
DIALOGOS DE LOS VIDEOS DE SEGURIDAD

Proyecto Defensa Laboral

CALOR

El trabajo en la construcción en Texas presenta sus propios desafíos, a veces el solo trabajar afuera es desagradable y es muy peligroso si no sabes cómo cuidarte. Tienes que estar atento a la humedad y los golpes de calor que te pueden dar en cualquier momento, en cualquier instante y a cualquier persona. Lo mejor que puede hacer es que vas a disminuir tu trabajo, lo peor es que puedes perder tu vida. Aquí estoy con Jorge.

Mucho gusto. Estamos aquí para discutir algunas circunstancias, de cómo debes trabajar para tomar precauciones para contrarrestar el clima en lo que es el calor.

Jorge: Bueno, te diré que aquí en Texas podemos tener semanas completas en verano con temperaturas no menores de 100 grados F y con alta humedad en el medio ambiente y nuestros cuerpos no están acostumbrados a esas condiciones de alto calor y humedad. No pueden mantenerse frescos debido a la transpiración y pueden caer en el estrés por el calor que comúnmente es conocido como insolación.

Entrevistador: Entonces Jorge ¿cómo es distinto a tan solo tener calor?

Jorge: La insolación es una señal de que tu cuerpo ya no está funcionando bien, debido a demasiado calor, le puede pasar a cualquiera y puede ser fatal, si no es tratado a tiempo.

Entrevistador: El calor y la humedad provocan el estrés. Tiene sentido. La gente debe tomar esto en cuenta cuando trabaja con la luz directa del sol y cuando no hay brisa.

Jorge: Sí, sí tiene mucho sentido. Si sabes que vas a trabajar en el exterior, debes de seguir varios consejos. Primero que nada debes hidratarte, mantenerte hidratado. Debes evitar el alcohol y la cafeína porque éstos te aceleran la deshidratación. Tienes que estar agarrando descansos. Trabajas un cierto periodo y descansas en la sombra. Te vuelves a hidratar. De esa manera tu previenes que no te ataque la insolación.

Entrevistador: Parece que esta es una situación que se presenta en el trabajo en la construcción durante el verano. Entonces ¿cómo sé si solo tengo mucho calor o si realmente estoy entrando en insolación o un golpe de calor?

Jorge: Bueno, con la insolación la gente suele sentir dolor de cabeza, se empieza a marear y hasta puede desmayarse, se sienten débiles, pueden tener vómitos, su humor empieza a cambiar, se ponen irritables, se confunden como si estuvieran perdidos, como si no supieran qué pasa.

Entrevistador: ¿Esta es la insolación?

Jorge: Sí, es la insolación.

Entrevistador: ¿Cómo es distinto a un golpe de calor?

Jorge: Bueno, la insolación es peligrosa, pero un golpe de calor es mucho más grave y puede ser fatal. Una de las diferencias más salientes entre la insolación y el golpe de calor es que con la insolación tu piel está húmeda y con un golpe de calor, está seca, caliente y sin sudor. La gente puede empezar a confundirse y el síntoma máximo es cuando empiezan a tener convulsiones, eso es ya cuando es muy peligroso y es cuando ya podemos decir que puede morir.

Entrevistador: Parece que aquí hace mucho calor, vamos a la sombra para seguir platicando.

Jorge: Sí

Entrevistador: Afortunadamente, gracias al esfuerzo del Proyecto de Defensa Laboral en colaboración con la ciudad de Austin, hemos logrado que la ciudad otorgue a los trabajadores de la construcción un descanso de 10 a 15 minutos cada 3 horas y media. Es muy importante tomar en cuenta otras cositas como es refrescarse cada 15 minutos, estar tomando agua, bebidas deportivas, tener en cuenta la ropa, amplia y de colores claros.

Jorge: Y fijarse que todos los compañeros del trabajo sepan reconocer los síntomas que alguien pueda presentar respecto a la insolación o a un golpe de calor. Si alguien se siente mal debido a demasiado calor esto es lo que podemos hacer: primero que nada llamar a la línea de ayuda, llamar inmediatamente al 911, colocar a la persona en área más fresca y más ventilada, aflojar su ropa, darle a beber sorbos de agua, asegurar que pueda respirar bien, que no lo rodeen todos y le bloqueen el acceso al oxígeno, también humedecer su cuerpo con agua para que su temperatura corporal descienda.

Entrevistador: Sí, porque si una persona sufre un golpe de calor y deja de sudar obviamente no se puede ayudar a si mismo, va a necesitar ayuda.

Jorge: Claro.

Entrevistador: Entonces Jorge gracias por juntarte con nosotros y compartir estas ideas que vemos que son prácticas y sencillas para evitar una insolación o un golpe de calor.

INTERACTIVO

1. Hace demasiado calor para estar trabajando sin descansos y sin agua, pero tengo miedo de decirle algo al patrón, el podría decirme que vaya a casa porque estoy despedido.
2. Yo me tomé un vaso de agua en la mañana, pero todo el día he tomado mucho café. Yo siempre he trabajado en estos calores tan fuertes y nunca me ha pasado nada malo. Yo estoy seguro que voy a estar bien.
3. En este día tan caluroso me siento muy mal. He estado trabajando y ya me duele mucho mi cabeza y siento ganas de vomitar.

ELECTRICIDAD

Todos sabemos que el trabajo de electricidad es muy común, pero peligroso. Cada día un trabajador muere por causa de la electricidad. La mayoría no son electricistas, solamente están usando cables incorrectos. Para saber más sobre la electricidad vamos a conocer a Quirino Juárez.

Entrevistador: Hermano, ¿cómo está?

Quirino: Hola ¿cómo está? ¿cómo le ha ido?

Entrevistador: Nada más quería hacerle una pregunta. ¿Cuál es el error más común de un trabajador que no es electricista.

Quirino: Ok, eso es una buena pregunta. Muchas de las veces cuando las personas se electrocutan porque hacen uso inadecuado de las herramientas que están utilizando y para eso hay que revisar todo el equipo, que todo esté bien, para evitar los problemas de accidentes que causan constantemente.

Entrevistador: Yo estuve trabajando y me pasaron un cable que estaba cortado, ¿puede plugear la extensión así como está?

Quirino: Mira, antes de que uses un cable, una extensión como esta, tienes que inspeccionarlo, revisarlo que todo esté bien.

Entrevistador: ¿Quiere decir que no tenga ninguna rotura?

Quirino: Que no tenga ningún corte. Por ejemplo, a este le falta una clavija.

Entrevistador: Clavija se llama

Quirino: Sí. Y por el otro lado está cortado, tampoco no se puede usar.

Entrevistador: Y si yo lo quisiera tapear para que no se mire eso ¿sería bueno o sería malo?

Quirino: No, eso no es correcto.

Entrevistador: ¿No lo intento?

Quirino: No, no lo intente porque es muy peligroso, no es correcto, no lo haga. Entonces lo que tenemos que hacer con este cable es marcarlo y desecharlo.

Entrevistador: ¿A la basura?

Quirino: Exactamente.

Entrevistador: ¡Qué bueno!

Quirino: Entonces, le voy a mostrar un cable que tengo aquí a la mano, éste es el que puede usar. Mire, para saber que un cable es acreditado, tendrá que ser revestimiento, de protección como dispositivos para aliviar la carga de tensión; de restáculos para clavijas de toma a tierra. Sólo utilice aquellos cables que están diseñados para tareas pesadas o trabajos pesados, esos estarán marcados cada dos pies y son los cables que tiene que usar para el trabajo que usted necesita.

Entrevistador: Qué bueno, aquí vengo yo a trabajar y traigo mi cable. ¿En dónde lo podría pluggear? ¿Allá?

Quirino: No, no puede conectarlo allá porque ya está lleno, no puede conectar más cables ahí porque se va a sobre-calentar y no puede usar ese enchufe.

Entrevistador: Así lo hago en mi casa, tengo como 20 enchufes en el mismo plug y no me pasa nada.

Quirino: No, tal vez la corriente en su casa es menor, pero aquí dentro de la construcción es más poderosa y entonces usted no puede hacer eso. Lo que yo le recomiendo es un GFCI. Lo conecta aquí en la pared y aquí puede poner su cable.

Entrevistador: Entonces ya lo puedo conectar.

Quirino: Mire ese charco de agua. Nunca intente cruzar un cable o un aparato, tenerlo cerca. Debe usar equipos o aparatos con doble aislamiento para realizar su trabajo. El propósito de éste que tiene doble aislamiento, es el símbolo del doble aislamiento, no necesita tres clavijas. Entonces es una de las cosas que yo te recomiendo. Tenga cuidado con el charco de agua. Mire no intente agarrarlo. Antes de que lo levante del agua tiene que desconectarlo. Ahora sí puede recoger su aparato.

Entrevistador: ¿Ahora sí?

Quirino: Ahora sí, porque es peligroso tener la extensión cerca de donde está el agua cuando un aparato se cae al agua, se puede electrocutar. Para evitar eso es mejor desconectarlo primero y después lo levantas.

Entrevistador: ¡Qué bueno que estoy afuera! Así no me debo preocupar por la electricidad porque yo trabajo con herramientas manuales.

Quirino: Pues eso no es correcto. Aunque no trabajes con equipos eléctricos, recuerda que hay bastante cables arriba y si hay un andamio que está tocando ese cable al llegar usted a tocarlo se puede electrocutar, también si hay una grúa tocando esos cables. La manera más correcta que hay que hacer es ubicar el lugar, inspeccionar el área en donde vas a trabajar, que no esté tocando algún andamio un cable de electricidad o una grúa esté tocando un cable a la vez también.

Entrevistador: Si hay bastantes cables alrededor mío y yo tengo una grúa entonces tengo que tener mucho cuidado, cómo la voy a mover y cómo la voy a levantar y llevar el material para arriba.

Quirino: Usted dice que no es operador, no usa equipos eléctricos, usa equipos manuales y usted llega a tocar esa grúa y ésta está tocando el cable es peligrosísimo.

Entrevistador: ¿Qué me pasaría?

Quirino: Se va a electrocutar.

Entrevistador: Entonces sí me asustaría y me moriría. Semejante shock eléctrico.

Quirino: Nunca presume que un cable esté seguro de tocar aunque se mire aislado. Además, otra de las cosas, todos los equipos eléctricos tiene que mantenerlos por lo menos 10 pies de distancia del cable eléctrico. Los andamios tienen que estar bastante lejos. Si algo parece demasiado cerca, hágase saber a su supervisor. Si cae un cable mientras maneja, quédese adentro y siga manejando y si su coche se llega a parar, quédese adentro hasta recibir noticias de que el cable no está electrificado.

Entrevistador: Y ¿si hay una emergencia para salir del vehículo?

Quirino: Si se trata de salir del vehículo definitivamente, hay que tratar de brincar con los dos pies juntos, a modo de no tocar el vehículo y la tierra a la vez.

PROTÉJASE

INTERACTIVO

1. Luciano Márquez-Jornalero: Normalmente trabajamos en esos techos, son bastante escarpados y se ponen muy resbalosos cuando está mojados. No, no usamos arnés, nadie nos ha dicho que debemos usarlos.
2. Alan Shephard-Contratista General: Mira, hay muchos que trabajan en construcción que piensan que la clave del negocio es reducir los costos y el tiempo. Ultimamente eso va a llevar a una situación peligrosa, que puede llevar a daños serios o muerte.
3. Luis Galindo-Encargado de Proyectos:

¡Súbete a la escalera!

Jefe: ¿Qué está pasando aquí? Pensaba que les había dicho que hicieran mucho más que eso para hoy. ¿Qué está pasando aquí?

Trabajador: Yo sé patrón, pero es que estamos trabajando lo más rápido posible, estamos usando la escalera como ustedes nos enseñaron la semana pasada.

Jefe: Mira, Lucas. Yo he hecho esto por 20 años. No necesito que pierdas tu tiempo agarrando una escalera. ¿Me entiendes? Entonces, súbete, todo va a estar bien. Aquí está tu brocha para pintar y tu cubeta y si eso no se termina para el fin de semana, tu y yo vamos a tener otra platica ¿me explico?

Trabajador: Patrón, yo creo que debemos cambiar nuestra póliza de seguridad de las escaleras, es que están muy viejas y mal puestas, alguien se va a lastimar así la próxima vez, muy fuerte y pues mi cuñado me dijo que debemos reportar con OSHA lo que pasó.

Jefe: ¿Con OSHA? ¿Sabes lo que es OSHA? Es la migra, los federales. ¿Sabes lo que van a hacer? Te regresarán a México. ¿Qué piensas de eso? Ve y habla con OSHA.

Trabajador: Pero es que Fernando se rompió su brazo y pues la próxima vez alguien se va morir.

Jefe: ¡Tienes suerte de que no murió! Estabas ahí debajo de la escalera con él. Si hubieras prestado más atención eso nunca hubiera pasado. ¿Sabes qué? ¿Porqué no vas a almorzar, piénsalo y no vuelvas hasta que decidas ser parte de nuestro equipo? Hay mucha gente que quisiera tener tu trabajo.

PAUSA: Tienen 10 minutos para discutir respuestas posibles. Sigán cuando estén listos.

Trabajador: ¿Hay alguien aquí que me pueda ayudar en algo? Buenos días, acabo de llegar a este país y empecé un trabajo y quería ver si me pueden ayudar en algo.

Recepcionista: Sí, tengo unos minutos, porque no nos juntamos en la sala de allá para platicar.

Trabajador: Gracias.

Recepcionista: Me da rabia que piensen que pueden intimidar a la gente así. Tú no tienes que preocuparte de nada. Hiciste exactamente lo que alguien en tu posición debería de haber hecho. Aquí en el Proyecto de Defensa Laboral trabajamos con mucha gente en tu situación. Yo pienso que deberías de poner una queja frente a OSHA y claro nosotros te podemos ayudar con eso.

Trabajador: No, la verdad no, ya ve que mi familia no tiene papeles y no queremos que sepa nadie de nosotros.

Recepcionista: Mira, mucha gente se preocupa por eso, pero la verdad es que ellos no te van a hacer ninguna pregunta sobre tu estatus migratorio. A los investigadores de OSHA lo que les importa es salud y seguridad en el trabajo. Y eso en verdad no tiene nada que ver con tu estatus migratorio.

Trabajador: pero, ¿qué pueden hacer por mí? ¿pueden hacer que cambie el jefe sus políticas de seguridad?

Recepcionista: Lo que OSHA puede hacer es ponerle multas a las compañías que violan las leyes de OSHA y también pueden hacer investigaciones y llegar hasta el fondo del asunto.

Trabajador: ¿Investigaciones? ¿pero qué si ellos encuentran que yo no seguí todos los trámites de seguridad? ¿qué si encuentran todo eso?

Recepcionista: Los trabajadores tienen la responsabilidad de seguir el protocolo de la seguridad, de las políticas de seguridad, pero OSHA nunca penaliza a los trabajadores individuales. En verdad esa es la responsabilidad de tu patrón. Has cumplido con todas las reglas de tu patrón y has usado los equipos de protección que él te dio. Mira, has informado a tu supervisor sobre las condiciones peligrosas, le informaste a tu jefe cuando se lastimó Fernando en la escalera y fue tu patrón el que no cumplió con sus obligaciones. De acuerdo con OSHA, la responsabilidad de tu patrón es proveer un lugar de trabajo libre de peligros y reducir la posibilidad de

peligros hasta lo mínimo posible. Tu patrón necesita asegurarse de que todos los empleados usen herramientas y equipos que sean seguros y en buenas condiciones.

Trabajador: Pues ni siquiera teníamos arneses y también los techos y las escaleras estaban muy mal puestas.

Recepcionista: Puedes hacer una queja por correo, fax o correo electrónico. En Austin, el Proyecto de Defensa Laboral representa a muchos trabajadores con OSHA, pero en verdad un centro laboral en cualquier ciudad yo creo que podrían ayudar a llenar este formulario. Mira, sólo contesta algunas preguntas básicas y presta atención especialmente en esta parte titulada descripción y ubicación del peligro. Vamos a registrar todos los datos específicos.

Trabajador: y ¿cómo qué tipo de cosas está buscando OSHA?

Recepcionista: Las quejas que siempre resultan en una investigación son aquellas que describen un peligro que es una violación de ley o en casos donde ya ocurrió un accidente, si sigue existiendo la situación que causó el accidente. También otros casos que estimulan una investigación son situaciones donde existe un peligro inminente para los trabajadores o compañías que trabajan en industrias naturalmente peligrosas o compañías que tienen una historia larga de violaciones e investigaciones.

Trabajador: Sí exactamente lo que usted está describiendo es lo que nosotros estamos pasando en el trabajo ahorita.

Recepcionista: Mira Lucas, en verdad pienso que tienes un caso muy fuerte y estoy muy orgullosa de que te hayas defendido a ti mismo y a tus compañeros y no dejaste que el patrón los intimidara.

Lucas: Sí, se siente bien saber que no estamos solos en esto. Me siento bien de saber que nos estamos defendiendo y que estamos luchando por lo que es justo.

ALTURAS

Jaime: Es obvio que todos sabemos que tenemos que utilizar un equipo especializado en contra de caídas de grandes alturas, pero ¿sabía usted que debemos empezar a usar este equipo para prevenir una caída después de los 6 pies?

En el año 2007 442 personas fallecieron de caídas en el trabajo de construcción. Eso quiere decir que más de una persona muere de una caída cada día en un sitio de construcción en los Estados Unidos. De los 24,000 trabajadores de la construcción que sufrieron severas caídas en su trabajo, la mitad de estos trabajadores tuvieron que faltar a su trabajo por la severidad de sus lesiones, pero ¿qué es lo que causa esto? Vayamos a conocer a Félix para que nos explique un poco.

Jaime: Félix, ¿Qué tal? ¿Cómo estás? ¿Nos puedes mostrar un área desprotegida?

Félix: Claro Jaime, siempre hay que recordar que pisos y lugares desprotegidos siempre deben utilizar el sistema de ¿barandas?, eso incluye pasarelas, los lados del edificio, hasta las ventanas abiertas cuando la parte inferior está menos de tres pies de la base. Barandas: requieren larguero de arriba, larguero intermedio y además un larguero en la parte de abajo cuando haya peligro de materiales caídos. La baranda se debe apoyar cada 8 pies y debe poder soportar por lo menos 200 libras, o sea un hombre adulto. Es muy importante que cuando no existe el sistema de barandas hay que poner el sistema de advertencia, pero es más que unas cuerdas o banderas. Una cosa es que sólo se puede utilizar esto cuando hay un poco de ángulo de inclinación. Estas líneas deben ser visibles, deben estar a más de 3 pies del suelo y no menos que 6 pies del borde del techo. Es útil pensar lo que la longitud de un cuerpo humano que haya tropezado. La cuerda debe soportar el peso de dos hombre grandes, 500 libras. Sin partir, los postes deben soportar por lo menos 16 libras sin aventarse.

Jaime: Félix ¿esto me muestra que hay un agujero aquí debajo?

Félix: Claro que sí Jaime, cuando hay un agujero en el piso que es zona de peligro, siempre hay que tener una valla y cubrir la cobertura alrededor.

Félix: Ahí dice “hole” y puede soportar la seguridad, pero es muy importante hablar con los supervisores de seguridad, porque nos puede soportar a nosotros pero no creo que soporte un vehículo.

Checa que las tapas estén aseguradas para prevenir que se muevan de lugar.

Jaime: Hay regulaciones estrictas de cómo se deben construir los andamios, aunque usualmente se construyen de prisa tienen que estar seguros y bien nivelados. Si usted nota que hay algo mal, no dude en preguntar a su supervisor y asegúrese de que le dé una respuesta que tenga sentido.

Félix: Claro, los andamios deben soportar 4 veces más la carga prevista en el trabajo y también debe tener una anchura de longitud de 18 pulgadas separada sobre los largueros sin muchos huecos.

Los andamios de 10 o más pies requieren protección contra caídas.

Jaime: ¿De la superficie de trabajo al andamio deben existir 14 pulgadas de retirado?

Félix: Claro, lo que pasa es que si hay más de 14 pulgadas vamos a necesitar más barandas y cuando es un edificio alto o de gran altura se necesitan más barandas para que tengan más seguridad.

Jaime: y ¿Qué tal la base de soporte? ¿Cómo podemos asegurarnos de que estén completamente seguras?

Félix: Muy importante. Cuando es un piso de cemento tienes que utilizar las placas con los soportes, no poner cualquier cosa porque resbalarías y caerías.

Jaime: Entonces no deben usarse ni ladrillos, ni escaleras para alcanzar algo más. De hecho esto es muy peligroso porque usted puede caerse o lastimarse o también su equipo se le puede caer a alguien. ¿Tiene algunos ejemplos para mostrarnos?

Félix: Claro que sí, vamos.

Jaime: Vamos.

Jaime: ¡Wow Félix! Mira todo el equipo de seguridad que tenemos. Aquí tenemos 3 partes básicas, ¿este cuál es?

Félix: Este se llama arnés de cuerpo entero.

Jaime: y ¿éste?

Félix: Estos son los conectores.

Jaime: y ¿éste?

Félix: Estos son los anclajes.

Jaime: ¿Me puedo probar uno?

Félix: Claro Jaime.

Jaime: Me queda muy bien, mira mi estilo. ¿Esto quiere decir que ya estoy listo para trabajar en la construcción?

Félix: Recuerda que después de 6 pies de altura debes utilizar tus sistemas de seguridad y muy importante, si no te sientes cómodo con él, pregunta a tu supervisor de seguridad para que él te diga cómo ponerlo.

Tu empleador debe proporcionarte entrenamiento en el uso de equipo de protección contra caídas.

Félix: Es muy importante poner el sostén a una distancia hacia arriba para que te soporte el peso de la caída y no caigas un piso abajo. Siempre es muy importante verificar que el sistema de caídas sea de un solo ángulo y que este arriba y hacia ti, por si caes, caigas de un solo ¿piso?.

Jaime: ¿Listo?

Félix: Listo.

Félix: Esta fue una caída directa, por eso es muy importante poner siempre los sostenes arriba de uno para prevenir. Esta caída fue directa, pero que pasa con las caídas que quedas en columpio colgándote. Yo te sostengo ahorita, te vas a columpiar y vas a ver qué peligros es cuando está uno columpiándose en los techos.

Jaime: Esta es una caída de columpio.

Félix: De columpio, exactamente.

Jaime: Entonces me puedo dejar caer

Félix: Sí, dale.

Jaime: Es muy importante que caiga uno directamente y no en una forma de swing, porque puedo ya sea ¿golpearme? en una pared, puedo pegar en unos cables de alta tensión o puedo golpear a otro compañero.

Félix: Puedes golpearte en la cabeza y quedar inconsciente y sería muy peligroso.

Jaime: Félix, muchas gracias, hemos aprendido mucho de ti, ahora en adelante me siento más seguro de trabajar en las alturas. Ahora sí me siento como un verdadero trabajador de la construcción y especialmente de alturas. Muchas gracias Félix, te lo agradezco mucho.

Este currículum fue desarrollado por el Proyecto de Defensa Laboral. Fue financiado en su totalidad o en parte por fondos federales de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacionales (OSHA por sus siglas en inglés) y el Departamento del Trabajo de los EEUU bajo el subsidio SH-22319-SH1 y SH-23579-SH2. Estos materiales no necesariamente reflejan las opiniones ni políticas del Departamento del Trabajo de los EEUU, tampoco implique promoción por parte del gobierno de los EEUU cualquier mención de identidades corporativas, productos comerciales, ni organizaciones.