

Higiene para las Manos en Lugares Afectados por un Huracán

Las aguas de inundación pueden estar contaminadas con microorganismos, efluentes de alcantarillado, desperdicios industriales, químicos y otras sustancias que pueden causar enfermedades o muerte.

Use guantes de protección

- Use guantes de protección cuando: trabaje con aguas de inundación contaminadas, maneje objetos contaminados o maneje restos de humanos o animales.
- Los guantes deben ser fuertes, resistentes a cortaduras, hechos de material impermeable (nitrilo o un material similar que se pueda lavar).

Lávese las Manos con Jabón y Agua Limpia (o Desinfectada)

- Después de trabajos de limpieza o descontaminación, antes de preparar o ingerir alimentos y después de usar el baño.
- Lavarse las manos previene la transmisión de enfermedades. Lavarse las manos frecuentemente con cualquier jabón y agua o limpiador y desinfectador de manos es recomendable.

Cuidado de Heridas

- Lave las heridas inmediatamente con jabón y agua limpia (o desinfectada) o con una solución para las manos a base de alcohol.
- Busque atención médica inmediata si la herida enrojece, se hincha o supura pus.

Desinfectando agua para la descontaminación de herramientas/superficies

- Descontamine la ropa, herramientas, equipos o superficies con una solución blanqueadora de 1/4 de taza de blanqueador casero por cada gaón de agua limpia o desinfectada.
- Prepare una solución fresca diariamente, preferiblemente justo antes de usarla.
- Sumerja los objetos en la solución por 10 minutos.
- Identifique los recipientes (por ejemplo: "agua desinfectada con blanqueador – NO TOMAR")

Para información más completa:

OSHA Administración de Seguridad y Salud Ocupacional
Departamento del Trabajo de EE.UU.
www.osha.gov (800) 321-OSHA

Hand Hygiene in Hurricane-Affected Areas

Floodwater can be contaminated with microorganisms, sewage, industrial waste, chemicals, and other substances that can cause illness or death.

Wear Protective Gloves

- Wear protective gloves when working in contaminated floodwaters, handling contaminated objects, or handling human or animal remains.
- Wear thick, cut-resistant gloves made of waterproof material (nitrile or similar washable material).

Wash Hands with Soap and Clean Water

- Use soap and clean water or a waterless, alcohol-based hand rub.
- Wash hands after cleanup or decontamination work; before preparing or eating food; and after toilet use.
- Hand washing prevents disease transmission.

Wound Care

- Wash wounds with soap and clean water or a waterless, alcohol-based hand rub immediately.
- Seek immediate medical attention if wound becomes red, swollen, or oozes pus.

Decontamination of Tool/Surface/Equipment

- It is preferable to use soap and clean water.
- If only contaminated water is available, prepare solution of 1/4 cup household bleach per 1 gallon of water.
- Prepare fresh solutions daily, preferably just before use.
- Wipe objects with the bleach solution and let stand for 10 minutes; dry thoroughly.
- Label containers (e.g., "bleach disinfected water – DO NOT DRINK").
- Warning: Bleach can damage firefighters' turnout gear; consult manufacturer.

For more complete information:

OSHA Occupational Safety and Health Administration
U.S. Department of Labor
www.osha.gov (800) 321-OSHA

Consejos de Seguridad para Demolición

Trabajos de demolición incluyen muchos de los mismos peligros que se presentan durante otras actividades de construcción. Sin embargo, demolición también incluye peligros adicionales debido a la variedad de otros factores. Algunos de estos incluyen: pinturas con contenido de plomo, objetos puntiagudos y materiales que contienen asbestos.

- Reforzarle o apuntale las paredes y piso de las estructuras las cuales han sido dañadas y en las cuales los empleados deben entrar.
- Inspeccione el equipo de protección personal (noriales en ingles - PPE) antes de usarlo.
- Seleccione, póngase y utilice un equipo de protección personal apropiado para la taréa.
- Inspeccione los escalones, pasillos y escaleras; ilumine todas las escaleras.
- Apague y tape todos los servicios de luz, gas, agua, vapor, alcantarillados y otros servicios de línea; notifique a la compañía de servicios apropiada.
- Proteja todas las aperturas de paredes hasta una altura de 42 pulgadas; cubra y asegure las aperturas de pisos con materiales que sean capaces de soportar la carga que será posiblemente aplicada.
- La aperturas en el piso usadas para la disposición de materiales no deben ser más de 25% del área total del piso.
- Use vertederos de escombros encerrados con portones en el final de la descarga. para dejar caer material de la demolición al suelo o en un contenedor de la basura.
- Demolición de paredes exteriores y piso deben comenzar en la parte de arriba de la estructura y proceder hacia abajo.
- Los miembros estructurales y los que soportan la cargas en cualquier piso no deben ser cortados o removidos hasta que todos los pisos encima de ese piso hayan sido removidos.
- Todas las cornizas de techos o otras piedras ornamentales deben ser removidas antes de tirar las paredes hacia abajo.
- Empleados no se deben permitir trabajar donde existen peligros de colapso de estructura hasta que sea corregido con puntales, refuerzos o otros medios efectivos.

Para información más completa:

 **Administración de Seguridad y Salud Ocupacional**
Departamento del Trabajo de EE.UU.
www.osha.gov (800) 321-OSHA

Demolition Safety Tips

Demolition work involves many of the same hazards that arise during other construction activities. However, demolition also involves additional hazards due to a variety of other factors. Some of these include: lead-based paint, sharp or protruding objects and asbestos-containing material.

- Brace or shore up the walls and floors of structures which have been damaged and which employees must enter.
- Inspect personal protective equipment (PPE) before use.
- Select, wear and use appropriate PPE for the task.
- Inspect all stairs, passageways, and ladders; illuminate all stairways.
- Shut off or cap all electric, gas, water, steam, sewer, and other service lines; notify appropriate utility companies.
- Guard wall openings to a height of 42 inches; cover and secure floor openings with material able to withstand the loads likely to be imposed.
- Floor openings used for material disposal must not be more than 25% of the total floor area.
- Use enclosed chutes with gates on the discharge end to drop demolition material to the ground or into debris containers.
- Demolition of exterior walls and floors must begin at the top of the structure and proceed downward.
- Structural or load-supporting members on any floor must not be cut or removed until all stories above that floor have been removed.
- All roof cornices or other ornamental stonework must be removed prior to pulling walls down.
- Employees must not be permitted to work where structural collapse hazards exist until they are corrected by shoring, bracing, or other effective means.

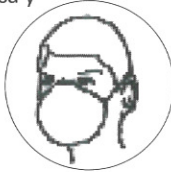
For more complete information:

 **Occupational Safety and Health Administration**
U.S. Department of Labor
www.osha.gov (800) 321-OSHA

Protéjase Respiradores

Protección respiratoria debe ser llevada cuando usted esta trabajando en una atmósfera peligrosa. El respirador apropiado va a depender de los contaminantes a los cuales usted estará expuesto y los factores de protección requeridos. Respiradores requeridos deben ser aprobados por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (iniciales en inglés - NIOSH) evaluación médica y capacitación debe ser provista antes de usarlo.

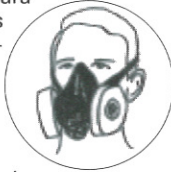
Máscaras para polvos de una correa no son usualmente aprobadas por NIOSH. Ellas no debén ser usadas para protegerse de atmósferas peligrosas. Aunque, ellas son útiles proveyendo comodidad contra el polen y otras alergias.



Las mascarar faciales (máscaras de polvo) aprobada pueden ser usadas contra polvo, emisiones de vapores, humos de soldadura, etc. Ellas no proveen protección contra gases o vapores. **NO LO USE PARA ASBESTO O PLOMO;** en cambio, seleccione uno de los respiradores mencionados a continuación.



Respirador facial a media cara pueden ser usado para protección contra la mayoría de los vapores, gases ácidos, polvo o humo de soldaduras. Cartuchos/filtros deben hacer juego con los contaminantes y ser cambiados periódicamente.



Respirador facial de cara completa ofrecen mas protección que el respirador a media cara. Ellos pueden ser usados para protección contra la mayoría de los vapores, gases ácidos, polvo o humo de soldaduras. La protección de la cara protege la cara y ojos de irritaciones y contaminantes. Cartuchos/filtros deben hacer juego con los contaminantes y ser cambiados periódicamente.



Respirador con purificador de aire motorizado (iniciales en inglés - PAPR) ofrecen una respiración cómoda a través de un abanico cargado con baterías el cual tira aire a través de un filtro y circula aire por todas las partes del capacete/capucha. Ellos pueden ser usados por la mayoría de los trabajadores que tienen barbas. Cartuchos/filtros deben hacer juego con los contaminantes y ser cambiados periódicamente.



Aparato de respiración autónomo (iniciales en inglés - SCBA) es usado para entrar y salir de una atmósfera que es considerada inmediatamente peligrosa para la vida y salud (iniciales en inglés - IDLH) o deficiente de oxígeno. Ellos usan su propio tanque de aire.



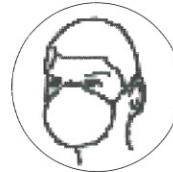
Para información más completa:

OSHA® Administración de Seguridad y Salud Ocupacional
Departamento del Trabajo de EE.UU.
www.osha.gov (800) 321-OSHA

Protect Yourself Respirators

Respiratory protection must be worn whenever you are working in a hazardous atmosphere. The appropriate respirator will depend on the contaminant(s) to which you are exposed and the protection factor (PF) required. Required respirators must be NIOSH-approved and medical evaluation and training must be provided before use.

Single-strap dust masks are usually not NIOSH-approved. They must not be used to protect from hazardous atmospheres. However, they may be useful in providing comfort from pollen or other allergens.



Approved filtering facepieces (dust masks) can be used for dust, mists, welding fumes, etc. They do not provide protection from gases or vapors. **DO NOT USE FOR ASBESTOS OR LEAD;** instead, select from the respirators below.



Half-face respirators can be used for protection against most vapors, acid gases, dust or welding fumes. Cartridges/filters must match contaminant(s) and be changed periodically.



Full-face respirators are more protective than half-face respirators. They can also be used for protection against most vapors, acid gases, dust or welding fumes. The face shield protects face and eyes from irritants and contaminants. Cartridges/filters must match contaminant(s) and be changed periodically.



Loose-fitting powered air-purifying respirators (PAPR) offer breathing comfort from a battery-powered fan which pulls air through filters and circulates air throughout helmet/hood. They can be worn by most workers who have beards. Cartridges/filters must match contaminant(s) and be changed periodically.



A Self-Contained Breathing Apparatus (SCBA) is used for entry and escape from atmospheres that are considered immediately dangerous to life and health (IDLH) or oxygen deficient. They use their own air tank.



For more complete information:

OSHA® Occupational Safety and Health Administration
U.S. Department of Labor
www.osha.gov (800) 321-OSHA

Protéjase Equipo de Protección Personal en la Construcción

Protección Para los Ojos y la Cara

- Las gafas de seguridad o caretas se usan siempre que las operaciones en el trabajo puedan causar que objetos extraños entren a los ojos. Por ejemplo, cuando se esté soldando, cortando, puliendo, clavando (o cuando se esté trabajando con concreto y/o químicos peligrosos o expuesto a partículas que vuelan). Utilícelos cuando esté expuesto a cualquier riesgo eléctrico, incluyendo el trabajar en sistemas eléctricos energizados (vivos).
- Protectores para ojos y cara – se seleccionan en base a los riesgos anticipados.

Protección para los Pies

- Los trabajadores de la construcción deben utilizar zapatos o botas de trabajo con suelas resistentes a resbalones y perforaciones.
- El calzado con punta de metal es usado para prevenir que los dedos de los pies queden aplastados cuando se trabaja alrededor de equipo pesado u objetos que caen.

Protección para las Manos

- Los guantes deben ajustarse cómodamente.
- Los trabajadores deben usar los guantes correctos para el trabajo que van a hacer (ejemplos: guantes de goma de alta resistencia para trabajos con concreto, guantes de soldar para soldaduras, guantes y mangas con aislamiento cuando se esté expuesto a riesgos eléctricos).

Protección para la Cabeza

- Use cascos de seguridad donde haya potencial de que objetos caigan desde arriba, de golpes en la cabeza por objetos fijos o contacto accidental de la cabeza con riesgos eléctricos.
- Cascos de seguridad – inspecciónelos rutinariamente para detectar abolladuras, grietas o deterioro. Reemplácelos después de que hayan recibido un golpe fuerte o descarga eléctrica. Manténgalos en buenas condiciones.

Protección para los Oídos

- Use tapones para oídos/orejeras en áreas de trabajo de alto ruido donde se usen sierras de cadena o equipo pesado. Limpie o reemplace los tapones para oídos regularmente.

Para información más completa:

 **Administración de Seguridad y Salud Ocupacional**
Departamento del Trabajo de EE.UU.
www.osha.gov (800) 321-OSHA

Protect Yourself Construction Personal Protective Equipment (PPE)

Eye and Face Protection

- Safety glasses or face shields are worn any time work operations can cause foreign objects to get in the eye. For example, during welding, cutting, grinding, nailing (or when working with concrete and/or harmful chemicals or when exposed to flying particles). Wear when exposed to any electrical hazards, including working on energized electrical systems.
- Eye and face protectors – select based on anticipated hazards.

Foot Protection

- Construction workers should wear work shoes or boots with slip-resistant and puncture-resistant soles.
- Safety-toed footwear is worn to prevent crushed toes when working around heavy equipment or falling objects.

Hand Protection

- Gloves should fit snugly.
- Workers should wear the right gloves for the job (examples: heavy-duty rubber gloves for concrete work; welding gloves for welding; insulated gloves and sleeves when exposed to electrical hazards).

Head Protection

- Wear hard hats where there is a potential for objects falling from above, bumps to the head from fixed objects, or of accidental head contact with electrical hazards.
- Hard hats – routinely inspect them for dents, cracks or deterioration; replace after a heavy blow or electrical shock; maintain in good condition.

Hearing Protection

- Use earplugs/earmuffs in high noise work areas where chain saws or heavy equipment are used; clean or replace earplugs regularly.

For more complete information:

 **Occupational Safety and Health Administration**
U.S. Department of Labor
www.osha.gov (800) 321-OSHA