse con etiqueta, ¿está un procedimiento seguro de trabajo establecido y seguido rígidamente?

### **Soldando, Cortando y Abrazando**

- ¿Se permite que solamente el personal entrenado utilice el equipo de soldadura, corte, o soldadura con latón?
- ¿Tienen copias todos los operadores de las instrucciones de funcionamiento apropiadas y se les ordena seguirlas?
- ¿Son los cilindros de gas comprimidos examinados regularmente para detectar signos evidentes de defectos, oxidado profundo o fuga?
- ¿Se brinda cuidado en el manejo y el almacenaje de cilindros, válvulas de seguridad, válvulas de descarga, etc., para prevenir daño a las mismas?
- ¿Se toman precauciones para prevenir la mezcla del aire o del oxígeno con los gases inflamables, excepto en una hornilla o en una antorcha común?
- ¿Se utilizan solamente los aparatos aprobados (antorchas, reguladores, válvulas de reducción de presión, generadores del acetileno múltiples)?
- ¿Se mantienen los cilindros lejos de fuentes de calor?
- ¿Se mantienen los cilindros lejos de elevadores, escaleras o pasarelas?
- ¿Se prohíbe utilizar los cilindros como rodillos o soportes?
- ¿Se marcan los cilindros vacíos apropiadamente y de sus válvulas cerradas?
- ¿Hay rótulos fijados que leen “PELIGRO—NO FUMAR, NO FÓSFOROS O LUCES PRENDIDAS” o equivalentes?
- ¿Están los cilindros, las válvulas de los cilindros, los acopladores, los reguladores, las mangueras y aparatos mantenidos libres de sustancias aceitosas o grasientas?
- ¿Se toma precaución para no tumbar o para no pegar los cilindros?
- ¿Se quitan los reguladores y se ponen las tapas de protección de las válvulas antes de mover los cilindros, a menos que estén asegurados en carros especiales?
- ¿Tienen llaves, manijas o resortes no ajustables en las válvulas del vástago en los cilindros sin ruedas fijas, cuando están en servicio?
- ¿Están los gases licuados almacenados y empaquetados con el extremo de la válvula hacia arriba y con la cubierta de la válvula en su lugar?
- ¿Se han tomado medidas necesarias para nunca abrir una válvula de cilindro de gas combustible cerca de fuentes de ignición?
- Antes de retirar un regulador, ¿se cierra la válvula y se libera el gas del regulador?
- ¿Se utiliza el color rojo para identificar la manguera de acetileno (u otro gas de combustible), el color verde para identificar la manguera de oxígeno, y el negro para identificar gas inerte y la manguera de aire?
- ¿Son los reguladores de reducción de presión usados solamente para el gas y las presiones para los cuales fueron previstos?
- ¿Se mantiene el voltaje (sin carga) de circuito abierto de las máquinas de soldadura de arco y de corte tan bajo como sea posible y no en exceso de los límites recomendados?
- Cuando existen condiciones mojadas, ¿se utilizan controles automáticos para reducir voltaje sin carga?

- ¿Se comprueba periódicamente que el marco de la máquina y las conexiones de seguridad de tierra de máquinas portátiles estén puestos a tierra?
- ¿Se remueven los electrodos de los sostenedores cuando no están en uso?
- ¿Se requiere que la energía eléctrica provista a máquinas de soldadura esté apagada (interrumpida) cuando nadie está vigilando?
- ¿Hay equipo de extinción contra fuegos adecuado y disponible para el uso inmediato?
- ¿Se le prohíbe al soldador(a) enrollar o enlazar el cable del electrodo de soldadura alrededor de su cuerpo?
- ¿Son las máquinas que se han mojado completamente secadas y se les prueba a fondo antes de utilizarlas?
- ¿Se examinan los cables guía de trabajo y de electrodos frecuentemente para determinar si existe desgaste y/o daño y se substituyen con frecuencia cuando es necesario?
- ¿Tienen los medios para conectar cables largos un aislamiento adecuado?
- Cuando el objeto que debe ser soldado no puede ser movido y los riesgos de incendios no se pueden impedir, ¿se utilizan protectores para confinar calor, chispas y escoria?
- ¿Se asignan vigilantes de fuego al soldar o cortar en áreas donde un fuego serio puede desarrollarse?
- ¿Se mantienen los pisos combustibles mojados, cubiertos de arena húmeda o protegidos por escudos resistentes al fuego?
- Cuando se echan agua a los pisos, ¿se protege al personal contra un posible choque eléctrico?
- Cuando se suelda en paredes de metal, ¿se toman precauciones para proteger los combustibles en el otro lado?
- Antes de comenzar el trabajo de soldadura, ¿se limpian íntegramente los bidones, barriles, tanques y otros envases usados para evitar que permanezcan impregnados con sustancias que podrían estallar, encender o producir vapores tóxicos?
- ¿Se requiere el uso de cascos de protección de los ojos, protectores de las manos y anteojos de seguridad que cumplan con los estándares establecidas?
- Los empleados que se exponen a peligros creados por soldadura, corte o abrazando, ¿están protegidos con y equipo de protección personal y ropa?

- ¿Se comprueba que hay ventilación adecuada donde se realizan actividades de soldadura y corte?
- Cuando se trabaja en espacios confinados, ¿se toman pruebas de monitoreo del medio ambiente y se proporcionan medios para el retiro rápido de soldadores en caso de una emergencia?

## **Compresores y Aire Comprimido**

---

- ¿Están equipados los compresores con válvulas de descarga de presión y con manómetros de presión?
- ¿Se han instalado tomas de aire en el compresor y ha sido equipado para asegurarse de que solamente aire limpio y libre de contaminantes entre en el compresor?
- ¿Hay filtros de aire instalados en la toma del compresor?
- ¿Operan y lubrican los compresores de acuerdo con las recomendaciones del fabricante?
- ¿Se comprueban con frecuencia los dispositivos de seguridad en sistemas de aire comprimido?
- Antes de empezar cualquier trabajo de reparación en el sistema de presión de un compresor, ¿se descarga la presión y se bloquea la energía hacia el sistema?
- ¿Se fijan carteles de advertencia e información sobre la característica de activación automática de los compresores?
- ¿Se protege totalmente el sistema de propulsión por correa para proporcionar protección frontal, la posterior, superior y lateral?
- ¿Se prohíbe estrictamente dirigir aire comprimido hacia una persona?
- ¿Se les prohíbe a los empleados usar aire altamente comprimido con el propósito de limpieza?
- Si el aire comprimido se utiliza para limpiar la ropa, ¿se reduce la presión a menos de 30 PSI?
- Cuando se usa aire comprimido para limpieza, ¿usan los empleados guardas protectoras contra partículas y equipo de protección personal?
- ¿Se utilizan cadenas de seguridad u otros dispositivos de fijación convenientes en los conectores de las líneas de manguera de alta presión donde una falla de conexión podría crear un peligro?
- Antes de que el aire comprimido se utilice para vaciar líquidos de los envases, ¿se comprueba la presión máxima de seguridad del envase?
- Cuando el aire comprimido se utiliza con equipo abrasivo de limpieza, ¿es la válvula de funciona-

miento del tipo que necesita mantenerse abierta manualmente?

- ¿Cuando el aire comprimido se utiliza para inflar las llantas de auto, hay un portabroca y un regulador en línea que preestablecen las 40 PSI requeridas?
- ¿Se prohíbe utilizar aire comprimido para limpiar o mover polvo combustible si tal acción podría hacer que el polvo se suspenda en el aire y causar un peligro de fuego o de explosión?

### **Recipientes de Aire Comprimido**

---

- ¿Está equipado cada recipiente con una manómetro de presión y con una o más válvulas de seguridad con mecanismo automático de acción?
- ¿Es la capacidad total de alivio de la válvula de seguridad capaz de prevenir la presión, en el recipiente de excederse del máximo permisible a más del 10%?
- ¿Se le provee a cada recipiente de aire con una tubería de drenaje y una válvula en la parte más baja del recipiente para la remoción de aceite y agua acumulada?
- ¿Se le provee a cada recipiente de aire con una tubería de drenaje y una válvula en la parte más baja del recipiente para la remoción de aceite y agua acumulada?
- ¿Están drenados los recipientes de aire comprimido periódicamente de humedad y aceite?
- ¿Se examinan frecuentemente y a intervalos regulares todas las válvulas de seguridad para determinar si están en buenas condiciones de operación?
- ¿Se mantiene la entrada de aire en recipientes de aire y sistemas de tubería libre de acumulación de aceite y materiales carbonatados?

### **Cilindros de Gas Comprimido**

---

- ¿Están equipados los cilindros con capacidad de peso en agua de 30 libras con medios para conectar un dispositivo protector de válvula o con un acolador o receso para proteger la válvula?
- ¿Están los cilindros legiblemente marcados para identificar claramente el gas que contienen?
- ¿Se almacenan los cilindros de gas comprimido en áreas protegidas contra fuentes de calor externos tales como llama candente, calor radiante intenso, arcos eléctricos o líneas de alta temperatura?
- ¿Se localizan o se almacenan los cilindros en donde no serán magullados o estropeados por objetos que

transiten o caigan a su alrededor o sujetos a ser alterados por personal no autorizado?

- ¿Se almacenan o transportan los cilindros de manera que prevenga que éstos creen un peligro al volcarse, caerse o rodarse?
- ¿Se transportan o se almacenan los cilindros que contienen gas licuado, en una posición tal que el aparato de relevo de seguridad esté siempre en contacto directo con el espacio de vapor en el cilindro?
- ¿Se mantienen los protectores de la válvula siempre colocados en los cilindros cuando éstos no están en uso o conectados para usarse?
- ¿Se cierran todas las válvulas antes de que un cilindro sea movido, esté vacío o al completar cada tarea?
- ¿Están verificados los cilindros de gas combustible de baja presión periódicamente para detectar corrosión, distorsión general, grietas, o cualquier otro defecto que pueda indicar una debilidad o que determine que los cilindros no están competentes para proveer servicio?
- ¿Se incluye en la verificación periódica de los cilindros de gas combustible de baja presión una inspección rigurosa del fondo de los cilindros?

### **Polipasto y Equipo Auxiliar**

---

- ¿Están equipados los polipastos eléctricos instalados a altura elevada con un aparato de limitación que detenga la marcha del gancho en su punto más alto y en su punto más bajo de desplazamiento seguro?
- ¿Detendrá y soportará automáticamente cada polipasto una carga de hasta 125 por ciento de su carga nominal si se elimina la fuerza de accionamiento?
- ¿Se encuentra legiblemente marcado la carga nominal del polipasto y en área visible para el operador?
- ¿Se proveen paradas en los límites seguros de recorrido para polipasto tranvías?
- ¿Se marcan los controles del polipasto claramente para indicar la dirección de marcha o de movimiento?
- ¿Está equipado cada polipasto del tipo de control de cabina con un aparato efectivo de advertencia?
- ¿Se instalan guardas bien ajustadas u otros aparatos apropiados en polipasto para asegurarse de que las sogas de las grúas se mantendrán en el haz acanalado?
- ¿Tienen las sogas o cadenas de los polipastos el largo suficiente para manejar todo la gama de movimiento de aplicación mientras siguen manteniendo dos vueltas completas en el tambor en todo momento?

- ¿Están protegidos con guarda de seguridad los puntos de agarre o de contacto entre las sogas de los polipastos y el haz si se encuentran permanentemente localizados a menos de 7 pies del suelo, piso o plataforma de trabajo?
- ¿Se prohíbe el uso de cadenas o cabestrillos de sogas que se encuentren dobladas o torcidas?
- ¿Se prohíbe el uso de sogas o cadenas afianzadas alrededor de la carga como sustituto de un cabestrillo?
- ¿Se le indica al operador que nunca debe elevar cargas por encima de áreas donde haya personal trabajando o caminando por debajo de la carga?
- ¿Se otorga permiso para operar polipastos sólo a empleados que han sido entrenados en el uso apropiado de las mismas?

### **Camiones Industriales: Montacargas**

- ¿Se permite operar montacargas sólo a operadores autorizados por el empleador y entrenados en la operación segura de montacargas? Deben establecerse métodos para entrenar los operadores en la operación segura de montacargas.
- ¿Se asegura el empleador de que cada operador de montacargas sea competente para operar este vehículo de una manera segura, según lo demostrado por este operador al haber completado con éxito el entrenamiento y la evaluación de acuerdo con 1910.178(l)—Entrenamiento de Operador?
- ¿Se provee equipo sustancial de protección aérea en la carretilla elevadora de gran alcance?
- ¿Se fijan carteles con información sobre las reglas requeridas para operar montacargas y son estas cumplidas?
- ¿Se provee iluminación direccional en cada montacargas que opera en un área con menos de 2 bujías-pie por pie cuadrado de iluminación general?
- ¿Tiene cada montacargas una bocina de advertencia, pito, silbato u otro aparato que produzca ruido y que pueda oírse claramente a pesar del ruido normal en las áreas donde se opera el montacargas?
- ¿Son capaces los frenos en cada montacargas de detener el vehículo completa y seguramente cuando éste está totalmente cargado?
- ¿Es capaz el freno de estacionamiento del montacargas de prevenir efectivamente que el vehículo se mueva cuando esté desatendido?

- ¿Se operan los montacargas en áreas donde gases inflamables o vapores o polvo combustible o fibras inflamables puedan estar presentes en una atmósfera aprobada para esta localización?
- ¿Son diseñados los montacargas motorizados, de mano o de mano para montarse, de tal forma que los frenos sean aplicados y la energía hacia el motor se corte cuando el operador suelta el aparato que controla la marcha?
- ¿Se examinan cuidadosamente los montacargas con maquinaria de combustión interna que operan en edificios o áreas enclaustradas para asegurar que tales operaciones no causarán concentraciones dañinas de gases o humos peligrosos?

### **Operaciones de Rocío de Pintura**

- ¿Se verifica que existe ventilación adecuada antes de comenzar operaciones de rocío de pintura?
- ¿Se provee ventilación mecánica cuando las operaciones de rocío de pintura se llevan a cabo en áreas enclaustradas?
- Cuando se provee ventilación mecánica durante operaciones de rocío de pintura, ¿se instala de tal manera que no circule el aire contaminado?
- ¿Se mantiene el área de rocío libre de superficies calientes?
- ¿Está localizada el área de rocío por lo menos a 20 pies de llamas, chispas, motores eléctricos operantes y otras fuentes de ignición?
- ¿Se utilizan lámparas portátiles para iluminar áreas de rocío que sean apropiadas para el uso en lugares peligrosos?
- ¿Se provee equipo de protección personal (respiradores) aprobado y se lo utiliza cuando sea necesario durante operaciones de rocío de pintura?
- ¿Tienen los solventes utilizados para limpiar un punto de explosión a mayor del producto usado en las operaciones de rocío de pintura?
- ¿Se mantienen limpios los aparatos de cabecera de rociadura automática a prueba de fuego?
- ¿Se fijan carteles de “NO FUMAR” en operaciones de rocío de pintura, salones de pintar, cabinas de rocío de pintura y áreas de almacenaje de pintura?
- ¿Se mantiene el área de rocío libre de residuos combustibles?

- ¿Se construyen las cabinas de rocío de pintura de materiales no combustibles tales como metal o cemento u otros materiales sustanciales?
- ¿Están hechos de materiales no combustibles los pisos y distribuidores de aire de las cabinas de rocío de pintura y son estos fáciles de limpiar?
- ¿Se mantiene el aparato de secado infrarrojo fuera del área de rocío de pintura durante operaciones de rocío de pintura?
- ¿Se ventila completamente la cabina de rocío de pintura antes de usar el aparato de secado?
- ¿Se pone el aparato de secado eléctrico a tierra correctamente?
- ¿Se sitúan afuera de la cabina las instalaciones para las luces para las cabinas de rocío de pintura y el interior de ésta es iluminado a través de paneles transparentes sellados?
- ¿Están colocados afuera de las cabinas o conductos los motores eléctricos para ventiladores extractores?
- ¿Están encerradas las correas y las poleas dentro de la cabina completamente?
- ¿Tienen puertas de acceso a los conductos para permitir la limpieza de ellos?
- ¿Tienen ventilación adecuada todos los espacios de secado?
- ¿Hay un empleado de seguridad asignado y preparado para actuar cuando sea necesario afuera del espacio confinado, cuya única responsabilidad es observar el progreso del trabajo, activar una alarma de sonido, si es necesario y proveer ayuda?
- ¿Se entrena y se equipa el empleado de seguridad asignado para actuar apropiadamente y comportarse correctamente en caso de emergencia?
- ¿Se le prohíbe al empleado de seguridad asignado y otros empleados de entrar al espacio confinado sin las cuerdas de salvavidas y el equipo respiratorio si hay alguna duda sobre la causa de una emergencia?
- ¿Está requerido el equipo respiratorio aprobado si la atmósfera dentro del espacio confinado no es aceptable?
- ¿Está el equipo eléctrico portátil usado en el interior de espacios confinados puesto a tierra y aislado o equipado con protección contra falla a tierra?
- Antes de que actividades de soldadura o abrasamiento de gas se lleven a cabo dentro de un espacio confinado, ¿se prueban las mangueras para saber si hay escapes, se prohíbe la entrada de tanques de gas comprimido dentro del espacio confinado, se permite encender antorchas solamente afuera del espacio confinado y se hacen pruebas de aire dentro del área confinada para determinar si existe una atmósfera explosiva antes de permitir la entrada de una antorcha encendida al espacio confinado?

### **Entrada a Espacios Confinados**

- ¿Se vacían los espacios confinados de cualquier sustancia corrosiva o peligrosa, tal como ácidos o cáusticos, antes de la entrada?
- ¿Están todas las líneas (dirigidas hacia espacios confinados) que contienen materiales inertes, tóxicos, inflamables o corrosivos cerradas, evacuadas o desconectadas y separadas antes de la entrada?
- ¿Se requiere que todos los inductores, mezcladores u otros equipos móviles dentro de espacios confinados sean cerrados con llave si presentan un peligro?
- ¿Se provee ventilación natural o mecánica antes de la entrada a espacios confinados?
- ¿Están hechas las pruebas atmosféricas apropiadas para comprobar si hay deficiencia de oxígeno, sustancias tóxicas y concentraciones explosivas en el espacio confinado antes de la entrada?
- ¿Está provista iluminación adecuada cuando se trabaja en espacios confinados?
- ¿Se prueba la atmósfera dentro del espacio confinado con frecuencia o se supervisa continuamente durante el trabajo?
- Si los empleados utilizan equipo que consume oxígeno, tal como salamandras, antorchas y hornos dentro de un espacio confinado, ¿se provee suficiente aire para asegurar la ignición sin provocar que la concentración de oxígeno en la atmósfera se reduzca a por debajo de 19.5 por ciento por volumen?
- Siempre que equipo del tipo de ignición se utilice en un espacio confinado, ¿se hacen provisiones para asegurar que los gases de escape se ventilen hacia afuera del recinto?
- ¿Se prueba cada espacio confinado para saber si hay vegetación o materia animal en decadencia que pueda producir metano?
- ¿Se comprueba que en cada espacio confinado no se permita la acumulación de escombros industriales que podrían contener características tóxicas?
- ¿Si el espacio confinado está debajo de la tierra y cerca áreas donde los vehículos de motor están funcionando, es posible que el escape del vehículo produzca gases o monóxido de carbono que podría entrar al espacio?

## Controles del Medio Ambiente

---

- ¿Se mantienen todas las áreas de trabajo iluminadas apropiadamente?
- ¿Se entrenan los empleados en primeros auxilios apropiados y otros procedimientos de emergencia?
- ¿Se identifican las sustancias peligrosas, sangre y otros materiales potencialmente infecciosos que podrían causar daño por inhalación, ingestión, o absorción de la piel o contacto?
- ¿Se mantienen los empleados enterados de los peligros relacionados con los diferentes productos químicos a los que podrían exponerse en su ambiente de trabajo, tales como amoníaco, cloro, resinas epoxídicas, cáusticos, etc.?
- ¿Se mantiene la exposición del empleado a los productos químicos en el lugar de trabajo dentro de niveles aceptables?
- ¿Se están utilizando los métodos y los productos más seguros?
- ¿Es apropiado el sistema de ventilación del área de trabajo para el trabajo que se está realizando?
- ¿Se conducen las operaciones de rocío de pintura dentro de cuartos o cabinas equipadas con dispositivos de escape apropiados?
- ¿Esta controlada la exposición de los empleados a humos de soldadura por medio de ventilación, uso de respiradores tiempo de exposición u otros medios?
- ¿Se les proveen protectores de destello a los soldadores y trabajadores que trabajan en la proximidad durante operaciones de soldadura?
- Si se utilizan montacargas y otros vehículos en edificios u otras áreas confinadas, ¿se mantienen los niveles de monóxido de carbono por debajo de la concentración aceptable máxima?
- ¿Se ha determinado que los niveles de ruido en el área de trabajo se mantienen dentro de niveles aceptables?
- ¿Se está tomando medidas para usar controles de ingeniería para reducir niveles de ruidos excesivos?
- ¿Se está tomando precauciones apropiadas al manejar el asbesto y otros materiales fibrosos?
- ¿Se utilizan etiquetas y carteles de precaución para advertir a los empleados sobre sustancias peligrosas tales como el asbesto y sobre peligros biológicos tales como los patógenos de sangre?
- ¿Se utilizan métodos mojados, cuando son prácticos, para prevenir la emisión de fibras aero-transportadas de asbesto, el polvo de sílice y materiales peligrosos similares?
- ¿Se examinan y se mantienen o se reemplazan los controles de ingeniería periódicamente?
- ¿Se limpia con aspiradora o se utiliza equipo apropiado siempre que sea posible en vez de soplar o barrer el polvo?
- ¿Se ventila el polvo las amoladoras, sierras y otras máquinas que producen polvo respirable hacia un colector industrial o hacia un dispositivo de escape central?
- ¿Son diseñados y funcionan correctamente todos los sistemas locales extractores de ventilación, por ejemplo, tener el flujo y el volumen de aire necesario para el uso, los conductos no están tapados, o las correas no resbalan?
- ¿Se provee, se usa y se mantiene el equipo de protección personal requerido, dondequiera que es necesario?
- ¿Existen criterios de procedimientos operacionales escritos para la selección y el uso de respiradores donde sea necesario?
- ¿Se mantienen limpios e higiénicos los servicios sanitarios y de lavado?
- ¿Es potable todo el agua provisto para beber, el lavado y cocinar?
- ¿Se identifican claramente todas las llaves para el agua que no es apta para beber?
- ¿Son las capacidades físicas de los empleados determinadas antes de ser asignados a labores que requieren hacer trabajo pesado?
- ¿Están entrenados los empleados en cuanto a la manera apropiada de levantar objetos pesados?
- ¿Donde el calor causa problemas, ¿se proporcionan áreas para refrescarse o aire acondicionado a todas las áreas de trabajo fijas?
- ¿Se examina la salud de los empleados antes de asignarlos a trabajar en áreas calientes para determinar si su condición de salud puede hacerles más susceptibles a tener una reacción adversa?
- ¿Se les requiere a los empleados que trabajan en calles y caminos donde se exponen a peligros del tráfico de usar chalecos reflectivos o de alta visibilidad (naranja para tráfico)?



- ¿Se localizan columnas de extracción y tomas de aire de manera que el aire contaminado no sea recirculado dentro del edificio u otra área confinada?
- ¿Se protege correctamente equipo que produce radiación ultravioleta?
- ¿Se observan precauciones universales donde la exposición ocupacional a la sangre u otros materiales potencialmente infecciosos puede ocurrir y en todos los casos donde es difícil o imposible la diferenciación de tipos de fluidos corporales o de materiales potencialmente infecciosos?

### **Materiales Inflamables y Combustibles**

- ¿Están almacenados los materiales combustibles de desecho, escombros y restos (trapos aceitosos, etc.) en recipientes de metal con cubierta y apartados del lugar de trabajo puntualmente?
- ¿Se practica almacenaje apropiado para reducir al mínimo el riesgo de fuego, incluyendo la combustión espontánea?
- ¿Se utilizan envases y tanques aprobados para el almacenaje y manejo de líquidos combustibles e inflamables?
- ¿Se mantienen todas las conexiones en los barriles de metal y tuberías que contienen líquidos combustibles, herméticas al vapor y al líquido?
- ¿Se mantienen todos los líquidos inflamables en envases cerrados cuando no están en uso (e.g., tanques para limpiar piezas y cacerolas)?
- ¿Se ponen a tierra y se vinculan a los envases de los barriles de metal que contienen líquidos inflamables en grandes cantidades durante dispensación?
- ¿Tienen luces a prueba de explosiones los cuartos de almacenaje para los líquidos inflamables y combustibles?
- ¿Tienen ventilación mecánica o de gravedad en los cuartos de almacenaje para los líquidos inflamables y combustibles?
- ¿Se almacena, se maneja, y se utiliza el gas de petróleo licuado de acuerdo con prácticas y normas seguras?
- ¿Se fijan etiquetas que lean “NO FUMAR” en los tanques de gas de petróleo licuado?
- ¿Se protegen los tanques de gas de petróleo licuado para prevenir daño causado por vehículos?
- ¿Se mantienen todos los desperdicios de solventes y líquidos inflamables en envases cubiertos resistentes al fuego hasta que se retiren de los sitios de trabajo?

- ¿Se succiona con aspiradora el polvo combustible donde sea posible en vez de soplarlo o barrerse?
- ¿Se colocan separadores firmes entre los envases de combustibles o los inflamables, cuando están apilados uno sobre el otro, para asegurar su soporte y estabilidad?
- ¿Se separan por distancia, o por barreras resistentes al fuego, etc. los cilindros de gas combustible y los cilindros de oxígeno, mientras que se encuentren almacenados?
- ¿Se seleccionan y se proporcionan los extinguidores de incendio para los tipos de materiales y áreas donde serán utilizados?

*Clase A* Fuegos ordinarios de materiales combustibles.

*Clase B* Fuegos de líquido inflamable, gas o grasa.

*Clase C* Fuegos de equipo eléctrico energizados.

- ¿Se montan los extinguidores de incendio apropiados a 75 pies o menos afuera de áreas que contienen líquidos inflamables y a 10 pies o menos de cualquier almacén interior para tales materiales?
- ¿Se mantienen los extinguidores libres de obstrucciones o bloqueos?
- ¿Se mantienen, se les da servicio y se les marca todos los extinguidores con etiqueta a intervalos que no excedan un año?
- ¿Se mantienen todos los extinguidores completamente cargados y en sus lugares designados?
- Donde los sistemas de regadera son instalados permanentemente, ¿se dirigen y arreglan las boquillas de la regadera de manera que el agua no sea rociada sobre tableros interruptores eléctricos y equipo en funcionamiento?
- ¿Se fijan carteles de “NO FUMAR” cuando sea necesario en áreas donde se utilizan o se almacenan materiales inflamables o combustibles?
- ¿Se utilizan latas de seguridad para dispensar líquidos inflamables o combustibles en su lugar de uso?
- ¿Se limpian de inmediato todos los derrames de líquidos inflamables o combustibles?
- ¿Se ventilan los tanques de almacenaje adecuadamente para prevenir el desarrollo de vacío excesivo o presión como resultado de llenarlos, vaciarlos o cambios de temperatura en la atmósfera?
- ¿Se equipan los tanques de almacenaje con ventilación de emergencia que aliviará la presión interna excesiva causada por la exposición al fuego?

- ¿Se hacen cumplir las reglas de “NO FUMAR” en áreas de almacenaje y el uso de materiales peligrosos?

### **Exposición a Químicos Peligrosos**

---

- ¿Se entrenan los empleados en relación con las prácticas de manejo seguro de productos químicos peligrosos, tales como ácidos y cáusticos?
- ¿Están enterados los empleados de los peligros potenciales incluyendo información sobre los diferentes productos químicos almacenados o usados en el lugar de trabajo, tales como ácidos, bases, cáustico, epóxidos, fenoles, etc.?
- ¿Se mantiene la exposición de empleados a los productos químicos dentro de niveles aceptables?
- ¿Están provistas las fuentes para lavado de ojos y las duchas de seguridad en áreas donde se manejan productos químicos corrosivos?
- ¿Están etiquetados todos los envases, tales como tinas, tanques de almacenaje, etc., en cuanto a su contenido, por ejemplo, “CÁUSTICOS”?
- ¿Se les requiere a todos los empleados utilizar la ropa protectora y el equipo de protección personal al manejar los productos químicos (guantes, protección de ojo, respiradores, etc.)?
- ¿Se mantienen los productos químicos inflamables o tóxicos en envases cerrados cuando no están en uso?
- ¿Están marcados claramente los sistemas de tubería de químicos en cuanto a su contenido?
- Donde líquidos corrosivos se manejan con frecuencia en envases abiertos o se sustraen de los recipientes de almacenaje o de las líneas de tubería, ¿existen medios adecuados fácilmente disponibles para neutralizar o deshacerse de derrames o desbordes correctamente y con seguridad?
- ¿Se han establecido patrones de procedimiento operacionales y se están siguiendo al limpiar derrames químicos?
- Donde sea necesario para uso de emergencia, ¿se almacenan los respiradores en una localización conveniente, limpia y sanitaria?
- ¿Son adecuados, los respiradores destinados para el uso de emergencia, para los varios usos para los cuales pueden ser necesarios?
- ¿Se les prohíbe a los empleados comer en áreas donde están presentes productos químicos peligrosos?
- ¿Se proporciona equipo de protección personal, es usado y se le da mantenimiento siempre que sea necesario?
- ¿Existen patrones de procedimiento operacionales escritos para la selección y el uso de respiradores donde sea necesario?
- Si usted tiene un programa de protección de respiradores, ¿entrena a sus empleados en el uso correcto y las limitaciones de los respiradores?
- ¿Son aprobados los respiradores por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH) para este uso en particular? ¿Se examinan y se limpian, se esterilizan y se les da mantenimiento regularmente?
- Si sustancias peligrosas se utilizan en sus procesos, ¿tiene usted un sistema de monitoreo médico o biológico en operación?
- ¿Está usted familiarizado con los valores límites de umbral o los límites permitidos de exposición a contaminantes aerotransportados y agentes físicos usados en su lugar de trabajo?
- ¿Se han instituido procedimientos de control para materiales peligrosos, cuando sea apropiado, tales como respiradores, sistemas de ventilación, prácticas de manejo, etc.?
- Siempre que sea posible, ¿se conduce el manejo de sustancias peligrosas en cabinas de pintado con una apropiada ventilación?
- ¿Utiliza usted dilución general o sistemas de ventilación con escape local para controlar polvos, vapores, gases, humos, solventes o neblinas que se pueden generar en su lugar de trabajo?
- ¿Se proporciona equipo de ventilación para el retiro de contaminantes de operaciones tales como producción, amolar, lustrar, rocío de pintura y/o el desengrasado al vapor y éste equipo está funcionando correctamente?
- ¿Monitorea usted a empleados para cerciorarse de que no haya quejas sobre vértigos, dolores de cabeza, náusea, irritación u otros malestares cuando ellos utilizan solventes u otros productos químicos?
- ¿Vigila usted para detectar cualquier problema de salud que surja entre sus empleados tales como sequedad, irritación o sensibilidad de la piel?
- ¿Ha considerado usted el uso de un higienista industrial o de un especialista de salud ambiental para evaluar su operación?
- Si se utilizan motores de combustión interna, ¿se mantiene el monóxido de carbono dentro de niveles aceptables?
- ¿Se limpia con la aspiradora, en vez de soplando o barriendo el polvo, siempre que sea posible para la limpieza?

- ¿Se almacenan materiales que emiten humos tóxicos, asfixiantes, sofocantes o anestésicos en localizaciones alejadas o aisladas cuando no están en uso?

### **Programa de Protección Respiratoria**

---

- En cualquier lugar de trabajo donde es necesario el uso de respiradores para proteger la salud del empleado o siempre que los respiradores son requeridos por el empleador, ¿se ha establecido y puesto en ejecución un programa escrito de protección respiratoria con procedimientos específicos para dicho lugar de trabajo? El programa se debe ponerse al día como sea necesario para reflejar los cambios en las condiciones del lugar de trabajo que afectan el uso de respiradores. Usted debe incluir en el programa las provisiones siguientes como sean aplicables:
  - 1. Procedimientos para seleccionar los respiradores para el uso en el lugar de trabajo.
  - 2. Evaluaciones médicas de los empleados que necesiten utilizar los respiradores.
  - 3. Métodos de prueba de aptitud para respiradores que ajustan apretados.
  - 4. Procedimientos para el uso apropiado de respiradores en la rutina y las situaciones razonablemente previsibles de emergencia.
  - 5. Procedimientos y horario para la limpieza, esterilización, almacenaje, examen, reparación, desecho y toda forma de mantenimiento de respiradores.
  - 6. Procedimientos para asegurar la calidad, cantidad y flujo adecuado del aire respirable usado con respiradores proveedores de atmósfera.
  - 7. Entrenamiento de empleados en los peligros respiratorios a los cuales potencialmente se exponen durante situaciones de rutina y de emergencia.
  - 8. Entrenamiento de empleados en el uso apropiado de respiradores, incluyendo ponérselos y quitárselos, cualquier limitación en su uso y mantenimiento.
  - 9. Procedimientos para regularmente evaluar la eficacia del programa.

### **Comunicación Sobre Sustancias Peligrosa**

---

- ¿Existe en su lugar de trabajo una lista de las sustancias peligrosas usadas?
- ¿Existe un plan escrito y actualizado de control de exposición para la exposición ocupacional a los patógenos del sangre-transmitidos y otros materiales potencialmente infecciosos, cuando sea aplicable?

- ¿Hay un programa escrito de comunicación del peligro que se ocupa de las hojas de datos de seguridad (SDS), del etiquetado y del entrenamiento de empleado?

- ¿Tiene cada envase para una sustancia peligrosa (incluyendo tinas, botellas y tanques de almacenaje) una etiqueta con la identidad del producto y una advertencia de peligro (comunicación de los peligros específicos para la salud y peligros físicos)?

- ¿Hay una hoja de datos de seguridad del material fácilmente disponible para cada sustancia peligrosa usada?

- ¿Hay un programa de entrenamiento al empleado para las sustancias peligrosas?

Este programa necesita incluir:

- 1. Una explicación sobre qué es una hoja de datos de seguridad (SDS) y cómo utilizar y obtener una.
- 2. Contenido de la hoja de datos de seguridad (SDS) para cada sustancia o clase peligrosa de sustancias.
- 3. Explicación del “derecho a saber.”
- 4. Identificación de donde los empleados pueden ver el programa escrito de la comunicación de peligro del empleador y de donde están presentes las sustancias peligrosas en sus áreas de trabajo.
- 5. Peligros físicos y para la salud de sustancias en el área de trabajo y las medidas protectoras específicas que deben tomarse.
- 6. Detalles del programa de comunicación de peligro, incluyendo cómo utilizar el sistema de etiquetado y la hoja de datos de seguridad (SDS).

El programa de entrenamiento de empleados sobre la norma de OSHA en cuanto a patógenos de sangre debe contener los elementos siguientes:

- 1. Una copia accesible de la norma y una explicación de su contenido.
- 2. Una explicación general de la epidemiología y de los síntomas de las enfermedades de patógenos de sangre.
- 3. Una explicación de los modos de transmisión de los patógenos de sangre.
- 4. Una explicación del plan de control de exposición del empleador y de los medios por los cuales los empleados pueden obtener una copia del plan escrito.

- 5. Una explicación de los métodos apropiados para reconocer las tareas y otras actividades que pueden implicar la exposición a sangre y a otros materiales potencialmente infecciosos.
- 6. Una explicación del uso y de las limitaciones de los métodos que previenen o reducen la exposición, incluyendo controles apropiados de ingeniería, prácticas del trabajo y el equipo de protección personal.
- 7. Información sobre los tipos, el uso apropiado, la localización, el retiro, el manejo, la descontaminación y la disposición del equipo protector personal.
- 8. Una explicación de la base para la selección del equipo de protección personal.
- 9. Información sobre la vacuna de hepatitis B.
- 10. Información sobre las acciones apropiadas que deben ocurrir y sobre la gente que se debe contactar en una emergencia que implica sangre u otros materiales potencialmente infecciosos.
- 11. Una explicación del procedimiento a seguir si ocurre un incidente de exposición, incluyendo los métodos de reportar el incidente y el seguimiento médico que se hará disponible.
- 12. Información sobre evaluaciones después de la exposición y seguimiento.
- 13. Una explicación de carteles, etiquetas y codificación de color.

Están los empleados entrenados en lo siguiente:

- ¿Cómo reconocer las tareas que podrían dar lugar a una exposición ocupacional?
- ¿Cómo utilizar prácticas de trabajo, controles de ingeniería y el equipo de protección personal y cómo reconocer sus limitaciones?
- ¿Cómo obtener la información sobre los tipos, selección, uso apropiado, localización, retiro, manejo, descontaminación y disposición del equipo de protección personal?
- ¿A quién contactar y qué hacer en casos de emergencia?

## **Electricidad**

- ¿Se encuentra usted en cumplimiento con las normas de OSHA para todo el trabajo eléctrico de contrato?

- ¿Se requiere que todos los empleados reporten tan pronto como sea posible cualquier peligro obvio a la vida o a la propiedad que observen en conexión con equipo eléctrico o líneas?
- ¿Se entrenan los empleados para hacer inspecciones preliminares y/o pruebas apropiadas para determinar qué condiciones existen antes de comenzar el trabajo en equipo eléctrico o líneas?
- Cuando se le da servicio, mantenimiento o ajuste al equipo eléctrico o líneas, ¿se abren los interruptores y se traban con candado y etiqueta siempre que sea posible?
- ¿Se ponen las herramientas y el equipo eléctricos portátil a tierra o son del tipo de doble-aislamiento?
- ¿Se ponen a tierra los aparatos eléctricos tales como aspiradoras, pulidores y máquinas de venta?
- ¿Tienen los cordones de las extensiones que son utilizadas un conductor que las pone a tierra?
- ¿Se prohíben los dispositivos de enchufe múltiple?
- ¿Están instalados los interruptores de circuito por falla a tierra en cada circuito temporal de 15 o 20 amperios, de 120 voltios de corriente (AC) en localizaciones donde se está realizando construcción, demolición, modificaciones, alteraciones o excavaciones?
- ¿Están protegidos todos los circuitos temporales por interruptores convenientes que desconectan o por conectores de enchufe en la ensambladura con el cableado permanente?
- ¿Tiene usted instalaciones eléctricas en áreas peligrosas de polvo o vapor? Si es así, ¿cumplen estas localizaciones peligrosas con el código eléctrico nacional (NEC)?
- ¿Se reparan o se substituyen prontamente el cableado y los cordones expuestos con el aislamiento estropeado o deteriorado?
- ¿Se mantienen libres de empalmes o de derivaciones el cableado y los cordones flexibles?
- ¿Se proveen abrazaderas u otros medios que aseguran el cableado y los cordones flexibles en los enchufes en receptáculos, herramientas y el equipo y la cobertura del cordón se mantiene con seguridad en su lugar?
- ¿Están todas las conexiones de cordón, cable y corriente intactas y seguras?
- En localizaciones mojadas o húmedas, las herramientas eléctricas y el equipo, ¿son del tipo apropiados para el uso y localización o se protegen de otra manera?

- ¿Se determina la localización de las líneas de corriente eléctrica y los cables (sobrepuesto, subterráneo, debajo del piso, en el otro lado de paredes) antes de cavar, perforar o antes de comenzar trabajo similar?
- ¿Se prohíben las cintas de medir de metal, cuerdas, líneas de mano o dispositivos similares con hilo de rosca metálico tejido en la tela donde podrían entrar en contacto con piezas energizadas de equipo de conductores de circuito?
- ¿Se prohíbe el uso de escaleras de metal en áreas donde la escalera o la persona que usa la escalera podría entrar en contacto con piezas energizadas de equipo, de accesorios o de conductores del circuito?
- ¿Se etiquetan todos los interruptores desconectores de corriente y las clavijas para indicar su uso o equipo al que sirven?
- ¿Se abren siempre los medios de desconexión antes de sustituir los fusibles?
- ¿Tienen todos los sistemas interiores de cableado provisiones para poner a tierra piezas de metal de conductos, equipo y recintos eléctricos?
- ¿Se aseguran todos los conductos eléctricos y recintos en su lugar?
- ¿Están protegidas todas las piezas energizadas de circuitos y de equipo eléctrico contra contacto accidental por gabinetes aprobados o recintos?
- ¿Se provee suficiente espacio de acceso y funcionamiento alrededor de todo equipo eléctrico y se mantiene para permitir operaciones instantáneas y seguras y mantenimiento?
- ¿Se mantienen cerradas con cubiertas, enchufes o placas apropiadas todas las aberturas que no están en uso (incluyendo las del conducto) en recintos y guarniciones eléctricas?
- ¿Se proveen los recintos eléctricos tales como interruptores, receptáculos, cajas de ensambladura, etc., con cubiertas o placas ajustadas?
- ¿Se desconectan los interruptores para motores eléctricos en exceso de 2 caballos de fuerza que son capaces de abrir el circuito cuando el motor está en una condición atascada sin estallar? (El grado de los caballos de fuerza de interruptores debe ser igual o en exceso al grado de los caballos de fuerza del motor.)
- ¿Se provee protección de baja tensión en dispositivos de control de motores que acarrearán las máquinas o el equipo que podría causar lesión probable debido a arranque inadvertido?

- ¿Está situado cada interruptor desconector del motor o clavija de circuito, del dispositivo de control del motor esté de manera que dentro del campo de visión?
- ¿Está situado cada motor dentro del campo de visión del controlador o los medios de desconexión del controlador son capaces de trabarse en posición abierta o existen medios separados de desconexión que están instalados en el circuito dentro del campo de visión del motor?
- ¿Es el controlador para cada motor de más de 2 caballos de potencia nominal de potencia igual o superior a la capacidad nominal del motor al que sirve?
- ¿Se entrenan los empleados que trabajan regularmente o alrededor de equipo eléctrico o de líneas energizadas en resucitación cardio-pulmonar (CPR)?
- ¿Se les prohíbe a los empleados trabajar solos en líneas o equipo energizado sobre 600 voltios?

## **Ruido**

---

- ¿Tiene cada área en el lugar de trabajo un nivel de ruido continuo que no excede 85 decibelios (dBA)?
- ¿Hay un programa preventivo de salud en curso para educar a los empleados en niveles seguros de ruido, exposiciones, los efectos del ruido en su salud y el uso del equipo de protección personal?
- ¿Se han identificado y se han fijado carteles de advertencia en las áreas de trabajo donde los niveles de ruidos hacen difícil la comunicación de voz entre los empleados?
- ¿Se miden los niveles de ruido usando un equipo de nivel de sonido o analizador de banda octava y se guardan los expedientes?
- ¿Se usan controles de ingeniería para reducir niveles de ruido excesivos? ¿Dónde se ha determinado que los controles de ingeniería no son factibles, se utilizan controles de administración (tales como rotación del trabajador) para reducir al mínimo la exposición individual del empleado al ruido?
- ¿Hay equipo protector de la audición aprobado (dispositivos que atenúan el ruido) disponible para cada empleado que trabaja en áreas ruidosas?
- ¿Ha intentado usted aislar la maquinaria ruidosa del resto de su operación?
- Si usted utiliza protección auditiva, ¿son empleados adecuadamente equipados (adaptación del equipo) e instruidos en el uso de estos?

- ¿Se les brinda a los empleados que trabajan en áreas de alto ruido una prueba audiométrica periódica para asegurarse de que su sistema de protección de la audición es eficaz?

### **Provisión de Combustible**

---

- ¿Se prohíbe aprovisionar combustible a un motor de combustión interna con un líquido inflamable mientras que el motor esté funcionando?
- ¿Se hacen las operaciones de aprovisionando de combustible de manera que la probabilidad de derrame sea mínima?
- Cuando el derrame ocurre durante operaciones de provisión de combustible, ¿se lava totalmente, se evapora o se toman otras medidas para controlar vapores del combustible derramado antes de encender el motor de nuevo?
- ¿Se substituyen y se aseguran las tapas del tanque de gasolina antes de encender el motor?
- En operaciones de provisión de combustible, ¿hay siempre contacto de metal entre el envase y el tanque de gasolina?
- ¿Son las mangueras que aprovisionan combustible de un tipo diseñado para manejar el tipo específico de combustible?
- ¿Se prohíbe manejar o transferir gasolina en envases abiertos?
- ¿Hay luces o llamas abiertas, o equipo que chispea o de formación de arco prohibido cerca de operaciones de provisión o transferencia de combustible?
- ¿Se prohíbe el fumar en la vecindad de operaciones de provisión de combustible?
- ¿Se prohíbe la operación de provisión de combustible en edificios u otras áreas encerradas que no se ventilan específicamente para este propósito?
- ¿Son las boquillas del tipo de cierre propio donde la provisión o transferencia de combustible se lleva a cabo usando un sistema de flujo por gravedad?

### **Identificación de Sistemas de Tubería**

---

- Cuando el agua no potable se distribuye en la cañería a través de la instalación, ¿se fijan anuncios en las llaves y los desagües para alertar a los empleados de que esta agua es insegura y que no debe usarse para beber, bañarse u otro uso personal?
- Cuando las sustancias peligrosas se transportan a través de tubería sobre el suelo, ¿se identifica cada tubería en puntos o áreas donde la confusión podría introducir peligros a los empleados?

- Cuando una tubería es identificada por pintura de color, ¿se identifican todas las partes visibles de la línea también?
- Cuando las tuberías son identificadas por bandas o cintas de color pintadas, las bandas o las cintas, ¿están situadas en intervalos razonables y en cada conexión, llave y desagüe?
- Cuando las tuberías son identificadas por color, ¿se fija el código de color en todas las localizaciones en donde confusión podría surgir e introducir peligros a los empleados?
- Cuando el contenido de tuberías se identifica por nombre o abreviatura conocida, ¿está la información fácilmente visible en área del tubo cerca de cada válvula o llave?
- Cuando las tuberías distribuyen sustancias peligrosas son identificadas por etiquetas, ¿son las etiquetas hechas de material durable, el mensaje llevado claramente y permanentemente distinguible, y las etiquetas se instalan en cada válvula o llave?
- Cuando las tuberías son calentadas por electricidad, vapor u otra fuente externa, ¿se colocan los rótulos o etiquetas de peligro adecuados en las uniones, válvulas u otra parte práctica del sistema?

### **Manejo de Materiales**

---

- ¿Existe separación segura para el equipo a través de los pasillos y umbrales?
- ¿Se señalan los pasillos, se marcan permanentemente y se mantienen despejados para permitir el paso sin obstáculos?
- ¿Se inspeccionan los vehículos motorizados y el equipo mecánico diariamente o antes de uso?
- ¿Se apagan los vehículos y se les fijan los frenos antes de cargarlos o descargarlos?
- ¿Se mantienen siempre separados por tablaje suficiente para proporcionar estabilidad en los envases de combustibles o de inflamables, cuando son movidos mientras están apilados?
- ¿Se utilizan los tableros de muelles (placas de puente) durante operaciones de carga o descarga entre vehículos y muelles?
- ¿Se aseguran los camiones y remolques para prevenir movimiento durante el cargamento y operaciones de descarga?
- ¿Se construyen placas de muelle y rampas de cargamento y se mantienen con suficiente fuerza para apoyar el cargamento impuesto?

- ¿Se mantienen los montacargas de mano en buenas condiciones de funcionamiento?
- ¿Se equipan los vertederos con paneles laterales de suficiente altura para evitar que los materiales que son manejados se caigan?
- ¿Se colocan o se aseguran firmemente los vertederos y las secciones del rodillo de gravedad para prevenir movimiento?
- ¿Se toman medidas para frenar el movimiento de los materiales manejados en el extremo de entrega de los rodillos o vertederos?
- ¿Se inspeccionan las paletas o tarimas antes de cargarlas o moverlas?
- ¿Se utilizan los ganchos con cierres de seguridad u otros arreglos al alzar los materiales de modo que las tiras o los accesorios de carga no se deslicen accidentalmente de los ganchos de alzamiento?
- ¿Son las cadenas, cuerdas, cuñas o tiras adecuadas para el trabajo que se está realizando?
- Cuando se alza material o equipo, ¿se toman provisiones para asegurarse de que nadie pasará por debajo de cargas suspendidas?
- ¿Se mantienen disponibles las hojas de seguridad de datos para los empleados que están manejando sustancias peligrosas?

### **Transportando Empleados y Materiales**

- ¿Tienen licencias de operador válidas los empleados que operan vehículos en carreteras públicas?
- Cuando siete o más empleados son transportados regularmente en una furgoneta, autobús o camión, ¿tiene el operador la licencia apropiada para la clase de vehículo que está conduciendo?
- ¿Está equipado con un número adecuado de asientos cada furgoneta, autobús o camión que se utiliza regularmente para transportar empleados?
- ¿Se toman precauciones para prevenir que empleados se caigan del vehículo cuando se les transporta en un camión?
- ¿Están equipados con luces, frenos, bocinas, espejos, parabrisas y señales de dar vuelta en buenas condiciones los vehículos que se utilizan para transportar empleados?
- ¿Están provistos los vehículos de transporte con pasamanos, escalones, estribos o dispositivos similares, instalados y dispuestos de manera tal que los empleados pueden montarse y desmontarse con seguridad?

- ¿Se equipan siempre los vehículos de transporte de empleados, con por lo menos dos llamaradas del tipo reflectivo?
- Cuando herramientas de corte o herramientas con bordes agudos viajan en compartimientos de pasajeros en vehículos de transporte de empleados, ¿se colocan en cajas o envases cerrados y se aseguran en su lugar?
- ¿Se les prohíbe a los empleados montarse encima de carga transportada en vehículos que pueda cambiar de puesto, derribarse o de otra manera tornarse inestable?

### **Control de Sustancias Peligrosas con Ventilación**

- ¿Es el volumen y la velocidad del aire en cada dispositivo de escape suficiente como para coleccionar el polvo, humos, nieblas, vapores o gases que deben ser controlados y transportarlos a un punto conveniente del desecho?
- ¿Se diseñan, construyen y apoyan las entradas, conductos y plenos del extractor para prevenir derribamiento o falla de parte del sistema?
- ¿Se proporcionan puertos de limpieza o puertas en intervalos que no excedan 12 pies en todas las series horizontales de los ductos del extractor?
- ¿Se toman medidas apropiadas para asegurarse de que donde dos o más tipos diferentes de operaciones que están siendo controladas a través del mismo dispositivo de escape, la combinación de sustancias que están siendo controladas no constituye un peligro de fuego, explosión o reacción química en el ducto?
- ¿Se proporciona aire recuperado adecuado a las áreas donde dispositivos de escape están funcionando?
- ¿Se localiza el punto de origen para aire recuperado de modo que solamente aire limpio, fresco y libre de contaminantes se incorpore al ambiente de trabajo?
- Donde dos o más sistemas de ventilación suplen el área de trabajo, ¿se operan de manera que uno no compensará la función de otro?

### **Esterilización de Equipo y Ropa**

- ¿Es la ropa o el equipo de protección personal que se requiere que los empleados lleven o usen del tipo capaz de limpiarse y desinfectarse fácilmente?
- ¿Se les prohíbe a los empleados intercambiar la ropa o el equipo de protección personal a menos que haya sido limpiado correctamente?
- ¿Se limpian y/o se descontaminan las máquinas y el equipo que procesa, dirige o aplica materiales que

podrían ser perjudiciales a los empleados antes de ser revisados o almacenados?

- ¿Se les prohíbe a los empleados fumar o comer en áreas donde están presentes contaminantes que podrían ser perjudiciales si fueran ingeridos?
- Cuando se requiere que los empleados se cambien la ropa de calle por ropa protectora, ¿se provee un cuarto limpio de cambio con facilidades separadas de almacenaje para la ropa de calle y la ropa protectora?
- ¿Se requiere que los empleados se bañen y se laven el cabello lo más pronto que posible después de que se enteren de que han entrado en contacto con un agente carcinógeno?
- Cuando equipo, materiales u otros artículos se insertan en o se sacan de un área regulada carcinógena, ¿se hace de una manera que no contamine las áreas no reguladas o el ambiente externo?

### **Inflación de Neumáticos**

- Donde se montan y/o se inflan neumáticos en pendientes de ruedas de centro, ¿se fija y se hace

cumplir un procedimiento de práctica seguro?

- Donde los neumáticos se montan y/o se inflan en ruedas con aros y/o los anillos de detenedor partidos, ¿se fija y se hace cumplir un procedimiento de práctica seguro?
- ¿Tiene cada manguera de inflación de neumáticos una agarradora de boquilla con sujetador con por lo menos 24 pulgadas de manguera entre la agarradora de boquilla y una válvula de mano en línea y un indicador?
- ¿Detiene el flujo de aire automáticamente la válvula de control de inflación de neumáticos cuando se suelta la válvula?
- ¿Se usa un dispositivo contenedor de neumáticos tal como una jaula, estante u otro medio eficaz mientras se inflan los neumáticos montados en aros partidos o aros usando anillos retenedores?
- ¿Se les prohíbe terminantemente a los empleados ubicarse directamente sobre o delante de un neumático mientras que se está inflando?



## 5.

# Ayuda para Resolver Problemas

## *Consultaría Gratis en el Lugar de Trabajo*

El Servicios de Consultaría de OSH ofrece consultas gratis en el lugar de trabajo. (Véase la cubierta interior de la parte posterior de esta publicación para conseguir la dirección y el número de teléfono.) Usted puede solicitar una visita de un consultor que le dé consejos prácticos sobre la protección de seguridad y salud en su sitio de trabajo. Estos consultores no emiten citaciones, no proponen multas ni proporcionan rutinariamente información sobre usted o las condiciones de su lugar de trabajo a los inspectores de las oficinas de cumplimiento de OSH.

Porque son los empleadores y no los empleados los que están sujetos a las sanciones legales bajo OSHA, usted tendrá la opción de decidir si los empleados o sus representantes participarán en una de consultoría en su sitio de trabajo. Los consultores, sin embargo, tendrán la obligación de explicar que OSHA permite la participación de los trabajadores durante sus inspecciones.

Mientras que los consultores no escriben citaciones, no emiten posibles multas y no proporcionan rutinariamente información de la consulta al personal de cumplimiento, se espera que los empleadores cooperen ampliamente con las recomendaciones de los consultores y que se pongan al día con el cumplimiento de la ley de seguridad y salud en el trabajo voluntariamente.

Cualquier condición de “peligro inminente” identificada por el consultor se debe resolver inmediatamente. Tales condiciones son raras, pero si éstas se encuentran durante una visita de consultoría en su sitio de trabajo, usted tiene que tomar acción correctiva inmediatamente. Observe por favor que si la acción correctiva no se toma inmediatamente, la División de OSH requiere que el consultor notifique inmediatamente a su supervisor(a) para poder tomar la acción apropiada de cumplimiento según lo prescrito por la regulación. El acuerdo entre la OSHA federal y la División de OSH de proporcionar consultoría en sitios de trabajo también requiere que el consultor se asegure de que todos los peligros “serios” se eliminen. Estos son los peligros que razonablemente se pueden esperar que produzcan la muerte o daño físico serio. Cuando un consultor encuentra tal situación, él o ella debe notificarle y darle una cantidad de tiempo razonable para que usted pueda, con eficacia, controlar o eliminar el peligro. El consultor tiene la obligación de trabajar con usted y ayudarle a desarrollar un plan y un itinerario para

la corrección. Si al final del período convenido o dentro de una extensión del tiempo convenido el consultor no está satisfecho de que la acción apropiada se ha tomado, él o ella debe notificar a un supervisor, que tomará la acción apropiada según lo descrito arriba.

Éstas son las únicas ocasiones cuando tal información se puede referir el personal de cumplimiento. Como usted puede ver, sólo la inacción deliberada de parte del empleador o gerente en una situación seria de peligro inminente la que forzaría al consultor a iniciar esta acción. Hemos encontrado que esta situación se presenta solamente en circunstancias raras. El empleador que solicita la consulta demuestra un interés en tener un lugar de trabajo seguro y saludable. Confiamos que el empleador no ignorará el consejo de un profesional cuando éste le alerta sobre tales condiciones peligrosas.

Todo esto será discutido con usted cuando usted llame al Servicios de Consultaría. Entonces, usted puede decidir si proceder con la petición de consultoría. Si usted decide no participar, y esperamos que no lo haga, usted puede solicitar que el consultor le envíe cualquier material especial que se relaciona a las condiciones en su lugar de trabajo. Usted debe leer y ejecutar éstos por sí mismo o por medio de contacto telefónico continuo. De cualquier manera, valdrá la pena llamar.

## *Fuentes Múltiples de Ayuda*

**La División de OSH promueve la seguridad y salud en el lugar de trabajo con esfuerzos de educación, entrenamiento y ayuda técnica.** La oficina de Educación, Entrenamiento y Ayuda Técnica (ETTA) dirige y coordina los esfuerzos de entrenamiento. La división está ampliando sus actividades para promover seguridad y salud en el lugar de trabajo. La nueva unidad móvil del entrenamiento, Labor Uno, es la última innovación. Labor Uno viaja a través del estado para proveer entrenamiento a los empleadores y empleados en el área de construcción y el área de industria general. ETTA ofrece los materiales educativos, coordina conferencias, y proporciona entrenamiento profesional a los miembros del personal de OSH y al público. También ofrece ayuda con la interpretación de las normas de OSHA. ETTA es el coordinador y administrador primario de la función educativa para la división de OSH. ETTA trabaja para desarrollar sociedades apropiadas, coordina y conduce entrenamiento interno y externo, y proporciona ayuda técnica a personas interesadas y a las industrias afectadas. El

énfasis integral de ETTA, consistente con esfuerzos de otros negociados de OSH, es la reducción y la eliminación de los peligros que conducen a lesiones, enfermedades y fatalidades en industrias y actividades seleccionadas.



*OSH en Movimiento para Seguridad y Salud  
Labor Uno es la nueva unidad móvil de entrenamiento del  
Departamento del Trabajo de Carolina del Norte.*

## Interpretación de Normas y Publicaciones

ETTA responde a pedidos de ayuda técnica y la interpretación de las normas de seguridad y salud. ETTA tiene responsabilidad primaria de tratar con asuntos relacionados con la adopción y el desarrollo de normas de seguridad y salud según lo aplicado por la División de OSH. La Sección de Normas de ETTA evalúa peticiones de variación, ayuda a interpretar normas de seguridad y salud, y proporciona ayuda técnica. Copias de las Normas de Seguridad y Salud para el CFR [Código de Regulaciones Federales] 1910 (industria general) y 29 CFR 1926 (industria de la construcción) se pueden adquirir de ETTA. Otras publicaciones de Carolina del Norte sobre seguridad y salud ocupacional disponibles para el público incluyen libros, folletos, el cartel "Aviso a los Empleados", formas y guías de la industria.

## Entrenamiento y Servicios de Alcance Externo

Entrenamiento en curso y esfuerzos de alcance externo son gestionados por la Sección de Entrenamiento de ETTA. Los Servicios de Alcance Externo manejan un arsenal de actividades y de acontecimientos. El personal de ETTA trabaja diligentemente con organizaciones de salud y seguridad, grupos industriales, consultores de seguridad privados, negocios individuales y agencias gubernamentales para proporcionar conferencistas expertos sobre las normas de seguridad y salud.

## Portadores de la Remuneración de los Trabajadores y Otras Compañías de Seguros

Muchos portadores de la remuneración de los trabajadores así como muchas compañías de seguro de responsabilidad e

incendios conducen inspecciones y visitas periódicas para evaluar los peligros de seguridad y salud. Los gerentes de negocios pequeños y medianos necesitan saber qué servicios están disponibles de estas fuentes. Entre en contacto con su portador para ver lo que tiene para ofrecerle.

## Asociaciones Comerciales y Grupos de Empleadores

Debido al aumento en conocimiento de la seguridad y salud en el trabajo que ha ocurrido como resultado de las actividades de OSH, muchas asociaciones comerciales y grupos de empleadores han desarrollado un nuevo énfasis en materias de seguridad y de salud para mejorar servicio a sus miembros. Si usted es miembro de alguno de estos grupos, averigüe cómo su grupo está ayudando a sus miembros. Si usted no es miembro, averigüe si estos grupos están circulando sus materiales a personas que no son miembros, como muchos de estos grupos hacen.

## Sindicatos (Uniones) y Grupos de Empleados

Si sus empleados están organizados, establezca algunas comunicaciones, como usted hace en relaciones de trabajo normales, para obtener acción coordinada sobre los peligros en su negocio. La seguridad y salud es una área donde la proyección anticipada producirá la acción en metas comunes. Muchos sindicatos tienen experiencia en el campo de seguridad y salud y están dispuestos a compartir.

## El Consejo Nacional de Seguridad (NSC) y Capítulos Locales

El Consejo Nacional de Seguridad tiene una amplia gama de servicios informativos disponibles. Si usted tiene un capítulo local del NSC, usted puede llamar o visitarles para ver cómo usted puede utilizar los materiales que conciernen a su negocio. Si no hay capítulo local cerca, usted puede escribirles a la siguiente dirección postal:

Consejo Nacional de Seguridad  
1121 Spring Lake Drive  
Itasca, IL 60143-3201

## Asociaciones Profesionales

Debajo incluimos una lista de asociaciones profesionales que son recursos adicionales que podrían proporcionarle ayuda:

Sociedad Americana de Ingenieros de Seguridad  
1800 E. Oakton  
Des Plaines, IL 60018

Sociedad Americana de Higienistas Industriales  
2700 Prosperity Ave., #250  
Fairfax, VA 22031

Teléfono: (703) 349-8888  
correo electrónico: infonet@aiha.org

Conferencia Americana de Higienistas  
Industriales Gubernamentales  
1330 Kemper Meadow Drive  
Cincinnati, OH 45211-4438  
Teléfono: (513) 742-2020  
Fax: (513) 742-3355

## Para Consulta Médica Específica

Comuníquese con sus doctores o clínicas locales y mire a ver si una de ellas le aconseja en materias médicas del lugar de trabajo en base de consulta. Usted puede entrar en contacto con su capítulo local de la Cruz Roja para solicitar ayuda en el entrenamiento de primeros auxilios. Si usted no puede localizar un capítulo local, escriba a la siguiente dirección postal:

Cruz Roja Americana  
Oficina Central Nacional  
Programas de Seguridad  
18th and E Streets N.W.  
Washington, DC 20006

## Su Biblioteca Local

Muchas bibliotecas locales y de universidades contienen información sobre los temas específicos de seguridad y salud que conciernen a su negocio. Estos materiales están generalmente en cuartos de referencia o áreas de temas técnicos. Pregúntele a su bibliotecario sobre lo que está disponible. La biblioteca podría obtener los materiales para usted por medio de préstamo entre bibliotecas, compra, etc.

Dos publicaciones básicas del Consejo Nacional de Seguridad le darán muchas fuentes de información técnica. El *Manual de Prevención de Accidentes para Operaciones Industriales* es un libro de consulta básica para todo trabajo de seguridad y salud. El segundo, *Fundamentos de Higiene Industrial*, contiene información excelente sobre materiales tóxicos y prácticas recomendadas de salud e higiene. Ambas referencias tienen otras fuentes enumeradas en el final de cada capítulo que puede ayudarle a solucionar problemas específicos.

## Modelo de Declaraciones de Política

“El Acta de Seguridad y Salud Ocupacional de 1970 indica claramente nuestra meta común de mantener condiciones de trabajo seguras y saludables. La seguridad y salud de nuestros empleados continúa siendo la primera consideración en la operación de este negocio.”

“La seguridad y salud en nuestro negocio debe ser una parte de cada operación. Indiscutiblemente es responsabilidad de cada empleado en todos los niveles.”

“Esta compañía intenta estar en cumplimiento con todas las leyes. Para poder hacer esto, debemos constantemente estar enterados de condiciones en todas las áreas de trabajo que puedan producir lesiones. No se le requiere a ningún empleado trabajar en un trabajo que él o ella sabe que no es seguro o saludable. Su cooperación en la detección de peligros y, alternadamente, controlarlos es una condición de su empleo. Informe a su supervisor inmediatamente sobre cualquier situación más allá de su capacidad o autoridad de corregir.”

“La seguridad y la salud personales de cada empleado de esta compañía es de importancia primaria. La prevención de lesiones y de enfermedades relativas a la ocupación es de tal consecuencia que se le dará precedencia sobre productividad de funcionamiento siempre que sea necesario. Al grado más grande posible, la gerencia proporcionará todas las instalaciones mecánicas y físicas requeridas para la seguridad y salud personal de acuerdo con criterios superiores.”

“Mantendremos un programa de seguridad y salud que conforme con las mejores prácticas de organizaciones de este tipo. Para tener éxito, tal programa debe incorporar las actitudes apropiadas hacia la prevención de lesiones y enfermedades de parte de supervisores y de empleados. También requiere la cooperación en todos los asuntos de seguridad y salud, no solamente entre el supervisor y el empleado pero también entre cada empleado y sus compañeros de trabajo. Solamente a través de un esfuerzo cooperativo tal podría un programa de seguridad en el mejor interés de todos establecerse y preservarse.”

“Nuestro objetivo es un programa de seguridad y salud que reducirá el número de lesiones y enfermedades a un mínimo absoluto, no simplemente manteniéndolo pero sobrepasando la mejor experiencia de operaciones similares a las nuestras. Nuestra meta es cero accidentes y lesiones.”

“Nuestro programa de seguridad y salud incluirá:

- Proveer salvaguardias mecánicas y físicas al grado máximo posible.
- Conducir un programa de inspección de seguridad y salud para encontrar y para eliminar condiciones o prácticas inseguras de trabajo, para controlar los peligros de salud, y para cumplir completamente con las normas de seguridad y salud para cada trabajo.
- Entrenar a todos los empleados en buenas prácticas de seguridad y salud.

- Proporcionar el equipo de protección personal necesario e instrucciones para su uso y cuidado.
- Desarrollar y hacer cumplir las reglas de seguridad y salud y requerir que los empleados cooperen con estas reglas como condición de empleo.
- Investigar puntualmente y a fondo cada accidente para descubrir las causas y para corregir el problema de modo que no suceda otra vez.
- Establecer un sistema de reconocimiento y recompensas otorgados por servicio excepcional de seguridad o el desempeño de sus tareas de manera segura y saludable.”

“Reconocemos que las responsabilidades de la seguridad y salud son compartidas:

- El empleador acepta la responsabilidad de la dirección del programa de seguridad y salud, para su eficacia y mejora, y para proporcionar las salvaguardias requeridas para asegurar las condiciones seguras.
- Los supervisores son responsables de desarrollar las actitudes apropiadas hacia seguridad y salud en sí mismos y en éstos que ellos supervisan y de asegurarse de que todas las operaciones están realizadas con respeto extremo para la seguridad y salud de todo el personal implicado, incluyéndolos a ellos mismos.
- Los empleados son responsables de la cooperación sincera y genuina en cuanto a todos los aspectos del programa de seguridad y salud incluyendo cumplimiento con todas las reglas y regulaciones— y continuamente practicar seguridad mientras que realizan sus deberes.”

## ***El Código de Prácticas Seguras***

Éste es un código sugerido. Es general en naturaleza e inclusivo de muchos tipos de actividades de la pequeña empresa. Intenta solamente servir como modelo que usted puede redactar para describir su propio ambiente particular de trabajo.

### **Política General**

1. Todos los empleados de esta firma seguirán estas reglas de prácticas seguras, otorgarán toda la ayuda posible a las operaciones seguras, y divulgarán todas las condiciones o prácticas inseguras al supervisor o el empleador.
2. Los supervisores insistirán que los empleados observen y obedezcan cada regla, regulación y orden necesarias para asegurar la conducta segura en el trabajo y tomarán cualquier acción que sea necesaria para obtener cumplimiento de dichas reglas.

3. Todos los empleados recibirán instrucciones frecuentes sobre prevención de accidentes. Instrucciones, simulacros de práctica y artículos referentes a la seguridad y salud del lugar de trabajo serán ofrecidos por lo menos una vez cada \_\_\_ días laborables.
4. Cualquier persona que se sepa que está bajo la influencia de alcohol y/o de drogas no será permitida en el trabajo mientras que esté en esa condición. Se les exhorta a los trabajadores con síntomas de abuso de alcohol y/o de drogas a que discutan problemas personales o relacionados con el trabajo con el empleador o el supervisor.
5. Con conocimiento, no se le permitirá o requerirá a nadie trabajar mientras que su capacidad o atención esté deteriorada por la fatiga, enfermedad u otras causas que pudieran exponer a este individuo o a otros a lesión.
6. Los empleados deben estar alerta, asegurarse de que todos los guardas y otros dispositivos protectores estén en lugar correctamente, ajustados y reportarán cualquier deficiencia observada. El equipo de protección personal aprobado será usado en áreas de trabajo especificadas.
7. Se prohíben los actos de juegos de manos, las peleas físicas y otros actos que tienden a poner en peligro la seguridad o el bienestar de los empleados.
8. El trabajo será planeado y supervisado bien para prevenir lesiones al trabajar con equipo y manejando materiales pesados. Al levantar objetos pesados, los empleados deben doblar sus rodillas y utilizar los músculos grandes de la pierna en vez de los músculos más pequeños de la espalda. Las lesiones de la espalda son el tipo más frecuente y a menudo el tipo más persistente y más doloroso de lesión en el lugar de trabajo.
9. Los trabajadores no dirigirán ni tratarán de manejar, forzar o alterar ningún equipo eléctrico, maquinaria, o líneas de aire o de agua de una manera no dentro del alcance de sus deberes, a menos que hayan recibido instrucciones del supervisor o del patrono.
10. Todas las lesiones serán reportadas puntualmente al supervisor o al patrono para poder tomar medidas para el tratamiento médico y/o de primeros auxilios. Los materiales para proveer primeros auxilios están situados en \_\_\_\_\_; los números de teléfono de emergencia, fuego, ambulancia, cuadrilla de rescate y de los doctores están situados en \_\_\_\_\_; y los extinguidores de incendio están situados en \_\_\_\_\_.

## Reglas de Seguridad Sugeridas

- No lance material, herramientas u otros objetos desde alturas (no importa si es desde estructuras o edificios) hasta que se hayan tomado precauciones apropiadas para proteger a los demás empleados contra el peligro de ser golpeados por objetos que caen.
- Lávese bien las manos después de haber manejado sustancias perjudiciales o venenosas.
- Gasolina no debe ser utilizada con propósitos de limpieza.
- Ordene el trabajo de manera tal que usted pueda hacer frente a escaleras portátiles y utilizar ambas manos mientras que se sube a éstas.

## Uso de Herramientas y de Equipo

- Mantenga la esfera de martillos en buenas condiciones para evitar clavos que vuelen y dedos contusionados.
- Limas serán equipadas con mangos; nunca utilice una lima como punzón o palanca.
- Nunca utilice un destornillador como cincel.
- Nunca levante ni baje las herramientas eléctricas portátiles por los cables eléctricos; utilice una cuerda. No deje los cordones de estas herramientas en áreas donde coches o camiones transitarán sobre ellas.

## Maquinaria y Vehículos

- No intente operar maquinaria o equipo sin permiso especial a menos que sea uno de sus deberes regulares.
- Ropa raída o demasiado ancha, lazos que cuelguen, anillos de dedo, etc., no se deben usar alrededor de maquinaria móvil o en otros lugares en los que se pudieran trabar.
- No repare o ajuste maquinaria mientras ésta esté en operación.

## *Normas, Regulaciones y Requisitos de OSHA sobre la Seguridad y Salud en el Trabajo*

OSHA tiene cuatro sistemas separados de normas: Industria general (Código 29 de Regulaciones Federales [CFR] 1910), Construcción (29 CFR 1926), Empleo Marítimo (29 CFR 1915-1919), y Agricultura (29 CFR

1928). OSHA tiene regulaciones sobre la fijación de carteles y otras materias administrativas en 29 CFR 1903 y sobre el registro y el reporte de lesiones y enfermedades en 29 CFR 1904.

El Acta de Seguridad y Salud Ocupacional de Carolina del Norte también tiene una cláusula sobre el deber en general (Estatutos Generales de Carolina del Norte 95-129(1)):

Cada empleador debe ofrecer a cada uno de sus empleados condiciones de empleo y un lugar de empleo libre de peligros reconocidos que causen o puedan causar muerte o daño físico serio o lesiones serias a sus empleados.

Un peligro reconocido es un peligro dañino reconocido por la industria del patrono o la industria en general, por el empleador, o por sentido común. La cláusula del deber general no aplica si existe una norma de OSHA que cubre ese peligro, a menos que el empleador sepa que la norma no discute adecuadamente el peligro.

Para ordenar una copia de las regulaciones de OSHA, entre en contacto con la oficina de Educación, Entrenamiento y Ayuda Técnica de OSH (refiérase al interior de la cubierta de la parte posterior de esta publicación para obtener la dirección y el número de teléfono.)

Después de que usted haya obtenido una copia de las normas vigentes, las que aplican a su negocio se pueden identificar fácilmente por un proceso de eliminación. Lea la introducción en el encabezamiento de la subparte, después analice los peligros posibles mencionados, pero pensando solamente en términos de su lugar de trabajo, su equipo, sus materiales y sus empleados.

Por ejemplo, si su negocio incluye comercio al por menor o servicios y usted no posee gases comprimidos, inflamables o explosivos en su negocio, usted puede eliminar la Subparte H, que incluye peligros relacionados con materiales peligrosos, porque esta subparte que no aplica a su negocio.

La mayoría de las pequeñas empresas necesitan prestar atención particular a lo siguiente:

- Superficies de Caminar-Trabajar (Subparte D)
- Medios de Salida (de Subparte E)
- Control del Medio Ambiente y Salud Ocupacional (Subparte G)
- Protección contra Incendios (Subparte L)
- Manejo y Almacenaje de Materiales (Subparte N)

La aplicabilidad de otras normas depende de las funciones de su negocio.

Si usted tiene cualquier problema determinando si una norma es aplicable a su lugar de trabajo, usted puede entrar en contacto con el Negociado de Educación, Entrenamiento y Ayuda Técnica de OSH. El personal debe poder contestar cualquier pregunta que usted pueda tener sobre normas, así como proveerle consejos en general sobre métodos de implementarlas en su lugar de trabajo.

## ***Financiación de Mejora en el Trabajo***

La Administración de Pequeñas Empresas (SBA) está autorizada a otorgar préstamos para ayudar a las pequeñas empresas para que éstas puedan poner su lugar de trabajo en cumplimiento con las normas de OSHA. Porque la definición de SBA de un negocio "PEQUEÑO" varía de industria en industria, es recomendable entrar en contacto con su oficina local del campo de SBA y preguntar si usted colifica.

Si la división de OSH no ha inspeccionado su negocio, ahora es la mejor oportunidad de procurar una consulta para saber si su lugar de trabajo requerirá cualquier mejora y cuanto dinero le van a costar las mejoras. El Servicio de Consultoría puede asistirle en la determinación de qué mejoras son necesarias y de qué normas se relacionan con la condición o condiciones que usted deberá corregir.

Una sugerencia provechosa: si usted decide solicitar un préstamo de SBA, la experiencia indica que la mayoría de los retrasos en proceso de préstamos de SBA/OSHA es debido a que las aplicaciones: (1) no describen adecuadamente cada condición del lugar de trabajo que se debe corregir y no identifican una o más normas de OSHA aplicables a la condición que debe ser corregida o (2) no proporcionan un estimado razonable del costo que conlleva corregir cada condición.

En la mayoría de los casos, los peligros de seguridad se pueden corregir sin ayuda financiera. Los peligros para la salud pueden ser más costosos de corregir. La edad y la condición del edificio y del equipo son factores importantes que se considerarán.

La información del tipo de interés sobre préstamos de SBA se puede obtener de cualquier oficina de SBA. El índice de interés fluctúa, pero es generalmente más bajo que el que usted puede obtener en otra parte.

Además, usted puede desear consultar a su propio banco. Es beneficioso consultar diferentes bancos y comparar sus índices de interés cuando se trata de obtener un préstamo.

Y no se olvide de comprobar con su contador cuando vaya a rendir impuestos, puesto que las mejoras de seguridad y salud pueden ser acreditadas o depreciadas generalmente.

# Hoja de Trabajo sobre un Plan de Acción Completo

**Pasos Principales de Acción**

	<b>Prioridad (Asígnele a cada paso un Número)</b>	<b>Fecha de Conclusión Anticipada</b>	<b>Fecha de Conclusión</b>	<b>Conclusión</b>
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

# Paso de Acción \_\_\_\_\_

Descripción de la Acción a Tomarse: \_\_\_\_\_

Pasos Específicos Requeridos	Gente Asignada	Fecha de Conclusión Anticipada	Problemas Retrasos	Fecha de Conclusión
1. _____ _____ _____ _____ _____	_____	_____	_____	_____
2. _____ _____ _____ _____ _____	_____	_____	_____	_____
3. _____ _____ _____ _____ _____	_____	_____	_____	_____
4. _____ _____ _____ _____ _____	_____	_____	_____	_____



## **Publicaciones de OSHA**

Nosotros proveemos una variedad de publicaciones de OSHA. Estas incluyen las regulaciones de la industria en general y de la construcción, guías de la industria que cubren diferentes temas de OSHA, tarjetas consulta rápida, hojas informativas y folletos que cubren una amplia variedad de riesgos severos de salud y seguridad relacionados con el trabajo. Los carteles con la ley laboral están disponibles de forma gratuita. Para obtener publicaciones, llame gratis al 1-800-NC-LABOR (1-800-625-2267) o directamente al teléfono 919-807-2875. Revise la lista completa de publicaciones en [www.nclabor.com/pubs.htm](http://www.nclabor.com/pubs.htm).

## Seguridad y Salud Ocupacional (OSH) Fuentes de Información

Usted puede llamar al número 1-800-625-2267 para comunicarse con cualquier división del Departamento de Trabajo de Carolina del Norte, o visitar la página de Internet en la dirección <http://www.nclabor.com>.

### División de Seguridad y Salud Ocupacional

Dirección de Correo:  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101  
Teléfono local: 919-807-2900 Fax: 919-807-2856

Dirección:  
111 Hillsborough St.  
(Old Revenue Building, 3rd Piso)

*Para información en cuanto a educación, entrenamiento e interpretaciones de las normas de seguridad y salud ocupacional, y OSH programas de reconocimiento, usted puede contactar:*

### La Oficina de Educación, Entrenamiento y Ayuda Técnica (ETTA)

Dirección de Correo:  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101  
Teléfono: 919-807-2875 Fax: 919-807-2876

Dirección:  
111 Hillsborough St.  
(Old Revenue Building, 4th Piso)

*Para información en cuanto a los servicios de consultaría, usted puede contactar:*

### La Oficina de Servicios de Consultaría

Dirección de Correo:  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101  
Teléfono: 919-807-2899 Fax: 919-807-2902

Dirección:  
111 Hillsborough St.  
(Old Revenue Building, 3rd Piso)

*Para información en cuanto a las inspecciones de las viviendas de los trabajadores migratorios u otras actividades relacionadas, usted puede contactar:*

### La Oficina de Seguridad y Salud Ocupacional Agrícola

Dirección de Correo:  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101  
Teléfono: 919-807-2923 Fax: 919-807-2924

Dirección:  
111 Hillsborough St.  
(Old Revenue Building, 2nd Piso)

*Para información en cuanto a las cumplimiento de seguridad y salud ocupacional, usted puede contactar:*

### Oficinas de Distritos de Seguridad y Salud Ocupacional

**Oficina de Distrito de Raleigh** (3801 Lake Boone Trail, Suite 300, Raleigh, NC 27607)

Teléfono: 919-779-8570 Fax: 919-420-7966

**Oficina de Distrito de Asheville** (204 Charlotte Highway, Suite B, Asheville, NC 28803-8681)

Teléfono: 828-299-8232 Fax: 828-299-8266

**Oficina de Distrito de Charlotte** (901 Blairhill Road, Suite 200, Charlotte, NC 28217-1578)

Teléfono: 704-665-4341 Fax: 704-665-4342

**Oficina de Distrito de Winston-Salem** (4964 University Parkway, Suite 202, Winston Salem, NC 27106-2800)

Teléfono: 336-776-4420 Fax: 336-767-3989

**Oficina de Distrito de Wilmington** (1200 N. 23rd St., Suite 205, Wilmington, NC 28405-1824)

Teléfono: 910-251-2678 Fax: 910-251-2654

**\*\*\*Para hacer una queja con OSHA, llame el Departamento de Quejas al 919-807-2796\*\*\***

*Para información en cuanto a las actividades de programas sobre información de estadísticas, usted puede contactar:*

### Administración y Planeamiento de Estadísticas e Información

Dirección de Correo:  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101  
Teléfono: 919-807-2950 Fax: 919-807-2951

Dirección:  
111 Hillsborough St.  
(Old Revenue Building, 2nd Piso)

*Para información en cuanto a libros, publicaciones, periódicos, videos, fotos, grabaciones audibles y base de datos electrónicos:*

### La Biblioteca del Departamento de Labor de Carolina del Norte

Dirección de Correo:  
1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101  
Teléfono: 919-807-2850 Fax: 919-807-2849

Dirección:  
111 Hillsborough St.  
(Old Revenue Building, 5th Piso)

### Departamento de Labor de Carolina del Norte (aparte de OSH)

1101 Mail Service Center  
Raleigh, NC 27699-1101  
Teléfono: 919-733-7166 Fax: 919-733-6197