

# Sugerencias para evitar lesiones a los trabajadores jóvenes

Durante los últimos diez años en SAIF, se han visto más de **55 mil** reclamos en los que participaron trabajadores jóvenes.

Más del 75 por ciento de estas lesiones pertenecen a una de cuatro categorías. Al enfrentar los riesgos comunes del entorno laboral podemos evitar muchas lesiones.

Los trabajadores jóvenes tienen menos experiencia en los entornos laborales y con los riesgos o peligros laborales.

Hablen de todos los riesgos o peligros posibles, aún aquellos que son obvios.

## Esguinces

### Causas comunes:

Levantar, agacharse y girar repetidamente (aunque los objetos sean livianos).

### Lo que puede hacer:

**Obligar** el uso de equipo para levantar, tales como carretas o carretillas de carga.

**Proveer** entrenamiento sobre las maneras de reducir esguinces cuando levanta o carga algo.

**Pedir** a su suministrador que le envíe la carga en cajas más pequeñas.

**Identificar** y rediseñe los procesos que requieren dar vuelta o girar.

**Reducir** la necesidad de agacharse elevando el trabajo a la altura de la cintura.

Entre el 2003 y el 2013, las lesiones de trabajadores jóvenes ocasionaron más de \$139 millones en gastos de reclamos y más de 375 mil días de ausencia del trabajo a causa de la lesión.

## Heridas o perforaciones

### Causas comunes

Más común en las cocinas, pero puede suceder en cualquier lugar dónde se usan herramientas filosas.

### Lo que puede hacer:

**Proveer** entrenamiento en cómo usar adecuadamente cada herramienta y cada pieza de equipo.

**Dar mantenimiento** al equipo, a las cubiertas de la maquinaria y asegurar que las cuchillas estén filosas.

**Comprar** navajas y cuchillas de afeitar con características seguras.

**Considerar** guantes anti-cortantes.

**Identificar** maneras para eliminar distracciones durante el proceso de cortar.

## Resbalones, tropezones o caídas

### Causas comunes

Caerse de escaleras, tropezarse en escalones, estar distraído, ignorar derrames.

### Lo que puede hacer:

**Repasar** los procedimientos internos, incluyendo cómo enfrentar derrames.

**Proveer** entrenamiento práctico en el uso adecuado de escaleras.

**Implementar** normas que prohíben los teléfonos celulares para minimizar las distracciones.

**Asegurar** mantenimiento de escalones y garantizar buena iluminación.

**Pida** al personal que identifique los riesgos o peligros, tales como: áreas resbalosas, curvas ciegas, y riesgos de tropezones.

## Golpeado o aplastado por

### Causas comunes

Trabajar en lugares encerrados, dejar caer materiales o herramientas, materiales que caen de arriba.

### Lo que puede hacer:

**Proveer** entrenamiento práctica de herramientas y tareas.

### Identificar

oportunidades para mejorar áreas laborales llenas de gente o desordenadas.

### Implementar

procedimientos sobre dónde y cómo almacenar materiales y las herramientas.

**Entrenar** a empleados que tienen prisa o están distraídos.

### Responsabilizar

al personal por los procedimientos de limpieza y orden.



Los trabajadores jóvenes tienden a no hacer preguntas ni a expresarse cuando no están seguros de cómo hacer algo. Manténgalos seguros con entrenamiento práctico, frecuente y coherente.