



**Precision Contractors, LLC**

**Manual del Subcontratista**

Preparado por:  
Precision Contractors, LLC  
En asociación con:  
U.S. Compliance Systems, Inc.

Este Manual del Subcontratista es vigente en: **07/06/2020**

Descargo de Responsabilidad: Este Manual de Seguridad del Subcontratista tiene licencia para el uso exclusivo de Precision Contractors, LLC. Los materiales del programa fueron seleccionados por el cliente de materiales estandarizados. U.S. Compliance Systems no recopila ni retiene información específica del cliente y no modifica los programas estandarizados para los clientes. Los clientes no pueden modificar contenido estandarizado. USCS no acepta responsabilidad por los materiales del programa seleccionados e implementados por los clientes.

## **Tabla de Contenido**

Resumen del Manual de Seguridad del Subcontratista	5
Compromiso de Seguridad	6
Consideraciones de Seguridad	7
Servicio de Limpieza	7
Respuesta a Emergencias Médicas	7
Prevención de Incendios	8
Extintores de Fuego Portátiles	8
Protección Contra Incendios	9
Primeros Auxilios y Botiquines de Primeros Auxilios	10
Líquidos	11
Levantar, Empujar y Tirar	11
Resbalones, Tropezones y Caídas	12
Escaleras Portátiles	12
Herramientas Básicas	14
Herramientas de Potencia	14
Equipo de Protección Personal	14
Interruptores de Circuito de Falla de Tierra (GFCI)	15
Señales, Barricadas y Etiquetas	16
Iluminación Adecuada	16
Ropa Apropiaada	16
Higiene Personal	17
Drogas y Alcohol	17
Violencia en el Lugar de Trabajo	17
Investigación de Accidentes	18
Reuniones de Seguridad	18
Materiales Peligrosos del Sitio de Trabajo	19
Reconocimiento de los Riesgos Específicos del Sitio de Trabajo	20
Resúmenes del Programa de Cumplimiento de OSHA	20
Control de Energía Peligrosa - Bloqueo y Etiquetado	20
Plan para Control de Exposición a Patógenos	21
Protección Contra Caídas	23
Carretillas Elevadoras	24
Comunicación de Riesgos	25

Conservación de la Audición	25
Espacios Confinados en la Construcción	26
Protección Respiratoria	27
Andamios	29
Requisitos de Seguridad Específicos de la Compañía	30
Reconocimiento del Manual del Subcontratista	31

## **Resumen del Manual de Seguridad del Subcontratista**

Es nuestra política proveer un ambiente de trabajo que es consustancialmente seguro -- libre de condiciones que son insalubres, riesgosas o peligrosas para la salud y la seguridad de nuestro personal y los subcontratistas con los que trabajamos. Antes de realizar cualquier trabajo, el subcontratista se hará consciente de todas las normas de seguridad aplicables y de este Manual de Seguridad del Subcontratista para proporcionar dirección general de seguridad. Los subcontratistas son contratistas independientes y cada uno es responsable de la ejecución correcta, profesional y segura de los medios, métodos y detalles del trabajo de sus empleados.

La prevención de los accidentes exige un compromiso de seguridad de todos nuestros subcontratistas. Los subcontratistas deberán garantizar que sus empleados tengan conocimiento de los métodos correctos de trabajo; el uso de equipo de protección personal; y el uso adecuado de herramientas y equipos. Una persona competente designada por cada subcontratista revisará de manera continua los procedimientos de trabajo y el cumplimiento de las normas de seguridad y tratar inmediatamente las áreas en las cuales que se encuentren deficiencias.

Equipos y herramientas defectuosas se sacarán de servicio inmediatamente.

Solamente personas calificadas por entrenamiento o experiencia pueden operar maquinaria y equipo.

Los subcontratistas deben realizar reuniones de seguridad regularmente para discutir temas de seguridad pertinentes al trabajo actual. Durante estas reuniones, se les debe animar a los empleados a plantear cualquier pregunta o preocupación relacionado con la seguridad. Es apropiado en los sitios de trabajo de contratistas múltiples que las reuniones de seguridad, según las circunstancias, se enfoquen en los peligros creados por otros contratistas y cómo estos riesgos pueden afectar al personal del subcontratista.

Este Manual de Seguridad del Subcontratista no es un programa completo de seguridad, pero aborda temas amplios de seguridad que a menudo se encuentran en el lugar de trabajo.

## **Compromiso de Seguridad**

Los subcontratistas tienen muchas tareas y responsabilidades que deben realizarse día tras día. Además de dirigir sus actividades actuales de trabajo y asegurarse de obtener resultados de calidad en una manera eficiente y rentable, los subcontratistas deben asegurarse que sus empleados no trabajen en un entorno que sea insalubre, riesgoso o peligroso. Los subcontratistas deben ser capaces de reconocer y evitar condiciones de trabajo inseguras en el sitio de trabajo.

Los subcontratistas deben haber asignado a persona(s) competente(s) que, por medio del entrenamiento o la experiencia, tenga(n) la capacidad de reconocer condiciones inseguras de trabajo y tenga(n) la autoridad para parar el trabajo si las condiciones inseguras no son rectificadas de inmediato.

A través de la planificación preliminar de proyectos, las reuniones de seguridad programadas, la evaluación de peligros, la aplicación de las políticas de seguridad y los procedimientos y el cumplimiento de las normas pertinentes, los subcontratistas garantizarán que los empleados entiendan los riesgos potenciales de seguridad y poder eliminarlos eficazmente.

Los subcontratistas harán inspecciones frecuentes y regulares de los sitios de trabajo, materiales y equipos.

Maquinaria, herramientas, materiales o equipo que no cumplan con un determinado estándar de OSHA o que estén identificados inseguros por el subcontratista se identificarán como tal colocándole una etiqueta; bloqueando los controles; o removiéndolo físicamente de su lugar de operación.

## Consideraciones de Seguridad

Los subcontratistas deben tener un conocimiento de los siguientes temas y asegurarse de que sus empleados sigan estas reglas y pautas para mantener una experiencia laboral de seguridad total.

### Servicio de Limpieza

Los subcontratistas deben mantener un área de trabajo ordenada y limpia *en cuanto sea práctico*. El aseo y la limpieza general tienen un efecto directo sobre la seguridad y la salud. El aseo adecuado puede evitar resbalones y caídas, permitir la salida irrestricta en caso de emergencia, evitar lesiones por la caída de objetos, mejorar la seguridad contra incendios y prevenir la infestación de alimañas. A continuación, están enumeradas las reglas de limpieza general:

- a. Todas las superficies de trabajo se mantendrán limpias y secas.
- b. La basura no se dejará acumular.
- c. Los materiales almacenados serán cuidadosamente apilados en el lugar de trabajo.
- d. Los envases, cuando no estén en uso, se sellarán.
- e. Los objetos no quedarán desatendidos en las escaleras.
- f. Las entradas y salidas serán debidamente marcadas y no bloqueadas.

### Respuesta a Emergencias Médicas

**NO BRINDE NINGUNA AYUDA  
MÉDICA PARA LA CUAL USTED  
NO ESTÉ CAPACITADO POR  
ENTRENAMIENTO CERTIFICADO**

Si ocurriera una lesión que requiriera un médico de emergencia, se tomarán las siguientes acciones en el orden dado:

- a. Llamar al número de emergencias médicas publicado en el sitio de trabajo.
- b. Brindar cualquier asistencia médica para la cual esté entrenado y certificado. No brindar ninguna ayuda médica para la cual no esté capacitado.
- c. Designar a un individuo para dirigir a los médicos de emergencia a la persona lesionada y proporcionar Hojas de Datos de Seguridad (Safety Data Sheets o SDS, en inglés), si es aplicable.
- d. Notificar a la persona competente que, a su vez, notificará a la oficina.

## Prevención de Incendios

La prevención de incendios no se trata del manejo de una emergencia de incendio, sino más bien prevenir un incendio desde antes que ocurra. Para reducir la probabilidad de incendio, los subcontratistas garantizarán que sus trabajadores cumplan con las siguientes reglas:

- a. Se permitirá fumar sólo en áreas designadas y los materiales de fumar serán extinguidos totalmente y colocados en contenedores apropiados.
- b. Los productos serán manipulados y almacenados de acuerdo con los procedimientos enumerados en sus Hojas de Datos de Seguridad (SDS) individuales.
- c. Todo equipo que produzca calor se mantendrá correctamente y será operado según las instrucciones del fabricante para prevenir el incendio accidental de materiales inflamables.
- d. Se tomarán precauciones al trabajar con llama abierta y esas zonas se harán seguras contra el fuego mediante la eliminación o protección de los materiales inflamables a que no se enciendan.
- e. Los líquidos inflamables se almacenarán en recipientes aprobados.
- f. Se limpiarán de inmediato los derrames de sustancias químicas--particularmente los líquidos inflamables y reactivos. Serán desechados apropiadamente los contenedores químicos dañados y los materiales de limpieza.

**Nota:** ¡Tenga cuidado! La información relacionada a los equipos de protección personal; el desecho apropiado; los procedimientos adecuados de limpieza; la ventilación requerida; etc. se encuentran en la Hoja de Datos de Seguridad (SDS) de cada producto.

- g. Los líquidos inflamables serán separados de la basura y se mantendrán alejados de las fuentes de ignición.
- h. Se mantendrá el acceso a extinguidores de fuego portátiles y bocas de incendio.
- i. El subcontratista o persona competente notificará a todo el personal de cualquier condición de peligro de incendio inusual existente en un lugar de trabajo.

## Extinguidores de Fuego Portátiles

Los subcontratistas deben comprobar que los extinguidores de fuego portátiles sean fácilmente disponibles y accesibles. Sus empleados deben saber qué clase de extinguidor es apropiado para cada tipo de fuego y cómo inspeccionar y utilizar los extinguidores apropiados.



Los extinguidores portátiles se distribuirán como se indica a continuación:

<b>Clase</b>	<b>Distribución</b>	<b>Notas</b>
A "A" en un triángulo verde	75 pies o menos de distancia entre el empleado y el extinguidor	Para uso en madera, papel, basura, etc.
B "B" en un cuadrado rojo	50 pies o menos de distancia entre la zona de peligro y el extinguidor	Para uso en líquido inflamable, gas, etc.
C "C" en un círculo azul	Basado en el patrón apropiado para los peligros existentes de clase A o clase B	Para uso en incendios eléctricos
D "D" en una estrella amarilla	75 pies o menos de distancia entre la zona de trabajo de metal inflamable y el extinguidor u otros contenedores o agentes extinguidores de clase D	Para uso en metales combustibles

El uso del extinguidor incorrecto puede propagar el fuego en algunos incendios.

Extinguidores portátiles adecuados para incendios de clase ABC estarán disponibles en todos los sitios de trabajo --- por lo menos un extinguidor en cada piso de cada proyecto ubicado cerca de la escalera.

### **Protección Contra Incendios**

El número de teléfono de los bomberos locales, así como la dirección del sitio de trabajo será publicado o fácilmente accesible.

En caso de incendio, se notificará a todo el personal y al departamento local de bomberos. En todas las situaciones de emergencia, el personal debe:

- a. Permanecer tranquilo.
- b. Hablar claro y lentamente.
- c. Dar la ubicación exacta.
- d. Describir la situación.
- e. Dar el número de teléfono de donde está llamando.
- f. No colgar el teléfono hasta que el operador lo indique.

## Primeros Auxilios y Botiquines de Primeros Auxilios

En caso de emergencia médica, llame al 911 o, si el servicio 911 no está disponible, llame al teléfono de emergencias médicas publicado en el sitio de trabajo. Explique claramente la situación y siga las instrucciones del equipo médico de emergencias.

Si un vehículo de emergencias se envía al lugar de trabajo, se debe establecer acceso fácil y mantener lejos a los espectadores.

Al menos que esté entrenado y tenga licencia en CPR/primeros auxilios y haya sido designado por la empresa como un proveedor de primeros auxilios como un trabajo adicional como parte del programa de patógenos de sangre, ningún empleado se expondrá a la sangre ni otros fluidos corporales de los demás empleados en ningún momento.

Por OSHA, se limitan los primeros auxilios a:

- a. Utilizar un medicamento disponible sin receta médica, como aspirina, en la fuerza disponible sin receta.
- b. Limpiar, lavar o remojar heridas en la superficie de la piel;
- c. Usar revestimientos de herida tales como vendajes, Band-Aids™, gasas, etc.; o el uso de vendajes de mariposa o Steri-Strips™.
- d. Usar terapia caliente o fría.
- e. Utilizar cualquier medio no rígido de apoyo, tales como vendajes elásticos, envolturas, cinturones de espalda no rígidos, etc.
- f. Utilizar dispositivos de inmovilización temporal mientras se transporta a una víctima de accidente (por ejemplo, férulas, cabestrillos, collares de cuello, tableros traseros, etc.).
- g. Perforar una uña o uñas de los pies para aliviar la presión o el drenaje de líquido de una ampolla.
- h. Usar parches oculares.
- i. Extraer del ojo cuerpos extraños usando solamente irrigación o un hisopo de algodón.
- j. Remover astillas o materiales extraños de áreas aparte del ojo por irrigación, pinzas, hisopo de algodón u otros medios simples.
- k. Utilizar protectores de dedos.
- l. Usar masajes.
- m. Beber líquidos para el alivio del estrés causado por el calor.

Debe conocer la ubicación y el contenido de los botiquines de primeros auxilios. Estos botiquines son inservibles si no son fácilmente accesibles. Los botiquines de primeros auxilios **no** estarán encerrados bajo llave.

Por lo general los botiquines de primeros auxilios incluyen: vendas adhesivas, vendajes para la compresión, tijeras, pinzas, vendas triangulares, jabón o almohadillas antisépticos, vendaje de ojo y otros artículos apropiados para el trabajo que hacemos.

Los artículos de los botiquines de primeros auxilios del subcontratista que se utilicen se reemplazarán. Los artículos estériles se mantendrán envueltos y sellados y se utilizarán solamente una vez. Otros artículos tales como cintas o las tijeras pueden ser reutilizados y se deben mantener limpios. En ausencia de cantidades abundantes de agua, solución lavaojos estará disponible.

### **Líquidos**

Desde un punto de vista de seguridad, no se debe descuidar la necesidad de líquidos potables (bebibles).

En los sitios de trabajo, el esfuerzo excesivo y el calor requieren la necesidad de agua abundante.

Desde un punto de vista biológico, el tomar líquidos lo mantiene saludable, permitiendo a su cuerpo mantener su temperatura corporal a su nivel apropiado, así como también transportar alimentos, gases y residuos dentro de su cuerpo.

Imagine a su cuerpo como una fábrica química a base de agua que funciona sólo dentro de un rango estrecho de temperatura. El sudar (pérdida de agua) enfría al cuerpo y este líquido debe ser reemplazado.

¡Beba mucha agua!

Vasos desechables deben estar disponibles y accesibles.

### **Levantar, Empujar y Tirar**

Las lesiones de la espalda a menudo son causadas por lo obvio -- levantar un objeto que es demasiado pesado o poner tensión excesiva en la parte baja de la espalda al agacharse, torcerse o levantarse.

Sin embargo, las lesiones al levantar objetos también son causadas por razones menos obvias:

- a. Mala condición física
- b. Mala postura
- c. Mal juicio (levantar, tirar, empujar un objeto que es obviamente demasiado pesado o incómodo sin asistencia ni utilizando un elevador mecánico)
- d. Falta de ejercicio
- e. Peso corporal excesivo

Las técnicas para levantar objetos son importantes para la seguridad del empleado. Los empleados deben:

- a. Levantar objetos cómodamente.
- b. Levantar, empujar y tirar con las piernas, no los brazos ni la espalda.
- c. Al cambiar de dirección mientras esté moviendo un objeto, girar con los pies, no con la cintura.
- d. Evitar levantar más arriba que la altura del hombro.
- e. Al estar de pie mientras levanta, pararse recto.
- f. Al caminar, mantener una postura erecta y usar calzado antideslizante y de apoyo.
- g. Al transportar objetos pesados, llevarlos cerca del cuerpo y usar ambas manos.
- h. Al levantar objetos pesados o voluminosos, obtener ayuda o utilizar una ayuda mecánica como un carro, carro de mano, carretilla elevadora, etc.
- i. Al bajarse de una altura de más de ocho pulgadas, bajarse hacia atrás, no hacia al frente.
- j. Llevar objetos pesados cerca de su cuerpo y evitar estirar los brazos.
- k. Levantar lento y suavemente y evitar movimientos agitados.
- l. Mantener una línea clara de visión.

### **Resbalones, Tropezones y Caídas**

Resbalones, tropezones y caídas están entre los accidentes más comunes en el sitio de trabajo. A continuación, se muestran algunas de las causas de resbalones, tropezones y caídas:

- a. Correr en el lugar de trabajo.
- b. Participar en juegos rudos.
- c. Trabajar de una escalera portátil que no esté colocada firmemente.
- d. Llevar un objeto que bloquee la línea de visión.
- e. Llevar botas de trabajo sin amarrarse ni abrocharse.
- f. Trabajar en un andamio sin barandillas de seguridad.
- g. Utilizar escaleras portátiles que tienen aceite y grasa en los peldaños.
- h. No utilizar los pasamanos en las escaleras.
- i. Un área de trabajo sucio con escombros esparcidos.
- j. No poner atención a lo que uno está haciendo.

Los subcontratistas que observen los tipos de comportamiento citados en el trabajo deben abordar el tema de inmediato para evitar lesiones al

empleado.

## **Escaleras Portátiles**

Durante las inspecciones rutinas de trabajo, los subcontratistas deben estar siempre buscando violaciones a las reglas de seguridad de las escaleras portátiles mencionadas a continuación y tomar acción correctiva inmediatamente para garantizar la seguridad de sus empleados:

- a. Una escalera o una escalera portátil se proporcionará en todos los puntos de acceso de personal donde hay una elevación de 19 pulgadas o más.
- b. Las escaleras portátiles nunca serán sobrecargados.
- c. Los escalones, grapas y peldaños de las escaleras portátiles deben ser paralelos, nivelados y distribuidos uniformemente cuando una escalera esté en posición de uso.
- d. Las escaleras portátiles no serán atadas ni sujetadas a menos que así estén diseñadas.
- e. Las escaleras portátiles utilizadas para obtener acceso a un nivel superior extenderán por lo menos 3 pies por encima de la superficie de aterrizaje superior o la escalera se sujetará en su parte superior.
- f. Las escaleras deben estar libres de aceite, grasa u otros peligros resbaladizos.
- g. Las escaleras portátiles deben utilizarse para el propósito para el cual fueron diseñados.
- h. Las escaleras portátiles no autosuficientes se utilizarán en un ángulo en el que la distancia horizontal desde el apoyo superior al pie de la escalera es aproximadamente  $1/4$  la longitud trabajable de la escalera.
- i. Las escaleras portátiles se utilizarán solamente en superficies estables y niveladas a menos que estén sujetadas para prevenir el desplazamiento.
- j. Las escaleras portátiles no se utilizarán en superficies resbalosas a menos que estén sujetadas o equipadas con pies antideslizantes para evitar el desplazamiento accidental.
- k. Las escaleras portátiles colocadas en cualquier lugar donde puedan ser desplazadas por las actividades del sitio de trabajo o el tráfico de personas serán sujetadas para evitar el desplazamiento accidental o se utilizará una barricada para mantener las actividades o el tráfico lejos de la escalera.
- l. Las áreas alrededor de la parte superior e inferior de las escaleras portátiles se mantendrán desocupadas.

- m. Las escaleras portátiles no se moverán ni se cambiarán de puesto ni se extenderán mientras estén ocupadas.
- n. El escalón superior de la escalera no debe utilizarse como una escala.
- o. Las escaleras portátiles con defectos estructurales se marcarán inmediatamente de manera que fácilmente las identifique como defectuosas y fuera de servicio.
- p. Al subir o bajar una escalera portátil, uno se debe poner de frente a la escalera.
- q. Los empleados deben utilizar al menos una mano para agarrar la escalera portátil al subir o bajar.
- r. Los empleados no deben llevar ningún objeto o carga que podría causar la pérdida del equilibrio y resultar en una caída.

### **Herramientas Básicas**

Los subcontratistas, a través de la observación de las actividades laborales, asegurarán que sus empleados se adhieren a las siguientes pautas de las herramientas básicas:

- a. Las herramientas deben utilizarse para el propósito para el cual fueron diseñados.
- b. No se deben exceder los límites del diseño de las herramientas.
- c. Las herramientas serán inspeccionadas antes del uso.
- d. Las herramientas se limpiarán después del uso.
- e. Las herramientas se almacenarán correctamente.

### **Herramientas de Potencia**

Los subcontratistas se asegurarán de que las herramientas de potencia [eléctricas, de gas, neumáticas y de polvo (explosivo)] sean operadas por empleados autorizados para ello y que la autorización se otorgue sólo después de demostrar la capacidad para manejar con seguridad estos artículos a través de la capacitación o la experiencia.

### **Equipo de Protección Personal**

Los subcontratistas realizarán una evaluación de peligros para determinar qué tipos de equipo de protección personal (personal protective equipment o PPE, en inglés) sean los apropiados para el trabajo actual. La eliminación de riesgos mediante el uso de controles de ingeniería factibles o procedimientos de trabajo siempre es preferible a la utilización de PPE.

Las categorías de mayor riesgo son: el impacto; la penetración; la compresión; los productos químicos; el calor; el polvo nocivo; y la radiación de la luz.

Los subcontratistas proporcionarán para sus empleados el PPE apropiado y asegurarán que sus empleados entiendan las limitaciones del PPE; el procedimiento correcto para ponerse, ajustarse y quitarse el PPE; y el cuidado, mantenimiento y vida útil del PPE.

### Interruptores de Circuito de Falla de Tierra (GFCI)

La corriente eléctrica es muy peligrosa -- ¡puede matar!

Por ser tan común el voltaje de 115V a 15A su seguridad a menudo no se toma en cuenta. El peligro no es el voltaje, sino los amperios (la corriente). 0,015 amperios es suficiente corriente para causar un choque eléctrico doloroso. El siguiente cuadro fue elaborado por el Consejo de Seguridad Nacional y el Pacific Telegraph Company:

#### Corrientes seguras

Amps	
0.001A (1mA)	No se puede sentir
0.001 - 0.008A (1-8 mA)	Se siente, pero no duele; el control muscular no se pierde.

#### Corrientes inseguras

Amps	
0.015 - 0.02A (15 - 20 mA)	Una descarga eléctrica dolorosa: pérdida de control muscular; no poder soltarse; no es dañina para los órganos
0.02 - 0.09A (20 - 90mA)	Quemaduras; dificultades al respirar; músculos adoloridos
0.1 - 0.2A (100mA - 200mA)	* Fibrilación Ventricular (una condición fatal del corazón)
0.2 - 2A (200mA - 2A)	Quemaduras; parálisis de los pulmones; nervios dañados con más de 600V
Corrientes quemadoras de 2A y más; quemaduras graves de dos tipos:	1. externas - causadas por el arco al contacto 2. internas – el cocinar de los órganos y la carne corporal. Resultados: amputación o la destrucción de órganos vitales
<b>* La Fibrilación Ventricular es esencialmente un aleteo del corazón que es inútil para circular la sangre.</b>	

Los subcontratistas buscarán evaluación médica inmediata para cualquier empleado que haya recibido un choque eléctrico severo, incluso si no hay ningún daño aparente.

Se requiere un GFCI en toda salida de corriente de 120 voltios, 15-, 20- y 30-amperios que no sea parte del cableado permanente de un edificio. Los GFCI proporcionan la seguridad para los empleados por medio de la detección de la pérdida de corriente resultante de un cortocircuito, sobrecalentamiento y/o falla a tierra y cortan la corriente en tan poco como 1/40 de un segundo.

Un GFCI **no** protegerá a un empleado que toque los dos cables calientes o un alambre caliente y un alambre neutro. Un GFCI **sí** provee protección contra incendios, el sobrecalentamiento, los daños al aislamiento y, la forma más común de peligro de descarga eléctrica, la falla a tierra. Siempre se debe **probar** un GFCI antes de su uso.

### **Señales, Barricadas y Etiquetas**

Los subcontratistas asegurarán que sus empleados pongan atención a las señales, etiquetas y barricadas que se encuentran en los sitios de trabajo. La codificación poli-cromática ayuda a determinar el nivel de peligro:

rojo = peligro

amarillo = precaución

anaranjado = advertencia

blanco = instrucción de seguridad

anaranjado fluorescente = peligro biológico

Los empleados no deben entrar en áreas protegidas por cinta de barricada de color o rótulos a menos que la entrada sea requerida por su trabajo y estén usando el PPE apropiado.

### **Iluminación Adecuada**

Los subcontratistas garantizarán a que sus empleados tengan luz adecuada para el trabajo. Una guía simple para la iluminación adecuada es esta: Si no está seguro que tiene suficiente luz para su trabajo, ¿usted no lo tiene!

### **Ropa Apropiada**

Los subcontratistas deben asegurarse de que la ropa de sus empleados sea apropiada para su trabajo. La ropa debe ser cómoda, pero no poder engancharse en el equipo. Un empleado que esté expuesto a condiciones climáticas extremas puede perder la capacidad de trabajar de manera segura y eficaz y, por supuesto, puede enfermarse.



## **Higiene Personal**

Los subcontratistas permitirán a sus empleados acceso a los baños según sea necesario. Se deben asegurar de que los empleados no lleven químicos del sitio de trabajo a sus casas en su piel o en la ropa.

## **Drogas y Alcohol**

Con la excepción de los medicamentos de venta sin receta médica como la aspirina o los medicamentos prescritos por un doctor, los empleados no podrán tener drogas ni alcohol en cualquier sitio de trabajo. Los subcontratistas deben sacar a cualquier empleado que esté trabajando bajo la influencia de drogas o alcohol e informar al Director de Seguridad para que tome acción disciplinaria.

Si es posible, los subcontratistas asignarán trabajos apropiados a los empleados que estén tomando medicamentos recetados por un doctor que reduzcan sus habilidades motoras.

## **Violencia en el Lugar de Trabajo**

La violencia en el lugar de trabajo puede definirse como: "cualquier acto o amenaza de violencia física, acoso, intimidación u otra conducta perturbadora amenazante que ocurra en el lugar de trabajo". Tenga en cuenta que acciones como gritar, insultar y destruir o arrojar objetos se consideran como violencia en el lugar de trabajo si el empleado que presenta la queja siente que su seguridad está en peligro.

En el caso de que nuestros empleados estén expuestos a la violencia en el lugar de trabajo instigada por actos de nuestros empleados u otras personas, inmediatamente se tomarán los siguientes pasos:

- a. Aquellos que no estén directamente amenazados o expuestos a actos violentos advertirán inmediatamente a los demás y se retirarán del área. Llame al 911 o a las autoridades policiales locales, cuando haya llegado a un lugar seguro.
- b. Si siente que está a punto de convertirse en víctima de la violencia en el lugar de trabajo y no tiene la oportunidad de huir, intente mantener la calma. No haga nada amenazante. En la primera oportunidad, busque un lugar seguro y llame al 911 o a las autoridades policiales locales.

Cualquier empleado que sea víctima de cualquier tipo de violencia laboral, física o verbal, debe notificar inmediatamente a su supervisor. Si el supervisor directo de un empleado es el instigador, el empleado debe pasar al siguiente nivel de supervisión. Las acciones violentas que resulten en lesiones se reportarán a la policía sin excepción.

Una investigación interna comenzará de inmediato e incluirá entrevistas con las personas involucradas, incluyendo posibles testigos. Cuando sea posible, haremos todo lo posible para mantener la privacidad durante la investigación y el seguimiento. Nuestra compañía prohíbe expresamente las represalias de cualquier tipo contra cualquier empleado que presente una queja o asista en la investigación de una queja. Dichos empleados no pueden verse afectados negativamente de ninguna manera relacionada con su empleo. Las represalias también son ilegales según la ley federal. Cualquier incumplimiento de comportamiento en el lugar de trabajo que lleve a una acción violenta contra otro empleado se tratará como una violación grave de seguridad sujeta a acciones correctivas extremas, que puedan incluir el despido.

### **Investigación de Accidentes**

Los subcontratistas compilarán los hechos (quién, cómo, qué, dónde y por qué) después de un accidente. Si el accidente se trata de una lesión, la recolección de datos se iniciará inmediatamente después de que se resuelva la crisis médica. Esta información será documentada y dada al Director de Seguridad tan pronto como sea posible para que se inicie una investigación del accidente.

Los cuasi-eventos, eventos que no resulten en ninguna lesión o daño, deben ser documentados y se le debe informar al Director de Seguridad para que se puedan prevenir accidentes en el futuro.

### **Reuniones de Seguridad**

Las reuniones de seguridad se pueden realizar durante el turno de trabajo. El éxito de las reuniones requiere la participación interactiva del presentador, así como también la de los que asisten la reunión. Se les debe animar a los participantes a hacer preguntas.

## **Materiales Peligrosos del Sitio de Trabajo**

Al trabajar adentro o alrededor de las estructuras viejas, peligros potenciales del asbesto (amianto) y plomo **pueden** existir. En muchos sitios de trabajo, **puede** existir el riesgo de exponerse a la sílice cristalina. A continuación, está una breve explicación de los materiales y peligros.

### ASBESTO

El asbesto se puede encontrar en las tuberías, las paredes y el aislamiento de las calderas; las chapas exteriores; y el material de piso. El asbesto friable o el que se esté desmoronando presenta más riesgo porque puede flotar en el aire y ser inhalado por el sistema respiratorio. Sin protección respiratoria, las fibras microscópicas del asbesto pueden entrar en la parte más profunda del pulmón, causando cicatrices y rigidez del pulmón. El resultado es una reducción del intercambio de gases -- una condición llamada asbestosis.

### PLOMO

El plomo se puede encontrar en las tuberías de agua, las soldaduras y las pinturas. El plomo es un metal pesado y tóxico que puede ser absorbido por el cuerpo por la ingestión o la inhalación. Es un veneno acumulativo que puede permanecer en el cuerpo durante décadas.

Aunque una dosis masiva de plomo puede matar en cuestión de días, es más probable estar expuesto a una cantidad moderada de asbesto o plomo que probablemente no crea problemas de salud por años--si es que los crea.

### SÍLICE CRISTALINA

La sílice cristalina puede encontrarse fácilmente en muchos sitios de trabajo en las rocas, así como también en muchos productos de cemento (hormigón) y albañilería (mampostería). Sílice cristalina puede liberarse en el aire cuando los empleados realicen tareas como:

- a. Cortar, martillar, perforar, triturar o mover las rocas.
- b. La detonación abrasiva.
- c. Aserrar, martillar, perforar, o barrer el concreto o albañilería.

Exponerse a la sílice cristalina sin protección respiratoria puede causar una enfermedad pulmonar llamada silicosis.

Debido a la naturaleza crónica (de largo plazo) de estos peligros, los efectos perjudiciales para la salud debido al exponerse a este químico no se notarán de inmediato.

La persona competente designada por el subcontratista en el sitio de trabajo evitará que los empleados estén expuestos a estos materiales.

Las áreas que contienen estos materiales serán acordonadas y protegidas con señales de advertencia adecuadas para evitar la entrada a personas no autorizadas.

### **Reconocimiento de los Riesgos Específicos del Sitio de Trabajo**

Independientemente del tipo de trabajo realizado por los empleados del subcontratista, es probable que estarán expuestos a varios peligros creados por otros contratistas. Los subcontratistas deben ser conscientes de estos peligros y, si es apropiado, transmitir esta información a los empleados bajo su área de responsabilidad.

Los subcontratistas y sus empleados deben ser entrenados y competentes en el trabajo específico que realizan.

Los subcontratistas, utilizando inspecciones aleatorias y frecuentes, asegurarán que ellos y sus empleados trabajen de manera segura y en cumplimiento con los estándares apropiados de OSHA.

Si existe un riesgo de seguridad que no puede corregirse inmediatamente, deben parar el trabajo y comunicarse con nuestro director de seguridad:

### **Resúmenes del Programa de Cumplimiento de OSHA**

Cuando usted encuentre las situaciones que se enumeran a continuación, debe realizar sus tareas de acuerdo con los programas escritos que cumplan con normas específicas de OSHA. A continuación, está un resumen de cada programa.

#### **Control de Energía Peligrosa - Bloqueo y Etiquetado**

**Aplicable:** Para el servicio y mantenimiento de máquinas y equipos en los cuales la energización inesperada, inicio o escape de energía almacenada pueden ocurrir y causar lesiones.

**No aplicables:** A los procedimientos rutinarios, repetitivos e integrados como pequeños ajustes y cambios de herramienta. Arreglos al equipo conectado por cable y enchufe cuando desconectar el equipo niega el peligro y el enchufe está bajo el control de la persona que realiza el trabajo.

**Peligro:** La posibilidad de aplastamiento, desmembración, mutilación, paralización, electrocución, perforación o cortarse por la liberación repentina de energía de las siguientes fuentes: condensador, químico, contrapeso, eléctrico, motor, volante, hidráulico, neumático, resorte, térmico o gravedad.

## **Procedimientos**

- Preparación para el apagüe: Ubicar todos los dispositivos de aislamiento mediante la Evaluación de la Fuente de Energía.
- Apagüe de equipo: Informar a la persona afectada y usar el procedimiento normal para apagar el equipo.
- Aislamiento de equipo: Aislar físicamente el equipo de su(s) fuente(s) de energía--puede haber más de una fuente.
- Aplicación del dispositivo: Aplicar cerraduras y/o etiquetas codificadas de color para mantener los dispositivos de aislamiento en una posición "Neutral" o de "Apagado" (Off).
- Escape de energía almacenada: Disipar la energía almacenada.
- Verificación del aislamiento: Antes de comenzar el trabajo, usar los controles de la máquina y asegurar que la máquina no funcione.
- Fin del bloqueo/etiquetado: La persona que aplicó los dispositivos es el que los quita después de asegurar que el área no tenga restricciones y los empleados afectados hayan sido informados.

### **Plan para Control de Exposición a Patógenos**

#### **Patógenos de la sangre u otros materiales infecciosos**

Los subcontratistas deben tener un plan para el control de exposición a patógenos cuando no hay acceso a medicina de emergencias dentro de un plazo razonable y deben asignar al personal como proveedores de primeros auxilios como una responsabilidad adicional.

El riesgo principal se debe a la posibilidad de infección como resultado de exponerse a patógenos de la sangre u otros materiales infecciosos mientras brinde primeros auxilios a una víctima de trauma o limpiar líquidos corporales después de un incidente.

Como una declaración de política, si se requiere un plan de control de patógenos, se utilizarán las Precauciones Universales. Esencialmente, eso significa que la sangre, los fluidos corporales y otros materiales de la víctima de cada trauma serán tratados como si se supiera que están infectados.

Los proveedores de primeros auxilios deben comprender:

- a. Los riesgos de patógenos de la sangre y otros materiales infecciosos.
- b. La ingeniería y controles prácticos del trabajo diseñados para minimizar la posibilidad de la exposición a patógenos tales como:
  1. Procedimientos de lavado de mano y equipo.
  2. Las prohibiciones de comer, beber y fumar.
  3. El control de objetos punzantes contaminados.
  4. El control de otros residuos regulados.
  5. El desecho de objetos punzantes contaminados y residuos regulados.
  6. Controlar la salpicadura/pulverización de materiales potencialmente infecciosos.
  7. La prohibición del pipeteo de boca (la succión de sangre con la boca a través de un tubo).
- c. La necesidad de colocar una barrera impermeable entre materiales potencialmente infecciosos y la ropa de trabajo, ropa de calle, ropa interior, piel, ojos, boca y otras membranas mucosas del que brinde primeros auxilios utilizando:
  1. Guantes desechables
  2. Guantes de utilidad
  3. Protección de ojos y respiratoria
  4. Ropa protectora del cuerpo
- d. La epidemiología de la Hepatitis B y cómo se transmiten los patógenos de la sangre.
- e. La importancia de la vacunación contra la hepatitis B durante las 24 horas después de posible exposición a patógenos de la sangre.
- f. El procedimiento para la preparación del informe de incidente y la importancia de completar el informe, por escrito, antes de finalizar el turno de trabajo.

## Protección Contra Caídas

Los subcontratistas deben tener un Plan de Protección Contra Caídas que incorpore los temas a continuación.

La protección contra caídas se requiere para empleados que trabajen seis pies o más por encima de las superficies de caminar/trabajo, cuando hay un potencial para que los objetos caigan en ellos, o cuando estén trabajando alrededor de áreas cubiertas.

El peligro obvio es caerse o ser golpeado por un objeto al caerse.

Un plan de protección contra caídas es necesario cuando los sistemas de protección contra caídas convencionales no sean factibles.

A través de la capacitación, los empleados deben saber cuándo se requieren los sistemas de protección de caída convencional como por ejemplo al trabajar en o alrededor de:

- a. Orillas y bordes sin protección
- b. Bordes salidos
- c. Zonas de elevación
- d. Los agujeros
- e. Cimbras y acero de refuerzo
- f. Rampas, pasarelas y otros pasillos
- g. Las excavaciones
- h. Equipo peligroso
- i. Albañilería por lo alto y trabajos relacionados
- j. Trabajo en techos de baja pendiente
- k. Techos empinados
- l. Erección de concreto (hormigón) prefabricado
- m. Construcción residencial
- n. Las aberturas en las paredes

Además, los empleados deben comprender:

- a. La selección, uso y mantenimiento de los sistemas de protección contra caídas.

- b. Los tipos de sistemas de protección contra caídas:
  - 1. Sistema de barandilla
  - 2. Sistema anti-caídas personal
  - 3. Sistema de red de seguridad
  - 4. Sistema de línea de advertencia
  - 5. Sistema de monitoreo de seguridad
  - 6. Sistema de dispositivo de posicionamiento
  - 7. Zona de acceso controlado (Controlled Access Zone o CAZ, en inglés)
  - 8. Coberturas
  - 9. Protección contra objetos al caerse.

### **Carretillas Elevadoras**

Las carretillas elevadoras incluyen: camiones de horquilla; tractores; carretillas elevadoras de plataforma; carretillas de mano motorizadas; y otros carros industriales especializados impulsados por motores eléctricos o motores de combustión interna.

Los riesgos primarios involucrados en la operación de los camiones son:

- a. Golpear físicamente a un persona u objeto con el camión o la carga.
- b. Que una carga se caiga y golpee al operador o a otra persona.
- c. Que el camión se de vuelta y aplaste al operador o a otra persona.
- d. Un incendio o explosión durante la recarga/el reabastecimiento de combustible.

Los subcontratistas supervisores deben garantizar que los operadores de camiones estén autorizados por un oficial de la empresa subcontratista para realizar el trabajo. La autorización para operar un camión será revocada si se observan actos inseguros o sea evidente que el operador no ha conservado los conocimientos y las habilidades de trabajo necesarios para realizar con seguridad la operación de camiones.

Los subcontratistas supervisores deben advertir a sus empleados no involucrados con las operaciones de camiones a que se mantengan alejados de ellos debido a la escasa visibilidad del operador y el tamaño y el peso del vehículo y la carga.



## Comunicación de Riesgos

**Nota:** Antes del 01 de diciembre de 2013, todos los empleados deben estar entrenados en los elementos de etiquetado del Sistema Armonizado Global (GHS) nuevo y el formato de las hojas de datos de seguridad (SDS).

Antes del 01 de junio de 2015, el cumplimiento de todas las disposiciones modificadas de esta regla final de GHS, excepto:

Antes del 01 de diciembre de 2015, el distribuidor no deberá enviar contenedores etiquetados por el fabricante de productos químicos o el importador, a menos que sea una etiqueta GHS.

Prácticamente todos los productos químicos tienen riesgos físicos o de salud si se derraman inadvertidamente o se usan indebidamente. Nuestro Plan de Comunicación de Riesgos detalla los métodos utilizados para mantener a nuestros empleados informados de estos riesgos potenciales.

Jason Nagaki, nuestro administrador del programa, se asegurará de que todo el personal entienda:

- a. La importancia y el uso de etiquetas; las hojas de datos de seguridad (SDS); y el acceso fácil a ellas.
- b. Los peligros físicos y de salud de los productos químicos utilizados en el sitio de trabajo.
- c. Los métodos utilizados para detectar el escape de un producto químico peligroso.
- d. Los métodos para protegerse de peligros químicos, incluyendo el PPE, los procedimientos de trabajo y de emergencia.
- e. La necesidad de compartir información con los demás contratistas.

### Conservación de la Audición

Los subcontratistas supervisores deben asegurar que sus empleados no estén expuestos a los ruidos ocupacionales que excedan los niveles que se enumeran a continuación. Ruido excesivo puede causar la pérdida permanente de la audición. Los supervisores deben ser conscientes de que la pérdida de la audición a menudo es imperceptible y sin dolor.

#### Exposiciones a ruido permisibles

Nivel de sonido

Duración por día, horas

Respuesta lenta de dBA

8	90
6	92
4	95
3	97
2	100
1 ½	102
1	105
1/2	110
1/4 o menos	115

El administrador del programa se asegurará de que las normas se publiquen, se instituyen la vigilancia médica y el monitoreo de ruido, y que todo el personal afectado comprenda el proceso de la audición y la importancia de la prevención de la pérdida de la audición.

### **Espacios Confinados en la Construcción**

Los subcontratistas deben tener un Programa de Espacios Confinados en la Construcción, cuando sea aplicable, que incorpora los temas a continuación.

Los espacios confinados que requieran permisos pueden presentar un entorno muy peligroso si no se aplican procedimientos específicos, pruebas y capacitación antes de la entrada al espacio. Como recordatorio:

Un espacio confinado es un espacio que:

- a. Es lo suficientemente grande y configurado para que un empleado pueda entrar físicamente en él y realizar el trabajo asignado; y
- b. Tiene medios de entrada o salida limitados o restringidos. Estos espacios pueden incluir: ductos de ventilación o extracción, contenedores y tanques, calderas, alcantarillas, túneles y lugares abiertos de más de 4 pies de profundidad tales como pozos, tinas y recipientes; y
- c. No han sido diseñados para la ocupación continua de los empleados.

Un espacio confinado que requiere un permiso es:

- a. Un espacio cerrado que contiene cualquier riesgo reconocido y grave de seguridad o de salud. Estos peligros pueden ser: inmersión por los materiales; quedar atrapado por la forma del espacio; la inhalación de atmósferas peligrosas (potencialmente mortales).

Los supervisores deben asegurar que los empleados comprendan:

- a. La necesidad de identificar y evaluar los riesgos de los espacios que requieren permisos antes de entrar.
- b. La necesidad de examinar las condiciones antes de entrar y el monitoreo durante la entrada.
- c. Cómo prevenir el ingreso no autorizado.
- d. Cómo eliminar o controlar los peligros para el proceso seguro de entrada al espacio que requiere un permiso.
- e. La necesidad de garantizar que al menos un asistente se coloque afuera del espacio que requiere un permiso para la duración del proceso de entrada.

- f. Cómo coordinar y controlar el proceso de las entradas cuando estemos trabajando con los empleados de otro contratista o cliente dentro de un espacio confinado que requiere un permiso.
- g. Nuestros procedimientos para el rescate de emergencia.
- h. El establecimiento de un procedimiento escrito para la preparación, emisión, uso y cancelación de los permisos para las entradas.

### **Protección Respiratoria**

Como subcontratista, es extremadamente importante que usted no permita que sus empleados estén expuestos a atmósferas que no contengan aire limpio y respirable, libre de contaminantes que exceden los límites de exposición permisible.

Los peligros respiratorios pueden variar desde levemente irritantes hasta mortales.

Debido a las graves consecuencias del mal uso de la protección respiratoria, aquellos para los que sea aplicable, deben comprender:

- a. La importancia de la aprobación médica para el uso respiratorio.
- b. El proceso de la selección del respirador.
- c. Cómo determinar la vida útil de los filtros de partículas.
- d. Prueba de ajuste.
- e. Pruebas de sello por el usuario.
- f. La importancia de la vigilancia del área de trabajo.
- g. La limpieza, la inspección y el mantenimiento de los respiradores.

Por supuesto, los sitios de trabajo a menudo contienen polvo fastidioso que no supera los límites de exposición permisibles. En estos casos, los empleados pueden usar máscaras contra el polvo para la comodidad personal. Los supervisores deben advertir a los usuarios de las máscaras contra el polvo que no ofrecen protección respiratoria verdadera.

Las normas de OSHA requieren que, si un empleador ofrece respiradores para el uso voluntario del empleado o si usted proporciona su propio respirador, usted deberá ser proporcionado el Apéndice D de 29 CFR 1910.134. Este apéndice está escrito a continuación y todos los empleados deben leerlo.

## **Número de serie: 1910.134 del apéndice D**

### **Título de Estándar: (Mandatorio) Información Para los Empleados Usuarios Que Usan Respiradores Cuando No lo Exige el Reglamento o Norma**

Los respiradores son uno de los medios de protección adecuados contra los distintos productos químicos cuando se han seleccionado y utilizado adecuadamente. Se fomenta el uso del respirador para el bienestar y protección del empleado, aun cuando la concentración de los productos químicos esté por debajo de los valores límites de exposición establecidos. Sin embargo, el respirador puede causarle daño si no se mantiene limpio o se usa incorrectamente. Algunas veces los empleados usan los respiradores para evitar ser expuestos a los diferentes productos químicos, aunque estos no excedan los valores límites establecidos por los reglamentos de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA). Si su empleador provee los respiradores para uso voluntario, o si usted provee su propio respirador, necesita tomar ciertas precauciones para que se asegure que no corra riesgos cuando use el respirador.

Usted debe hacer lo siguiente: 1. Lea y haga caso a las instrucciones que provee el fabricante en el uso, mantenimiento, limpieza y cuidado, y las advertencias en cuanto a las limitaciones de los respiradores. 2. Escoja respiradores certificados contra los contaminantes que le interesen. La Institución Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos de América, son los que certifican los respiradores. Una etiqueta o certificado de exposición debe aparecer en el respirador o en el empaque del respirador. Este debe decirle para que químicos fue hecho y cuanto le va a proteger. 3. No use su respirador en atmósferas que contienen contaminantes para los cuales no fue diseñado porque no le va a proteger. Por ejemplo, si un respirador es diseñado para filtrar partículas de polvo no le va a proteger contra gases, vapores o partículas sólidas de vaho (mal olor) o humo. 4. No pierda de vista su respirador para que así no use el respirador de otra persona por equivocación.

[63 FR 1152, 08 de enero de 1998; 63 FR 20098, 23 de abril de 1998]

## Andamios

**Aplicable:** Cuando se requiere instalar, utilizar o desmontar un andamio o escalera portátil.

**No aplicable:** Cuando la protección contra caídas es necesaria sobre una superficie de caminar/trabajar de más de seis pies encima de un nivel inferior--esto se aborda en un Programa de Protección Contra Caídas.

**Riesgos:** Caídas, eléctricos y caídas de objetos.

«safetyAdministrator», nuestro administrador del programa, se asegurará de que los empleados comprendan:

- a. Los procedimientos para tratar con los riesgos anteriores.
- b. El uso adecuado de los andamios y las escaleras portátiles
- c. La carga y la capacidad de carga del andamio.

## **Requisitos de Seguridad Específicos de la Compañía**

También puede haber ocasiones en que Precision Contractors, LLC requiera que sus subcontratistas cumplan con políticas de seguridad específicas de nuestra empresa. Si implementamos estas políticas adicionales, deben tener requisitos de seguridad más estrictos que los desarrollados por OSHA.

Actualmente no tenemos requisitos de seguridad específicos de nuestra empresa.

## Precision Contractors, LLC

### Reconocimiento del Manual del Subcontratista

He leído y entiendo el contenido de este Manual de Seguridad del Subcontratista.

Entiendo que es mi obligación proporcionar un lugar de trabajo libre de riesgos reconocidos para mis empleados.

Entiendo que soy responsable de las acciones de mis empleados específicamente en relación a la seguridad y el cumplimiento de las normas de OSHA. Certifico que mis empleados están capacitados para completar sus tareas en forma segura y según las normas de OSHA.

Pararé el trabajo si se descubre una condición insegura y no reanudaré el trabajo hasta que se resuelva.

---

(Nombre del Subcontratista)

---

(Firma)

---

(Fecha)