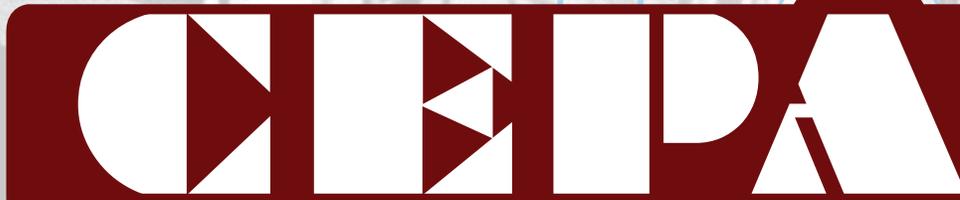


MANUAL PARA TRABAJADORES



“CEPA, un programa por Proyecto Defensa Laboral, enseña a los trabajadores cómo ser más seguros en el trabajo y cómo mejorar las condiciones de construcción.”

—EMILIANO ZAVALA



UNA CAPACITACIÓN PARA **SALUD Y SEGURIDAD** EN **CONSTRUCCIÓN**
PROYECTO DEFENSA LABORAL / WORKERS DEFENSE PROJECT

¿QUIÉNES SOMOS?

Misión de la OSHA

Con la Ley de Seguridad y Salud Ocupacionales de 1970, el Congreso creó la Administración de Seguridad y Salud Ocupacionales (OSHA) a fin de garantizar condiciones de trabajo seguras y salubres para hombres y mujeres trabajadores mediante el establecimiento y la aplicación de normas y el suministro de capacitación, inclusión, instrucción y asistencia.



Los centros comunitarios de CEPA



Proyecto Defensa Laboral es una organización de membresía que apoya a trabajadores de bajos ingresos para lograr dignidad en el empleo a través de servicios directos, educación, organización, y alianzas estratégicas.



El Centro Laboral Fe y Justicia es un espacio seguro donde los trabajadores de bajo sueldo pueden aprender sobre sus derechos laborales y organizarse para mejorar las condiciones laborales en el lugar del trabajo.



Texas Civil Rights Project (TCRP) promueve la justicia racial, social y económica a través del litigio, educación y servicios sociales para las personas de bajos ingresos con menos posibilidades de defenderse por sí mismos. TCRP lucha por promover la equidad, asegurar la justicia y la diversidad y fortalecer las comunidades de bajos recursos en Texas.

Agradecimientos

El presente material no habría sido desarrollado sin las contribuciones de otras organizaciones, cuyo trabajo se refleja en el contenido del Programa de CEPA. Proyecto Defensa Laboral desea reconocer a Rutgers OTEC y New Labor, Cal/OSHA, NIOSH, Jim Albers, KST Electric, San Paloma, y a todos los recipientes anteriores de la beca Susan Harwood de OSHA.

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 SH22319SH1. 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.

ÍNDICE: MANUAL PARA TRABAJADORES



CONTROLAR PELIGRO:

Protéjase de los Peligros en Construcción	5
Peligros en la construcción	6
¡Protéjase del estrés por calor!	10
Jerarquía de controles	17
Equipo de protección personal	22



ELECTRICIDAD:

Protéjase de los Peligros Eléctricos	27
Riesgos Eléctricos	28
Seguridad con los cables	30
Seguridad eléctrica y el agua	35
Seguridad con cables suspendidos en el aire	36



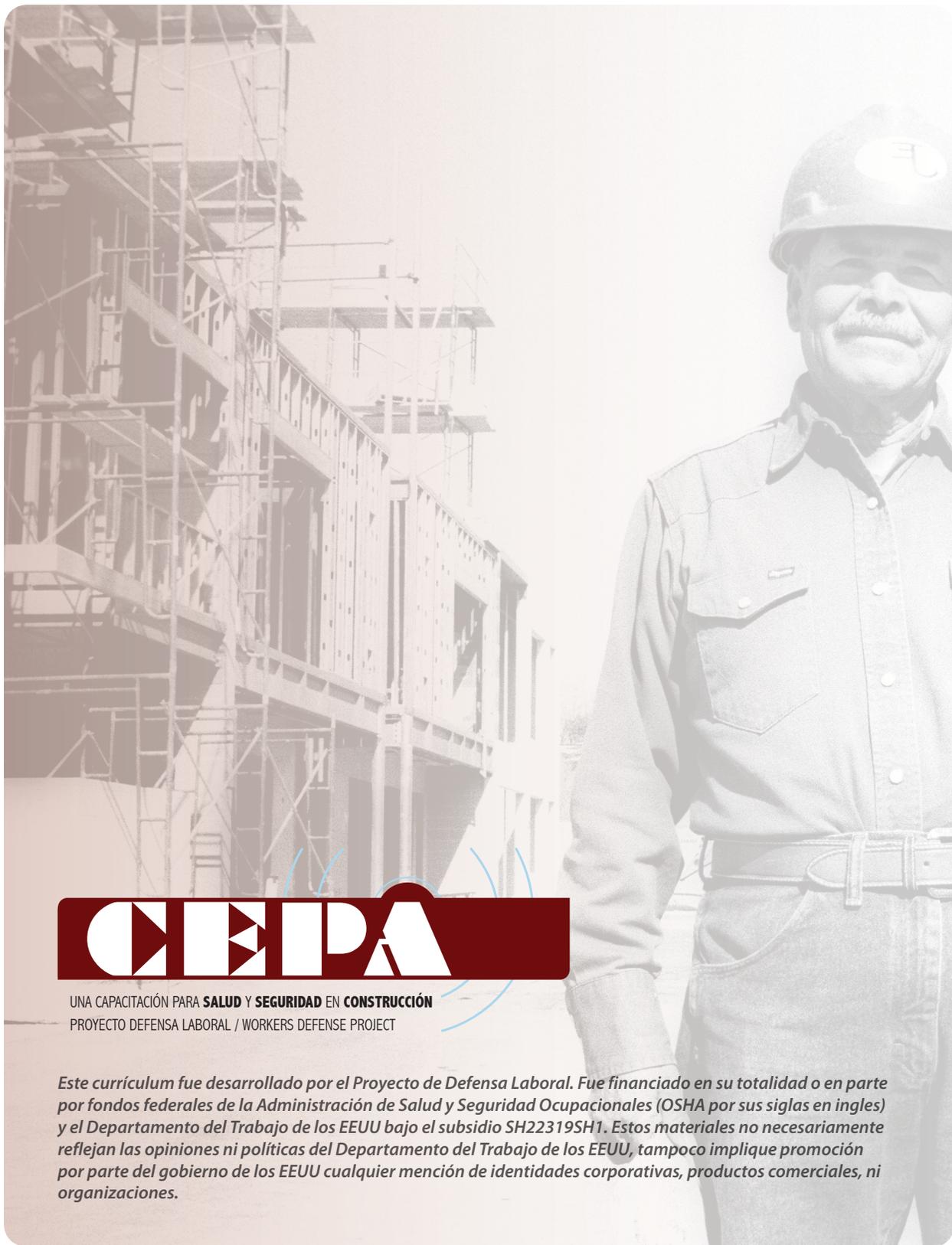
PROTÉJASE:

Los Derechos y Responsabilidades Bajo OSHA	39
Introducción a OSHA	40
Derechos y responsabilidades del trabajador	42
Cómo prepara una queja de OSHA	44
Responsabilidades del patrón y recursos	46



ALTURAS:

Protéjase de las Caídas	50
La protección contra las caídas	52
Seguridad con las escaleras	54
Seguridad con las aberturas	57
Seguridad con los lados desprotegidos	58
Seguridad con los andamios	62
Sistemas personales de detención	64
Seguridad en construcción	68



CEIPA

UNA CAPACITACIÓN PARA **SALUD Y SEGURIDAD EN CONSTRUCCIÓN**
PROYECTO DEFENSA LABORAL / WORKERS DEFENSE PROJECT

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 SH22319SH1. 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.