

# TRABAJADOR LESIONADO EN UN TERRENO MOJADO Y EMPINADO

## 1 Introducción

Utilice esta historia para tener una conversación con sus trabajadores sobre:

- Cómo una lesión puede afectarlos a ellos y sus familias, y por qué es importante estar atentos.
- Lo que los empleadores y trabajadores pueden hacer para prevenir lastimaduras debido a resbalones y caídas.
- Los procedimientos o pasos a seguir si se lastiman.

*“Hoy vamos a hablar sobre cómo prepararse para trabajar en terreno empinado, húmedo, y resbaladizo. Comenzaremos con la experiencia de un trabajador forestal y cómo esta lesión se pudo haber prevenido. Un trabajador forestal del noroeste de los Estados Unidos compartió esta historia.”*

## 2 Comparta la historia Dele vuelta

## 3 Preguntas que puede hacer

Dé inicio a una conversación haciendo 2 a 3 de las siguientes preguntas:

- **¿Qué problemas pueden ver en esta historia?**
  - No recibieron entrenamiento.
  - Estaban trabajando en la oscuridad.
  - Botas inadecuadas.
  - No recibió cuidado médico inmediatamente.
- **¿Cómo se pudo prevenir esta lesión?**
- **¿Alguno de ustedes ha experimentado algo similar? ¿Cómo le puede afectar, personalmente, este tipo de lesión?**
- **¿Alguno de ustedes sabe que se debe hacer si alguien se lesiona en el trabajo?**



## ¿Cómo se pudo prevenir esta lesión?

### Estar preparado.

- Usar buenas botas de trabajo con casquillo (“caulks”). No se le debe permitir a los trabajadores que usen calzado inapropiado.
- El supervisor debe evaluar el lugar antes de empezar a trabajar. Debe esperar a que se aclare si está muy oscuro.
- Antes de empezar a trabajar, llevar a cabo una reunión de seguridad acerca del sitio de trabajo con la cuadrilla o grupo de trabajadores.
- Calentarse y estirarse antes de hacer trabajo extenuante o pesado.
- El equipo de primeros auxilios requiere tener una camilla.

### Poner atención.

- No trabajar sin balance del cuerpo. Encontrar una posición estable para poder controlar la sierra.
- Asegure el seguro del serrucho o sierra cuando cambie de posición, este caminado o subiendo sobre obstáculos.
- Caminar de lado al subir o bajar pendientes. steep slopes.
- Asegurarse de tener 3 puntos de contacto al subir o caminar sobre cosas.
- No apresurarse. No competir con sus compañeros de trabajo.

### Cuidarse a usted mismo y unos a los otros.

- Tomar descansos. Cometemos más equivocaciones cuando estamos cansados.
- Cuidarse los unos a los otros. Comunicar los peligros o riesgos que vea.

## 2

**Comparta la historia****Lea en voz alta o muestre las ilustraciones**

*“Comenzamos a trabajar alrededor de las seis de la mañana en un terreno empinado, mojado y resbaladizo. Todavía estaba algo oscuro. Había neblina y estaba nevando. No podía ver muy bien. Tenía la sierra encendida. Cuando iba a cortar un arbolito de pino, me resbalé y solté la sierra. Cayó sobre mi pie y me cortó un dedo del pie.*

*Le dije inmediatamente a mi supervisor que me había cortado. Me vendaron; pero tuve que esperar. Al final del turno, me llevaron a mi casa. Mi esposa me llevó a la clínica; sin embargo, debido a que ya habían pasado alrededor de ocho horas desde que me corté el dedo, el doctor no me pudo suturar o coser: él dijo que era demasiado tarde para eso y que solo podía darme antibióticos para prevenir una infección.*

*Yo creo que debimos esperar hasta que se aclarara un poco. Pasaron varios días antes de poder volver a mi trabajo. Mi esposa ahora está preocupada y quiere que busque otro trabajo. Tiene miedo de que pasará algo peor.”*



Comenzamos a trabajar alrededor de las seis de la mañana.



No podía ver muy bien. Me resbalé y solté la sierra y me corté el dedo del pie.



Me vendaron el pie y tuve que esperar muchas horas para para llegar a mi casa.



Aquí están algunos antibióticos para prevenir una infección. Podríamos haber suturado o cosido esto, pero ha pasado demasiado tiempo.

Mi esposa me llevó a la clínica.



Vamos a esperar hasta que esté un poco más claro. Acuérdense de caminar de lado en las pendientes empinadas. Asegúrense de que ustedes están estables antes de empezar a cortar.

Yo creo que debimos esperar a ver mejor.



Viejo! Me preocupa que te vuelvas a lastimar. Ten cuidado, por favor.

Pasaron varios días antes de poder volver a mi trabajo.

## ¿Cómo se pudo prevenir esta lesión?

### **Estar preparado.**

- Usar buenas botas de trabajo con casquillo (“caulks”). No se le debe permitir a los trabajadores que usen calzado inapropiado.
- El supervisor debe evaluar el lugar antes de empezar a trabajar. Debe esperar a que se aclare si está muy oscuro.
- Antes de empezar a trabajar, llevar a cabo una reunión de seguridad acerca del sitio de trabajo con la cuadrilla o grupo de trabajadores.
- Calentarse y estirarse antes de hacer trabajo extenuante o pesado.
- El equipo de primeros auxilios requiere tener una camilla.

### **Poner atención.**

- No trabajar sin balance del cuerpo. Encontrar una posición estable para poder controlar la sierra.
- Asegure el seguro del serrucho o sierra cuando cambie de posición, este caminado o subiendo sobre obstáculos.
- Caminar de lado al subir o bajar pendientes. steep slopes.
- Asegurarse de tener 3 puntos de contacto al subir o caminar sobre cosas.
- No apresurarse. No competir con sus compañeros de trabajo.

### **Cuidarse a usted mismo y unos a los otros.**

- *Tomar descansos. Cometemos más equivocaciones cuando estamos cansados.*
- *Cuidarse los unos a los otros. Comunicar los peligros o riesgos que vea.*

December 2017

# FOREST WORKER SAFETY TALKS

## PLÁTICAS SOBRE SEGURIDAD PARA LOS TRABAJADORES FORESTALES



Available in Spanish / Disponible in English  
[http://deohs.washington.edu/pnash/forest\\_safety](http://deohs.washington.edu/pnash/forest_safety)

