



# GUÍA DE SALUD Y SEGURIDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO PARA PEQUEÑAS EMPRESAS

*Se Hace Camino Nueva York* ■ Junio 2011

**COMO PROPIETARIO DE UNA PEQUEÑA EMPRESA,** usted se preocupa por lograr que su negocio transcurra lo más tranquilo posible. Sin embargo, la experiencia sugiere que muchos propietarios de pequeñas empresas se han sentido muy ocupados, o demasiado dudosos, acerca de los elementos claves de la salud de su negocio: cómo proveer un ambiente de trabajo seguro y saludable para ellos mismos y sus empleados. Esta guía le ayudará a comenzar.

Mirar cuidadosamente la calidad del ambiente de trabajo, tanto para usted como para sus empleados, es crítico para manejar un negocio exitoso. ¿Por qué?

- ✓ **Es la ley.** La ley federal de Salud y Seguridad Ocupacional (llamado “**OSH Act**”) requiere que casi todos los patronos sigan unas normas detalladas que regulan la salud y la seguridad del lugar de trabajo. Similarmente, muchos estados también tienen leyes que requieren que los patronos mantengan un lugar de trabajo seguro y saludable para sus empleados. Aunque nadie en su negocio se haya lastimado o lesionado, usted puede estar expuesto a multas y penalidades bastante altas si no sabe ni sigue las normas expuestas en la ley.
- ✓ **Es una decisión inteligente.** Como dice el refrán, más vale prevenir que remediar. Invertir en recursos modestos para controlar los riesgos en su lugar de trabajo puede ser la diferencia entre prevenir o sufrir un incidente catastrófico, que puede llevar a lesiones y la necesidad de gastar mucho más a largo plazo. Incluir medidas preventivas de salud y seguridad en su presupuesto y en su modelo de negocio, lo protegerá a usted y a sus empleados de riesgos innecesarios – y un gasto inesperado más adelante. Estimados recientes sugieren que las lesiones ocupacionales le cuestan a los negocios en Estados Unidos un total de \$170 billones anuales!

Incluso, aquellas condiciones que causan riesgos innecesarios a la salud y seguridad de sus empleados son frecuentemente las mismas condiciones que pueden dar lugar a otros problemas – multas de inspectores de edificios, el departamento de bomberos, inspectores de alimentos o incluso su agencia aseguradora. Considere la salud y seguridad de los trabajadores como si fuera el canario en la mina. Si sus empleados están expuestos a riesgos innecesarios, lo más probable es que usted tenga otros problemas también – problemas que le pueden costar mucho.

- ✓ **Un empleado seguro y saludable es un empleado productivo y eficiente:** cuando sus trabajadores saben que usted se toma en serio su seguridad, es más probable que le den su mayor esfuerzo cada día en el trabajo. El mantenimiento diario de un ambiente de trabajo saludable asegura trabajo eficiente y productivo a lo largo del año.
- ✓ **Es lo correcto.** Muchos dueños de pequeñas empresas sienten como su negocio fuese su *hogar*. Usted invierte muchas horas, y probablemente también su familia y sus amigos. Usted conoce a sus empleados y clientes frecuentes por su nombre. Proteger la

salud y la seguridad de sus empleados, de usted y de sus clientes es proteger su *comunidad*.

Hay muchos recursos designados a ayudar a los propietarios de pequeñas empresas a evaluar la salud y seguridad de sus lugares de trabajo – y erradicar o controlar los riesgos. Al final de esta guía hay una lista de recursos que incluye a muchos de ellos.

Sin embargo esta guía está diseñada de manera un poco diferente – para darle un asesoramiento real, práctico para implementar un plan de salud y seguridad. Usando estudios de casos, desarrollados con propietarios de pequeñas empresas como usted, esta guía lo llevará a través de ejercicios completos para identificar riesgos y manejarlos apropiadamente.

En Nueva York, las pequeñas empresas que son propiedad de inmigrantes son la base de muchas comunidades de inmigrantes – desde la bodega en la esquina donde las familias compran su alimento, al salón de belleza de la manzana, al restaurante del vecindario donde los amigos se reúnen. Este tipo de negocios tienen diez empleados o menos al año, y operan con un margen de ganancias escaso. Esta guía pretende ayudarle a usted, como miembro de la comunidad y líder de un negocio pequeño, a desarrollar un plan de salud y seguridad para su negocio. Nota: hay normas más detalladas para empresas más grandes, o aquellas que están en industrias particulares (por ejemplo, construcción). Recursos adicionales acerca de las normas que aplican a estas empresas están al final de esta guía.

¿Por qué esta guía? Esta guía fue desarrollada con el gran apoyo del programa Susan B. Harwood de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacional federal (“OSHA” por sus siglas en inglés). OSHA es la agencia federal que hace cumplir la ley federal de Salud y Seguridad Ocupacional (“OSH Act”). En el 2010, OSHA le otorgó fondos a Se Hace Camino Nueva York, los autores de esta guía, para desarrollar materiales relevantes a propietarios de pequeñas empresas inmigrantes. Como organización sin fines de lucro, basada en las comunidades de inmigrantes de Nueva York, Se Hace Camino Nueva York trabaja muy de cerca con trabajadores inmigrantes que sufren lesiones ocupacionales – al igual que con propietarios de pequeñas empresas que están comprometidos con ser ciudadanos de la comunidad responsables. Esta guía surge de las experiencias con líderes de pequeñas empresas reales, y responde a las necesidades que ellos ayudaron a identificar.

Mientras lee esta guía, recuerde los cuatro **ingredientes clave para un buen Sistema de Seguridad y Manejo de la Salud (SSMS)**:

1. Un ***compromiso de su parte***, y de parte de sus gerentes, para mantener un lugar de trabajo seguro y saludable – y un sistema real para despertar y responder a los aportes de los empleados;
2. Una práctica de ***análisis del lugar de trabajo*** continua para identificar todos los riesgos;

GUÍA DE SALUD Y SEGURIDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO PARA PEQUEÑAS EMPRESAS  
MAKE THE ROAD NEW YORK ■ 4

3. Un sistema de **prevención** de riesgos cuando sea posible, y controlar los riesgos cuando no puedan ser eliminados; y
4. Una rutina de **entrenamiento** exhaustivo, relevante y accesible a los empleados, supervisores y gerentes acerca de cómo hacer su trabajo de manera segura y cómo ayudar a mantener un ambiente de trabajo seguro y saludable.

Esta guía lo ayudará a desarrollar su propio plan de salud y seguridad que sigue este modelo. Esta guía no sustituye el asesoramiento legal y/o experto acerca de riesgos específicos en su lugar de trabajo o cómo manejarlos adecuadamente. Por favor refiérase al final de la guía para más información acerca de recursos relacionados al cumplimiento completo de la ley.

## **El Deli de José: ¡Comunicación, Comunicación, Comunicación!**

José es propietario de un deli pequeño que incluye un mostrador para almorzar, y también otros comestibles básicos. Tiene seis empleados, y siempre tiene a por lo menos dos de ellos con él mientras el deli está abierto. El deli se llena mucho y la situación se complica, sobre todo durante la hora pico. Se presentan entregas, y sus empleados deben sacar la mercancía de las cajas y llenar los estantes, a la misma vez que atienden a los clientes, preparan sándwiches de huevo para llevar y se aseguran de que siempre hay café. Pepe, el primo de José, trabaja como gerente – maneja la caja registradora y mantiene el negocio funcionando adecuadamente. José considera a Pepe como si fuera el sargento, y Pepe se toma su trabajo muy en serio. Cuando se presentan entregas, constantemente presiona a los empleados a trabajar más rápido – incitándolos a que compitan para ver cuan rápido pueden desempacar la mercancía, prometiéndoles un aumento de sueldo a los que terminen primero.

Una mañana, la situación se complica bastante. Los dos empleados se apresuran en desempacar una entrega de jugo – uno de ellos lanzando las cajas al otro a través del pasillo para que el otro las desempaque. De repente, José escucha un ruido muy fuerte, y ve que la parte de abajo de una de las cajas se rompió, hay vidrio en todas partes, uno de sus empleados está en el suelo agarrándose la espalda y una niña pequeña se resbaló y se cayó en medio del desastre. Jadeando, su empleado le dice “¡Te lo dije! ¡Tenemos que programar las entregas para otra hora! No podemos manejar esto durante la hora pico”. Antes de que José pueda intervenir, Pepe grita, “¡Suficiente! ¡Tú no eres el jefe! ¡Estás despedido!” La niña asustada comienza a llorar, su madre la agarra y sale rápidamente de la tienda”.

### ***José ahora se enfrenta a una gran cantidad de problemas, potencialmente de alto costo***

- Su prima de seguro de compensación de trabajadores puede subir cuando se reporte el accidente.
- Uno de sus mejores empleados puede estar sin trabajar por un tiempo mientras se recupera de su lesión.
- En el peor de los casos, una niña pequeña se pudo haber lesionado en su deli. Sin embargo, probablemente perdió un cliente a causa del accidente.
- Podría enfrentar una demanda.
- Sufrirá pérdidas durante la mañana, ya que tiene que parar todo para lidiar con el accidente, limpiar y contar la mercancía perdida.

### ***¿Qué salió mal? ¿Qué hubiera sido mejor?***

Los empleados pueden ser algunos de los mejores recursos para obtener información útil acerca de las preocupaciones de salud y seguridad ocupacional – y de maneras sencillas de resolverlas. Estimular a los empleados para que compartan sus preocupaciones puede ahorrarle

a un negocio miles de dólares al año. Los propietarios deben aclarar – y demostrar – que los trabajadores que reporten sus preocupaciones con la seguridad del área de trabajo o compartan sus ideas acerca de cómo manejarlas serán recompensados, no disciplinados o despedidos.

***¿Qué le pudieron haber dicho a José sus empleados?***

- José debe negociar con sus suplidores para cambiar el horario de entrega, para que la mercancía no llegue durante la hora pico.
- José debe reestructurar el horario para que haya más empleados durante los periodos con más clientes.
- La mercancía que se reciba se debe almacenar en un lugar donde los empleados y clientes no se puedan tropezar, hasta que se puedan desempacar.
- José le debe decir a Pepe que no presione a los empleados para que trabajen tan rápido. Esta presión los hace trabajar demasiado rápido y de manera no segura, causando estrés y accidentes.
- José debe entrenar a los trabajadores en técnicas seguras para el levantamiento de objetos pesados y proveer un mejor equipo para ayudarlos cuando descarguen mercancía y llenen los estantes.

***¿Qué pudo haber hecho José de manera diferente?***

Hay muchos pasos simples que los patronos pueden tomar para aprovechar la experiencia de sus propios empleados para poder identificar riesgos e intercambiar ideas acerca de cómo manejarlos.

- José debe animar a sus trabajadores a hablar libremente sin miedo a represalias. Debe crear un ambiente que estimule la resolución de problemas para que los trabajadores quieran participar en resolver problemas de seguridad en el lugar de trabajo. Además, los empleados podrían encontrar formas de llevar salud y seguridad al trabajo que sean económicas que el patrono no ha considerado
- Colocar letreros que animen a los empleados a reportar riesgos laborales a su gerente o al dueño del negocio. Recompensar las “mejores ideas” que los empleados compartan acerca de cómo resolver problemas de seguridad en el trabajo.
- Proveer una caja anónima para realizar sugerencias para obtener las opiniones de los empleados, para que se sientan en la libertad de ser honestos.
- Dependiendo del tamaño del negocio, designar una persona como el contacto de “Salud y Seguridad” que maneje las preocupaciones de los empleados. Anuncia el nombre y la información de contacto de esa persona.

GUÍA DE SALUD Y SEGURIDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO PARA PEQUEÑAS EMPRESAS  
MAKE THE ROAD NEW YORK ■ 7

- Mantenga al personal de supervisión en altos estándares. Deje claro que mantener un ambiente de trabajo seguro y saludable es un componente clave del funcionamiento de su negocio. Asegúrese que los supervisores sean el modelo de las mejores prácticas para trabajar de manera segura, y que regularmente animen a los empleados a hablar acerca de sus preocupaciones. Cree una cultura en el lugar de trabajo en la que se tomen en serio las opiniones de los empleados.
- Lleve a cabo reuniones de personal periódicamente para fomentar la participación de los empleados y proveer entrenamiento.

## El Restaurante de Marco: Siempre preocúpese por los pequeños detalles

Marco tiene un restaurante de comida mexicana muy exitoso. Para servir a su clientela leal, Marco hace todo lo posible para que su funcionamiento sea eficiente. Marco es capaz de pasar el día con sólo tres empleados. Él ayuda durante el almuerzo, pero la mayor parte del día hace distintas gestiones en la ciudad. Marco programa sus entregas para que lleguen después del la hora de almuerzo, para que el mozo pueda descargar el camión y llenar el almacén mientras la mesera atiende a los clientes. Durante el almuerzo, Marco ayuda donde sea necesario, ya sea tomando órdenes, llevando la comida o ayudando al cocinero en la cocina.

Después que termina el almuerzo, un día Marco se va a hacer una gestión y el mozo se dirige hacia la parte de atrás del restaurante para ayudar a descargar la mercancía que llegó. El cocinero empieza a preparar su última orden, y cuando termine va a limpiar. Pero mientras está cocinando, una llama enciende el rastro de aceite de cocina que atraviesa el mostrador, y que el cocinero no ha tenido tiempo de limpiar. El incendio rápidamente alcanza un rollo de papel de cocina al otro lado del mostrador. Demasiado grande como para apagarlo, el cocinero agarra el extintor – pero sólo chisporrotea: el indicador de presión no está en la zona verde. El incendio se está propagando, prendiendo en fuego toallas cubiertas de aceite, una tina llena de grasa vieja de cocinar y otras cosas. El cocinero le grita a la mesera y a los clientes a través de la ventana donde se recoge la comida, y corren hacia la salida. Cuando el cocinero trata de salir por la puerta de atrás, se encuentra con otro problema. Un lío de cajas y frascos rotos están bloqueando la salida, porque un estante mal puesto finalmente colapsó por la cantidad de carga que tenía. Como el detector de humo no se activó, el mozo ni se enteró del incendio. Los dos hombres intentan mover las cajas pesadas que están bloqueando la puerta lo más rápido posible y logran salir justo antes de que el incendio los alcanzara.

### ***¿Qué salió mal? ¿Qué hubiera sido mejor?***

El incidente extremo descrito anteriormente fue el resultado de una serie de violaciones a la seguridad en el lugar de trabajo aparentemente insignificantes.

- Los propietarios deben asegurarse *regularmente* que el equipo de seguridad esté funcionando adecuadamente, y que a todo el equipo del lugar de trabajo se le dé mantenimiento con *regularidad* y funcionando correctamente.
- Todos los empleados deben ser educados a fondo en los procedimientos de seguridad adecuados, al igual que en cómo evaluar la condición y la seguridad de todo el equipo presente en el trabajo.
- Es más, tanto el dueño como por lo menos un empleado designado debe asegurarse de que cada aspecto del lugar de trabajo sea propicio para la seguridad de todos los trabajadores.



- Pero, fundamentalmente, el propietario debe tener un **itinerario regular** para verificar estas cosas y asegurarse de que está al tanto.

### ***¿Qué pudo haber hecho Marco de manera diferente?***

A pesar de que su restaurante es un negocio rentable y exitoso, este escenario déjá ver que las cosas no siempre son tan seguras como parecen. Hay varios pasos que Marco puede tomar para hacer del lugar de trabajo un ambiente seguro para sí mismo, sus empleados y sus clientes.

- Marco debe revisar su plan de salud y seguridad, prestando atención a aquellos “pequeños” problemas, al igual que al mantenimiento a largo plazo e inspecciones – para asegurarse de que nada funcione inadecuadamente en caso de emergencia.
- Crear un calendario para hacer verificaciones y compartir la responsabilidad de hacerlas.
- Capacitar a cada empleado a fondo en los procedimientos adecuados de seguridad en el trabajo. Un eslabón débil en la cadena puede resultar en consecuencias desastrosas para otros empleados, clientes o el propio negocio.
- Implementar un programa estricto para asegurarse de que todo el equipo de seguridad y del lugar de trabajo tenga el mantenimiento adecuado y funcione adecuadamente.
- Si el propietario no puede asumir el rol de la persona clave para asuntos de seguridad, se debe designar a un empleado confiable para que monitoree la seguridad del lugar de trabajo.
- Comunicar regularmente la importancia de adherirse a estándares de seguridad estrictos en el lugar de trabajo, y motivar a todos los empleados para que estén pendientes en reportar cualquier circunstancia que pueda perjudicar a sus compañeros de trabajo.

## **El Salón de Belleza de María: Mala comunicación – Tan mala como la falta de comunicación**

María es la dueña de un salón de belleza muy popular con una gran clientela que va con regularidad. Ella sabe que, debido al uso frecuente de tijeras afiladas, altas temperaturas y compuestos químicos fuertes, el riesgo de accidentes es alto. Y ella entiende la importancia de tomarse la seguridad en serio, y se lo comunica a sus empleados. Hace aproximadamente un año, María se reunió con sus empleados para crear reglas de salud y seguridad y publicó las políticas por escrito para que todos las pudieran ver. Durante la reunión, María instó a los empleados a reportar violaciones de salud y seguridad. Incluso llevó a cabo un ejercicio para situaciones de emergencia para asegurarse de que los empleados saben cómo responder en una situación de emergencia. Instaló un sistema de ventilación nuevo, y entrenó a los empleados a cómo inspeccionar el sistema y analizar la calidad de aire del salón. También empezó solamente a usar productos que no tuvieran formaldehído.

Sin embargo, últimamente María y sus empleados habían empezado a experimentar síntomas similares al asma – pero no podían encontrar la causa. Una tarde, María vio un reportaje en las noticias en el que decían que existen productos que se venden con descuento a salones de belleza como libres de formaldehído, pero sí lo tienen. Al día siguiente, María analizó la calidad del aire en el salón y descubrió niveles no seguros de formaldehído en el aire. Confundida, inspeccionó el sistema de ventilación y encontró que tenía que cambiar el filtro urgentemente.

### ***¿Qué salió mal? ¿Qué hubiera sido mejor?***

María obviamente se preocupa por la salud y la seguridad de sus empleados y sus clientes. Se aseguró de que todos fueran capacitados en procedimientos de seguridad adecuados, e hizo todo lo posible para utilizar productos que insistían en ser alternativas más saludables. Y confió en que sus empleados bien entrenados llevarían a cabo las inspecciones de seguridad por su propia cuenta. Sin embargo, sus empleados asumieron, al igual que ella, que *otra persona* haría las inspecciones de seguridad.

Esto no es un indicativo de pereza, sino de falta de comunicación. Lo que María necesitaba era un plan de salud y seguridad definido, que incluyera inspecciones periódicas por una persona designada y un calendario de futuras reuniones para evaluar los problemas de salud y seguridad.

### ***¿Qué pudo haber hecho María de manera diferente?***

Hay varios pasos que los patronos pueden tomar para hacer del lugar de trabajo un ambiente seguro para ellos mismos, sus empleados y sus clientes.

- Implementar un horario estricto para asegurarse de que todo el equipo de seguridad y del lugar de trabajo tenga el mantenimiento adecuado y funcione adecuadamente.

- Crear equipos de seguridad de empleados que sean responsables de llevar a cabo controles específicos de seguridad de acuerdo al horario.
- Motivar la comunicación entre los empleados para completar los controles de seguridad diarios.
- Exigir la rendición de cuentas para asegurarse de que las verificaciones se completen adecuadamente y de acuerdo al horario. Asegurarse de que los empleados se adhieran al horario sin disminuir su autonomía.

## LA SOLUCIÓN: AUTOEVALUACIONES & PLANES DE SSMS

Como patrono, es su deber legal y de negocios identificar las sustancias, condiciones o prácticas de trabajo que supongan un riesgo para sus empleados. Si usted diseña y utiliza listas de verificación que son relevantes para su tipo de negocio, usted va a darse cuenta de que no toma mucho tiempo ni es difícil inspeccionar su negocio para encontrar riesgos desconocidos si usted le dedica tiempo a hacerlo con regularidad y de manera sistemática.

La meta de una evaluación inicial de salud y seguridad del desarrollo de un plan de SSMS tiene tres vertientes:

- Identificar los riesgos en el lugar de trabajo;
- Eliminar los riesgos cuando sea posible; y
- Minimizar los riesgos que no se puedan eliminar completamente.

### ***El lugar de trabajo – ¿Qué, Cuándo, Dónde, Por qué y Cómo?***

Su negocio ocurre en un *lugar* físico, ya sea una oficina en su casa, y local que alquila o una fábrica que posee. Y lo más probable, sucede porque hay *personas* haciendo el trabajo. Este es el inicio de su autoevaluación.

Camine a través del lugar de trabajo, e identifique todos los riesgos posibles. Hágalo por su cuenta, luego siéntese y desarrolle una lista de verificación que sea específica para su lugar de trabajo. Preste atención a riesgos potenciales en las siguientes categorías.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Esta lista modelo fue adaptada de la provista en <http://lohp.org/docs/pubs/smbiz/nat/complete-guide.pdf>. Para una lista modelo más completa, repase el "Small Business Handbook" producido por OSHA. <http://www.osha.gov/Publications/smallbusiness/small-business.html>.

### MODELO DE LISTA DE VERIFICACIÓN

#### Suelo y Pasillos:

- ¿Los pasillos, escaleras y pasajes están despejados y bien alumbrados?
- ¿Se utilizan alfombras y/o esteras para prevenir caídas y resbalones en áreas húmedas?
- ¿Se utilizan alfombrillas de goma en la áreas donde los empleados están de pie durante largos periodos de tiempo?

#### Escaleras y Trabajo en Lugares Altos

- ¿Las escaleras están en buenas condiciones?
- ¿Las escaleras tienen protecciones de seguridad, tales como patas de seguridad?
- ¿Para el trabajo realizado en lugares altos, se utiliza equipo para protección en caso de caídas (por ejemplo, arneses)?

#### Seguridad Contra Incendios

- ¿Cada área de trabajo tiene por lo menos dos salidas de emergencia identificadas que se mantienen despejadas?
- ¿Se proveen extintores en cada área de trabajo?
- ¿Se han inspeccionado los extintores recientemente?
- ¿Hay detectores de monóxido de carbono y de incendios localizados en todo el lugar de trabajo y funcionando adecuadamente?
- ¿Se ha hecho un simulacro de incendios?

#### Riesgos Eléctricos

- ¿Los cables eléctricos están en buenas condiciones?
- ¿Los enchufes están en buena condición?
- ¿Las extensiones y enchufes múltiples se utilizan de forma que sobrecarguen los enchufes?
- ¿Las herramientas y equipo eléctrico están en buena condición?

#### Iluminación

- ¿Hay iluminación adecuada en el lugar de trabajo?
- ¿Se previene el deslumbramiento (causado por iluminación demasiado intensa)?
- ¿Hay iluminación en las áreas exteriores, como callejones o estacionamiento?

#### Máquinas

- ¿Todas las máquinas tienen la protección requerida?
- ¿Las máquinas están “bloqueadas” (para prevenir su uso) mientras están dañadas o están siendo reparadas?
- ¿Los empleados han recibido entrenamiento acerca del uso adecuado de todas las máquinas?
- ¿Los empleados saben apagar las máquinas en caso de emergencia?

#### Riesgos Químicos

- ¿Todas las sustancias químicas están debidamente etiquetados y almacenados?
- ¿Los líquidos inflamables están almacenados en gabinetes de metal?

- ¿Hay fichas de datos de seguridad de las sustancias químicas (conocidos como MSDS) actualizados y disponibles para los trabajadores?
- ¿Los empleados han recibido entrenamiento acerca del origen de las sustancias que usan?
- ¿Las áreas donde se usan sustancias químicas están debidamente ventiladas?

### Otros Riesgos

- ¿Hay protección adecuada contra las quemaduras de superficies calientes o llamas?
- ¿Se almacenan los utensilios que pueden causar cortes (cuchillos, cortadores de cajas) adecuadamente?
- ¿Hay protección en contra del frío y/o calor excesivo?
- ¿Hay protección en contra del ruido excesivo?
- ¿Hay un botiquín de primeros auxilios en el lugar de trabajo?

### Equipo de Protección (Equipo de Protección Personal – PPE)

- ¿Se les provee a los empleados el EPP adecuado (por ejemplo, guantes, protección visual, tapones de oídos, mascarillas)?
- ¿Los empleados han recibido entrenamiento del uso adecuado del EPP?

### Limpieza general

- ¿El lugar de trabajo se mantiene limpio y libre de basura, residuos y desperdicios?
- ¿Qué productos se utilizan para limpiar el área de trabajo – ¿son peligrosos?
- ¿Hay procedimientos para deshacerse adecuadamente de sustancias químicas u otros desperdicios tóxicos?

### Información

- ¿Tiene un póster de OSHA actualizado en el área de trabajo? ¿Se encuentra en todos los idiomas que hablan los empleados?
- ¿Tiene un sistema para registrar y mantener los reportes de accidentes e inspecciones?
- ¿La persona encargada de Salud y Seguridad está claramente identificada en anuncios en las áreas de trabajo?
- ¿Hay un sistema claro para que los empleados puedan reportar problemas de salud y seguridad?
- ¿Los números de teléfono en caso de emergencia se encuentran anunciados?
- ¿Tiene un sistema de reporte de accidentes? (Nota: OSHA no le exige a patronos con 10 o menos empleados que mantengan registros de los accidentes, ¡pero es una buena costumbre!)

**Esta lista no pretende ser exhaustiva – es sólo para que pueda empezar, a medida que desarrolle una lista que sea relevante para su propio negocio**

Para más ideas de criterios que puede incluir, revise el manual de OSHA “Small Business Handbook”, disponible en <http://www.osha.gov/Publications/smallbusiness/small-business.html>.

Después del recorrido inicial, dibuje un diagrama de su negocio, y anote en el diagrama todos los objetos, materiales, condiciones o prácticas que sean peligrosos. Anote quién, cuándo, cómo, dónde, y por qué. ¿Hay momentos del día en el que los atascos en la producción o un ritmo de trabajo rápido aumentan los riesgos de salud y seguridad? ¿Hay tipos de trabajo particulares que aumentan o disminuyen los riesgos? ¿Cuándo y dónde en el lugar de trabajo suceden actividades peligrosas o se manejan o almacenan materiales peligrosos?

La meta es tener una idea de QUÉ son los riesgos, CUÁNDO ocurren, QUIÉN está involucrado, y CÓMO suceden. Esta información será clave en el desarrollo de nuevas prácticas de trabajo.

**UNA VEZ USTED TENGA UNA BUENA IDEA DE ESTA INFORMACIÓN, USTED PODRÁ DESARROLLAR UN PLAN. PARA CADA RIESGO QUE USTED IDENTIFICÓ, USTED TIENE QUE HACERSE TRES PREGUNTAS:**

**1) ¿Hay una forma de eliminar el riesgo completamente?**

A veces se puede eliminar completamente un riesgo. Usted puede reemplazar productos de limpieza tóxicos con productos que sean seguros. Usted puede reemplazar cables eléctricos gastados con cables nuevos. Usted puede instalar luces nuevas para que el área de trabajo esté alumbrada adecuadamente.

**2) Si el riesgo no se puede eliminar, ¿se pueden hacer modificaciones al área de trabajo o a cómo se realiza el trabajo para minimizar el riesgo?**

Algunos riesgos – productos químicos para alisar el cabello, una llama para cocinar, levantar cajas pesadas – siempre serán parte del trabajo. Pero usted puede hacer algo para minimizar los riesgos:

- **Entrenamiento:**<sup>2</sup> ¿Se les ha dado entrenamiento a los trabajadores para que realicen su trabajo de manera segura? ¿Sabían cómo usar las máquinas o el equipo? El entrenamiento de los empleados es una forma clave para minimizar los riesgos. Por ejemplo, José debe entrenar a sus empleados sobre cómo levantar objetos pesados de manera segura – doblando las rodillas, no la espalda.

---

<sup>2</sup> OSHA requiere entrenamiento especial en algunos casos, como el manejo de asbestos, uso de grúas o exposición a patógenos transmitidos por la sangre. Para más información, contacte a OSHA o revise la publicación de OSHA. *Training Requirements in OSHA Standards and Training Guidelines*, [www.osha.gov/Publications/2254.html](http://www.osha.gov/Publications/2254.html).

- **Información Química:** OSHA requiere que los patronos le provean a sus empleados información y entrenamiento cuando los empleados tengan que manejar materiales peligrosos. Las fichas de datos de seguridad (conocidas como “Material Safety Data Sheets” o MSDS) son preparadas por los fabricantes del producto peligroso y están disponibles para usted, el cliente del producto. El MSDS contiene información que incluye los contenidos del producto, su toxicidad, riesgos del producto, cómo ocurre la exposición (piel, inhalación, etc.) y cómo prevenir problemas a la salud. Los patronos deben tener MSDS actualizados para todas las sustancias químicas o productos peligrosos que se utilicen en el trabajo y deben estar disponibles para todos los empleados. María debe conseguir los MSDS actualizados para todos los productos químicos que usa en su salón de belleza – y no debe usar “copias” o otros productos con “descuento” que no incluyan esta información.
  
- **Cambios a las prácticas de trabajo:** Cambios simples en la rutina de trabajo pueden ayudar a minimizar algunos riesgos. De los ejemplos presentados anteriormente, Marco podría insistir que el cocinero limpie los derrames de aceite a medida que trabaja. José podría coordinar las entregas de mercancía cuando no sea la hora pico y hacer que los empleados trabajen en parejas para levantar las cajas pesadas. En el salón de belleza de María, proveerles taburetes o programar periodos de descanso podría ayudar a los empleados a evitar padecer dolor en las rodillas y en las articulaciones.

**3) ¿Hay equipo de protección personal (EPP) que le deba dar a los empleados para disminuir los riesgos que no se pueden controlar de otra forma?**

Usted debe proveerle a los empleados EPP gratis que les ayude a protegerse de los riesgos. EPP típico incluye mascarillas, protección visual, calzado protector, vestimenta protectora, guantes y respiradores. Los empleados deben ser entrenados sobre cómo usar y mantener el EPP para que funcione como debe.



Con la información recopilada en su inspección y listas de verificación, usted está listo para crear un plan dirigido a los riesgos que usted identificó. Puede ser útil organizarlo en una tabla, como la que está a continuación:<sup>3</sup>

RIESGO		MEJORAS PARA IMPLEMENTAR	FECHA LÍMITE & SEGUIMIENTO
Dolor en la espalda baja de los trabajadores que levantan cajas pesadas	<b>Eliminación del riesgo</b>	Ordenar mercancía en lotes más pequeños para que las cajas sean más ligeras a la hora de descargarlas y acomodar la mercancía.	Dentro del próximo mes.  Hacer reuniones de empleados cada tres meses para discutir el problema.
	<b>Prácticas laborales</b>	Entrenar a los empleados sobre formas seguras de levantar objetos pesados. Comprar una carretilla para descargar. Tener a dos empleados para que acomoden la mercancía.	
	<b>Equipo de protección</b>	Proveer guantes con material antideslizante para facilitar el manejo de las cajas.	
Problemas respiratorios debido al polvo en el aire	<b>Eliminación del riesgo</b>	Instalar un sistema de ventilación.	Instalar el sistema de ventilación dentro de los próximos seis meses. Programar inspecciones trimestrales del sistema. Inspeccionar y reemplazar mascarillas regularmente cuando sea necesario.
	<b>Prácticas laborales</b>	Separar aquellas actividades en el trabajo que generen polvo de otras áreas de trabajo.	
	<b>Equipo de protección</b>	Proveerle a los empleados mascarillas y ropa protectora para minimizar la exposición al polvo.	

<sup>3</sup> Este ejemplo está modificado de la tabla incluida en “The Small Business Health and Safety Training Guide”, publicada por “The Labor Occupational Health Program” de la Universidad de California, Berkeley. La guía está disponible gratuitamente en: <http://lohp.org/docs/pubs/smbiz/nat/complete-guide.pdf>.

## DE CARA AL FUTURO

Las listas de verificación y la tabla mostrada anteriormente le ayudarán a dar los primeros pasos hacia identificar – y minimizar – riesgos en su negocio. Le ayudarán a proyectar los pasos concretos que usted y sus empleados pueden tomar para asegurarse de que el trabajo se está haciendo de la manera más segura posible.

Pero, como muestra la historia de María, este no es un proyecto de una sola fase. Usted debe establecer un horario – y cumplirlo – para mantenimiento y autoinspecciones. Sólo a través de verificaciones hechas con regularidad usted podrá descubrir y resolver problemas – un extintor defectuoso, un filtro que necesita reemplazo – antes de que se conviertan en crisis.

### Otros Recursos

Esta guía tiene el objetivo de ayudarlo a empezar. Pero hay una gran cantidad de recursos a los que puede acceder para recibir asesoramiento de expertos en la identificación y manejar de riesgos en su negocio. Hasta la fecha, muchos están disponibles sólo en inglés.

El “Small Business Handbook” de OSHA provee información adicional en desarrollar y mantener un SSMS. Puede accederlo en: <http://www.osha.gov/Publications/smallbusiness/small-business.html>. [Inglés Solamente.]

OSHA también tiene Asesor de Riesgos (“Hazard Awareness Advisor”) a través de Internet que lo puede ayudar a identificar riesgos posibles en su negocio: [www.osha.gov/dts/osta/oshasoft/hazexp.html](http://www.osha.gov/dts/osta/oshasoft/hazexp.html). [Inglés Solamente.]

OSHA tiene una asociación con el Departamento del Trabajo de Estado de Nueva York para proveerle asistencia de cumplimiento a los negocios. En la ciudad de Nueva York, contacte al programa de consulta: (212) 775-3526. ([www.labor.state.ny.us/workerprotection](http://www.labor.state.ny.us/workerprotection)). A través de este programa, usted puede obtener asesoramiento de expertos de forma confidencial acerca de los riesgos y de cómo manejarlos. No será multado o citado por problemas descubiertos en una visita. Sin embargo, se requiere que usted resuelva cualquier violación seria y puede ser multado en el futuro si usted no lo hace. De momento, la oficina tiene capacidad limitada para ofrecer asistencia en español.

EL programa de Pequeñas Empresas de OSHA también provee muchos servicios y entrenamiento en salud y seguridad : <http://www.osha.gov/dcsp/smallbusiness/index.html>

EL programa “Labor Occupational Health Program” de la Universidad de California, Berkeley también tiene materiales dedicados para negocios pequeños, en español e inglés, incluyendo guías dirigidas a negocios de limpieza y la industria de restaurantes. Se pueden acceder gratuitamente en su página web: <http://lohp.org/projects/woshsmallbusiness.html>.

Este material fue producido bajo el contrato #SH20830SH0 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional, EE.UU. Departamento de Trabajo. No refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento de Trabajo de EE.UU., ni la mención de marcas registradas, productos comerciales o organizaciones implica la aprobación por el Gobierno de los EE.UU.

## ACERCA DE LOS AUTORES

**Se Hace Camino Nueva York** construye el poder de los latinos y las comunidades de clase trabajadora para alcanzar dignidad y justicia a través de la organización, innovación pública, educación transformadora y servicios de supervivencia. Con centros comunitarios en Bushwick, Brooklyn; Jackson Heights, Queens; Port Richmond, Staten Island; y Central Islip, Long Island, los casi 9,000 miembros de Se Hace Camino Nueva York atacan los problemas clave que enfrentan los inmigrantes neoyorquinos de bajo ingreso, incluyendo justicia en el lugar de trabajo, derechos de vivienda, derechos civiles de inmigrantes, derechos civiles de LGBTQ, acceso al lenguaje y mejora de la educación pública.

**Pequeñas Empresas Unidas (PEU)** es un proyecto que Se Hace Camino Nueva York organiza para construir el poder y el liderazgo de los propietarios de pequeñas empresas en la ciudad de Nueva York para fortalecerlos como los motores vitales del crecimiento económico y prosperidad comunitaria. Más de 600 pequeñas empresas se han unido a PEU en proyectos que van desde organizarse para la reforma nacional de salud hasta la aprobación de la legislación de días de enfermedad pagados en la ciudad de Nueva York. Los miembros de SBU participaron activamente en el desarrollo de esa guía, creyendo que el proveer un lugar de trabajo seguro y saludable es la clave para la salud de sus negocios y de toda la comunidad.

***Para más información:***

Cynthee Cortes, Organizadora de Pequeñas Empresas  
cynthee.cortes@maketheroadny.org  
(718) 565-8500, x 4455