

Hoja Informativa sobre la Seguridad en el Trabajo

HS04-022B (02-25)

Las siguientes guías generales de seguridad están diseñadas para ayudar a los trabajadores a mantenerse seguros en el área de trabajo. Al seguir estos consejos, los empleados pueden minimizar los riesgos y prevenir accidentes.

Reglamentos Generales de Seguridad

- 1. Manténgase alerta:**
Manténgase siempre atento a su entorno y a los posibles riesgos o peligros. La fatiga y las distracciones aumentan la probabilidad de que se produzcan accidentes.
- 2. Siga las instrucciones:**
Realice las tareas de la manera correcta. Si no está seguro, pida aclaraciones o capacitación antes de continuar.
- 3. Reporte cualquier riesgo o peligro:**
Notifique inmediatamente a su supervisor sobre cualquier condición insegura, equipo defectuoso o riesgo potencial.
- 4. Evite los atajos:**
Nunca tome atajos o métodos rápidos que puedan comprometer la seguridad, aunque le ahorren tiempo.

**PIENSE
EN LA
SEGURIDAD**



Equipo de Protección Personal

- 1. Utilice el equipo de protección personal (personal protective equipment -PPE, por su nombre y siglas en inglés) adecuado:**
Utilice cascos, guantes, gafas protectoras, botas de seguridad, respiradores u otros equipos de seguridad necesarios para su trabajo.
- 2. Inspeccione el PPE con regularidad:**
Revise el desgaste del PPE y reemplace inmediatamente el equipo que esté dañado.

Organización del Área de Trabajo

- 1. Mantenga limpias las áreas de trabajo:**
Mantenga los espacios despejados para reducir resbalones, tropiezos y caídas.
- 2. Utilice las herramientas correctamente:**
Utilice siempre la herramienta adecuada en cada trabajo para evitar lesiones.
- 3. Técnicas adecuadas para levantar objetos:**
Doble las rodillas, no la espalda, y pida ayuda para las cargas pesadas a fin de evitar distensiones, torceduras y otras lesiones.



Preparación para Emergencias

1. Familiarícese con los procedimientos de emergencia:

Sepa a quién contactar y la ubicación de las salidas de emergencia, los extintores de incendios, las estaciones para el lavado de ojos y los botiquines de primeros auxilios. Siga las rutas de evacuación y los puntos de reunión establecidos.

2. Manténgase preparado:

Participe en simulacros regulares de incendio, evacuación u otras emergencias.

Procedimientos de Seguridad Especializados

1. Conozca los protocolos de seguridad específicos:

Esto es especialmente importante para las tareas peligrosas, como los trabajos eléctricos, la entrada en espacios confinados o el manejo de productos químicos.

2. Controle la energía peligrosa:

Bloquee y etiquete las fuentes de energía antes de reparar cualquier maquinaria para evitar una activación accidental.

Seguridad en los Trabajos al Aire Libre

1. Protéjase de las condiciones meteorológicas extremas:

Use ropa adecuada y aplique protector solar cuando sea necesario.

2. Manténgase hidratado durante los días calurosos:

Beba abundante agua y descansa en zonas con sombra para prevenir las [enfermedades relacionadas con el calor](#).

Seguridad Basada en el Comportamiento

1. Evite los juegos bruscos o rudos:

Las bromas pesadas en el área de trabajo pueden provocar lesiones.

2. Promueva la comunicación abierta:

Informe a los empleados de que pueden hablar sobre cuestiones de seguridad con sus supervisores o con sus compañeros de trabajo sin temor a represalias.

Reporte de Lesiones

1. Reporte todas las lesiones:

No importa cuán leve sea, notifique inmediatamente a su empleador sobre cualquier lesión para que se puedan tomar medidas correctivas y evitar incidentes futuros.

2. Atienda las lesiones de inmediato:

Busque primeros auxilios rápidamente para evitar complicaciones derivadas de las lesiones no tratadas.

Al cumplir con estas guías, los trabajadores pueden contribuir a un entorno de trabajo más seguro, mientras se protegen a sí mismos y a sus compañeros de trabajo. Recuerde: **¡la seguridad es la responsabilidad de todos!**



www.txsafetyatwork.com

800-252-7031

***El Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores (DWC) –
Sección de Seguridad en el Área de Trabajo***

P.O. Box 12050
Austin, TX 78701-2050

Descargo de Responsabilidad: A menos que se indique lo contrario, este documento fue producido por el Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores utilizando información de personal que es especialista en el tema, entidades gubernamentales u otras fuentes acreditadas. La información contenida en esta hoja informativa se considera exacta al momento de su publicación. Para más publicaciones gratuitas y otros recursos de seguridad y salud ocupacional, visite www.txsafetyatwork.com. Llame al 800-252-7031, opción 2, o envíe un correo electrónico a resourcecenter@tdi.texas.gov.