

SIEMPRE SEGUROS

SU GUÍA PRÁCTICA
PARA TRABAJAR
DE FORMA SEGURA



NOMBRE:

SIEMPRE SEGUROS



En Vortex, la seguridad es más que una prioridad; es lo que valoramos y es parte de los hábitos que esperamos tenga cada miembro de nuestro equipo para transitar cada día. Siempre seguros significa más que conocer las reglas, significa cuidarnos y respaldarnos unos a otros.

Esta guía práctica de seguridad tiene como objetivo proveer alguna de la información de seguridad más importante de forma sencilla de encontrar. Al igual que su Guía del Estilo Vortex, lleve esta guía con usted para consultarla con facilidad. Esta guía práctica de seguridad no reemplaza a nuestro Plan de Salud y Seguridad; sin embargo, la meta es darle herramientas para su trabajo seguro a diario.

RECUERDE SWA (AUTORIDAD DE SUSPENSIÓN DEL TRABAJO):

“Tengo la autoridad para detener trabajo cuando veo y reconozco un riesgo a mi seguridad o la de un miembro de mi equipo.”



TRABAJAR DE FORMA SEGURA

ADemás DE PROTEGERLO A
USTED AYUDA A PROTEGER
A TODOS DEBAJO DE LA
COBERTURA DE VORTEX.



¿A QUIÉN CUBRE
EL PROGRAMA DE
SALUD Y SEGURIDAD
DE VORTEX?

TODAS LAS
EMPRESAS Y
EMPLEADOS DE
VORTEX

PÚBLICOS
GENERALES

SUBCONTRATISTAS

VISITANTES A
NUESTRAS OBRAS
E INSTALACIONES

INFORMAR UN INCIDENTE

TIPOS DE INCIDENTES

LESIÓN CON PELIGRO DE VIDA

SIN PELIGRO DE VIDA

ACCIDENTE CON VEHÍCULO AUTOMOTOR

Un accidente que incluye a un vehículo automotor perteneciente u operado por la empresa.

CUASI ACCIDENTE

Un acontecimiento imprevisto que no produjo lesión, enfermedad o daños, pero tuvo el potencial de causarlos.

INCIDENTE INUSUAL

Un incidente que no es una lesión ni un accidente con un vehículo automotor, sin embargo causa daños a un vehículo y equipo perteneciente u operado por Vortex, daños a bienes públicos/ privados o una liberación descontrolada de líquido o materiales.

QUE HACER CUANDO SE PRODUCE UN INCIDENTE

1. Trate el incidente de manera adecuada. Consulte la Política sobre informe de incidente de Vortex.
2. Ni bien sea razonablemente posible, notifique a:

CONTACTO 1: _____

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

CONTACTO 2: _____

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

CONTACTO 3: _____

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

3. Complete una Forma de Informe de Incidente a través de su Gerente de HSE regional de inmediato.



PASO 1

Defina la tarea general de cada actividad

PASO 2

Identifique riesgos de seguridad conocidos y potenciales asociados con la tarea

PASO 3

Determine prácticas laborales para completar la tarea de forma segura

ANÁLISIS DE SEGURIDAD DE UNA TAREA

STA

**EL STA ES LA
RESPONSABILIDAD
QUE ASUMO POR MÍ
Y POR MI EQUIPO.**



AUTOVERIFICACIÓN CON

STAR

STAR sirve para trabajar de manera más segura porque ayuda a concentrarse en la tarea que se está haciendo.

SUSPENDA

Pause y concentre su atención en la tarea en cuestión.

TIEMPO PARA PENSAR

Considere lo que está a punto de hacer.

ACTÚE

Concéntrese y haga la tarea.

REVISE

Corrobore que la tarea fue bien hecha y que obtuvo el resultado correcto.



SUSPENDA es el paso más importante. Le da una chance a su cabeza para ponerse al tanto de lo que sus manos están a punto de hacer.



TRAMPAS

Las trampas son factores o condiciones que podrían fácilmente derivar en situaciones peligrosas o accidentes. Use estas preguntas para asegurarse de que no está cayendo en una o más de estas trampas de equivocación.

CAMBIO/FUERA DE LO NORMAL

Dejé lo que estaba haciendo por un instante ¿hay algo diferente?

¿Anticipo condiciones o cambios imprevistos?

DISTRACCIONES/INTERRUPCIONES

¿Me interrumpen o me desconcentran personas, ruidos u otras distracciones?

PRIMER TURNO/ÚLTIMO TURNO

Es el primer turno ¿estoy realmente listo para trabajar? Es el último turno ¿me estoy apresurando para irme a casa?



ESTRÉS MENTAL

¿Hay algo que me esté estresando?
¿Me siento realmente emotivo, enojado o triste?

MUCHAS TAREAS

¿Estoy haciendo demasiadas cosas al mismo tiempo ahora?

EXCESO DE CONFIANZA

¿Estoy subestimando esta tarea? ¿Estoy totalmente preparado? ¿Estoy haciendo esta tarea BIEN?

PRESIÓN DE LOS COMPAÑEROS

Incluso cuando SÉ cómo hacer esto BIEN, ¿mis compañeros me están diciendo que lo haga de otro modo?

AMBIENTE FÍSICO

¿Conozco y estoy atento a mis alrededores?

PRESIÓN DE TIEMPO

¿Me estoy apresurando? ¿Estamos haciendo esta tarea BIEN?

ORIENTACIÓN DIFUSA

¿Realmente entiendo las instrucciones?
¿Entiendo con claridad lo que mi supervisor quiere que haga aquí?



COACHING MUTUO

JUNTOS ARMAMOS EQUIPOS GANADORES

Los comentarios no siempre provienen de su gerente o jefe. El coaching mutuo deja que todos los miembros del equipo hagan comentarios constructivos sobre cómo podemos trabajar mejor todos juntos.

REFLEXIONE E INFORME

**COMPARTA PUNTOS
FUERTES Y DÉBILES**

HABLE SOBRE LAS METAS

**COLABORE CON SU EQUIPO
DE TRABAJO**

**ASUMAN
RESPONSABILIDADES**





¿USTED Y SU EQUIPO ESTÁN APTOS PARA TRABAJAR?

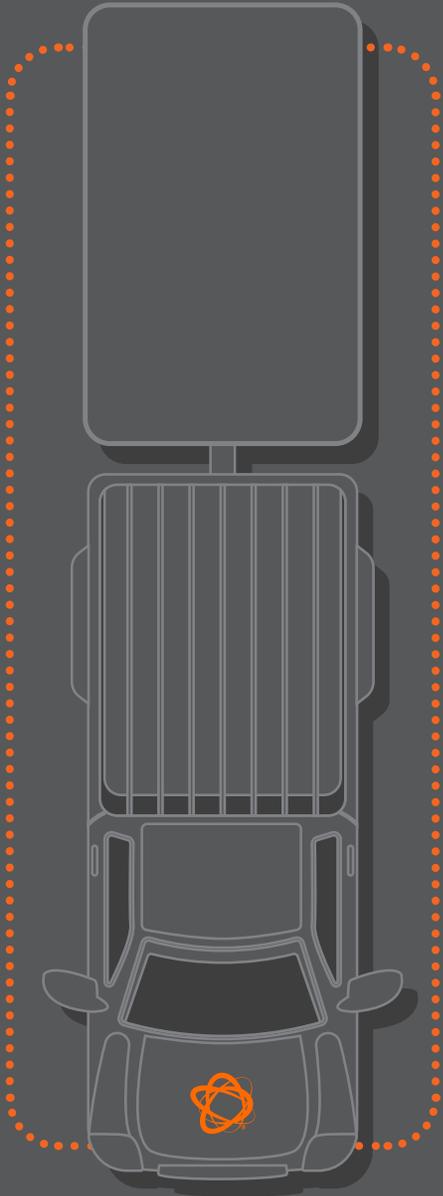
PLANTÉESE ESTAS PREGUNTAS ANTES DE EMPEZAR.

1. ¿Está angustiado, bajo los efectos o fatigado?
2. ¿Tiene una buena condición física?
3. ¿Este es su primer o último turno?
4. ¿Tiene experiencia con algo así o esta es una tarea nueva?
5. ¿Hizo las elongaciones?



CONTROLES DE UN VEHÍCULO ANTES DE USAR

REALICE UNA
INSPECCIÓN
DE 360°
ANTES
DE USAR



¿ES SEGURO OPERAR SU VEHÍCULO?

1. Complete inspecciones antes de usar
2. Use teléfono celular con manos libres
3. ¿Cumplo con las normas de seguridad del DOT y FMCSA?
4. ¿Debo cumplir con las normas de horas de servicio (HOS)? ¿Las cumplo?
5. Limpieza—¿está el vehículo limpio y en orden?
6. Si llevo un tráiler, ¿está bien sujeto? ¿Funcionan bien las luces?
7. ¿Está bien sujeta la carga?
8. ¿Están al día y a mano todas las licencias, permisos y registros?
9. ¿Tiene combustible?
10. Lo más importante, ¿usted está apto para conducir?



ELONGACIONES

¡Somos atletas de rehabilitación de tuberías!
Elongar antes de empezar a trabajar ayuda a evitar lesiones laborales. Estos son algunos ejercicios para que usted y su equipo adopten.

TIP: SUPERVISORES CON HUMOR!

Esta es una buena chance para platicar con su equipo.



ESPALDA

Parado con los pies alejados, inclínese lentamente hacia atrás, aproximando los brazos por detrás. Mantenga por 5 segundos y repita 3 veces.



CUELLO

Con delicadeza incline la cabeza hacia un hombro sin doblar el cuello por 15 segundos. Repita del otro lado.



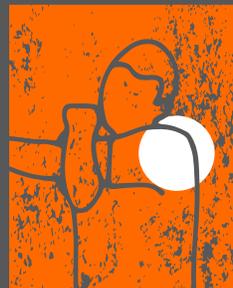
CUÁDRICEPS

Levante una pierna hacia atrás y tómesela con la mano. Jale el pie hacia los glúteos. Mantenga por 15 segundos y repita con la otra pierna.



PANTORRILLA

En postura de zancada, flexionando la rodilla de atrás, tómese de los dedos de la pierna delantera. Mantenga por 15 segundos y repita con la otra pierna.



HOMBRO

Coloque su antebrazo izquierdo sobre su hombro derecho. Use su brazo izquierdo para jalar su brazo derecho sobre su pecho. Mantenga por 15 segundos y repita con el otro brazo.



PPE

EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL ES CLAVE PARA MANTENERSE SEGURO.

Siempre verifique que está usando el PPE correcto para la tarea, y que está en buenas condiciones.

PROTECCIÓN OCULAR



CASCO



PROTECCIÓN DE OÍDOS



PROTECCIÓN RESPIRATORIA



CHALECO DE ALTA VISIBILIDAD

DÍA/LÍMITE DE VELOCIDAD < 50 MPH: CLASE 2

NOCHE/LÍMITE DE VELOCIDAD > 50 MPH: CLASE 3

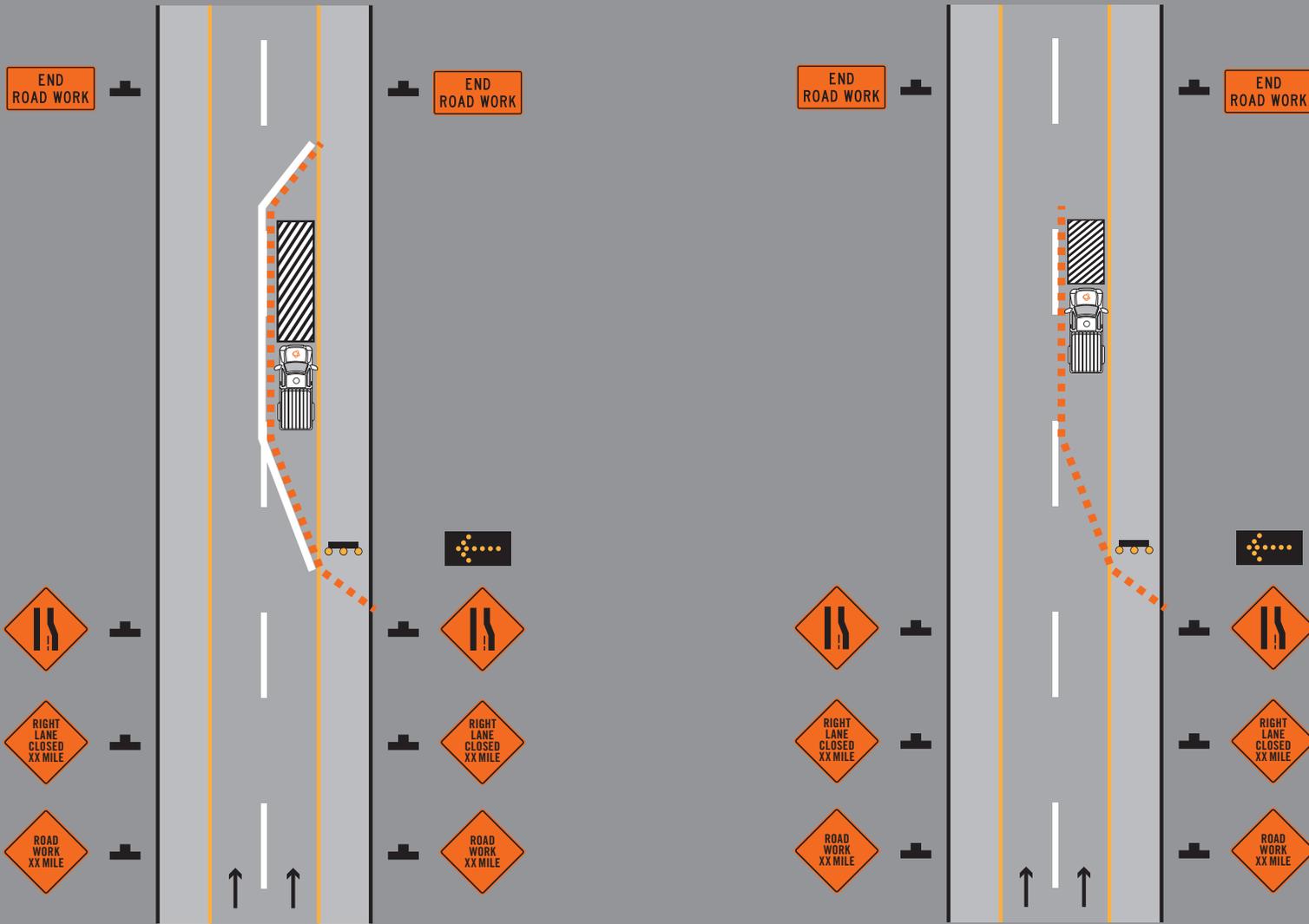


CALZADO DE PROTECCIÓN



GUANTES DE SEGURIDAD





A: LARGO PLAZO E INTERMEDIO

B: CORTO PLAZO

CONTROL DE TRÁNSITO TÍPICO



GUÍA PARA CONTROL DE TRAFICO

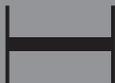
Preparar el control de tránsito adecuado para tareas de corto o largo plazo mantiene seguros a su cuadrilla y conductores mientras trabajan. Siempre consulte el MUTCD*, el TTCP o el MOT para su obra particular y pregunte los requisitos específicos federales, estatales o locales a su gerente de proyecto.



TABLERO DE FLECHAS



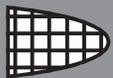
SOSTÉN O TRÁILER CON TABLERO DE FLECHAS (REPRESENTADO HACIA ABAJO)



LETRERO CON MENSAJE INTERCAMBIABLE O TRÁILER DE SOSTÉN



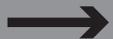
DISPOSITIVO DE CANALIZACIÓN DE TRÁNSITO



AMORTIGUADOR DE COLISIONES



DIRECCIÓN DEL DESVÍO TEMPORAL DEL TRÁNSITO



DIRECCIÓN DEL TRÁNSITO



SEÑALIZADOR



DISPOSITIVO DE ADVERTENCIA DE ALTO NIVEL (POSTE CON BANDERAS)



DISPOSITIVOS LONGITUDINALES DE CANALIZACIÓN DE TRÁNSITO



LUMINARIAS



MARCAS EN EL PAVIMENTO: QUE SE RETIRARÁN PARA PROYECTO A LARGO PLAZO



DETALLE DE POLICÍA



LETRERO



PERITO



BARRERA TEMPORAL



BARRERA TEMPORAL CON LUZ DE ADVERTENCIA



SEÑAL DE TRÁNSITO O PEATONAL



ATENUADOR SOBRE CAMIÓN



BARRICADA TIPO 3



LUZ DE ADVERTENCIA



ESPACIO DE TRABAJO



VEHÍCULO DE TRABAJO

PROTECCIÓN ANTICAÍDAS

SE PUEDEN PREVENIR LAS CAÍDAS SI SE PLANIFICA BIEN Y SE USA EL EQUIPO CORRECTO.

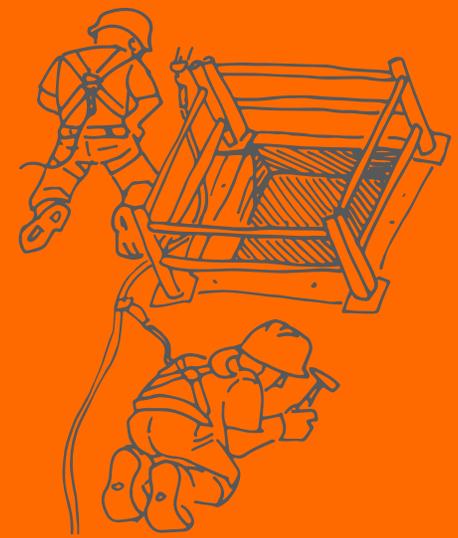
ESCALERAS

SÍ DEBE

- ✓ Escoger la escalera correcta para la tarea
- ✓ Mantener tres puntos de contacto
- ✓ Sujetar la escalera
- ✓ Siempre enfrentar la escalera

NO DEBE

- ✗ Estirarse de más
- ✗ Pararse encima o sobre los últimos dos peldaños de una escalera tijera
- ✗ Colocar la escalera sobre apoyo desnivelado



GENERAL

SÍ DEBE

- ✓ Amarrarla si la altura es igual o superior a 6 pies
- ✓ Usar un arnés y siempre estar conectado
- ✓ Asegurarse de que el arnés le quede bien
- ✓ Usar barandillas o cuerdas salvavidas
- ✓ Inspeccionar todo equipo de protección anticaída antes de usarlo
- ✓ Cercar o cubrir todo orificio, aperturas o excavaciones

NO DEBE

- ✗ Desconectarse de la cuerda salvavidas
- ✗ Trabajar alrededor de aperturas desprotegidas
- ✗ Usar equipos defectuosos



Considere pruebas de la calidad del aire, monitoreo y ventilación.

Mantenga rocas, tierra, materiales y equipos a una distancia mínima de 2 pies del borde de la zanja.

Las zanjas de 5 pies y más deberían tener resguardos/entibación, refuerzos o declives. Siempre use su casco.

Avísele a la persona competente antes de ingresar a la zanja.

Debe haber entradas/salidas cada 25 pies. Las escaleras deben estar amarradas y superar los 3 pies de la parte superior de la zanja.

Nunca ingrese a una zanja que no haya sido inspeccionada correctamente. Una persona competente debe inspeccionar la zanja y corregir problemas antes de que empiece la obra.

Una zanja no tiene que ser profunda para ser peligrosa. ¡Una yarda cúbica de tierra puede pesar lo mismo que un carro mediano!

Siempre cave a mano o por aspiración alrededor de servicios públicos conocidos. Respete la zona de tolerancia.

BOMBA DE DRENAJE

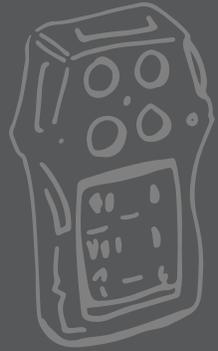


EXCAVACIÓN

RECUERDE ESTOS TIPS PARA TRABAJAR DENTRO O ALREDEDOR DE UNA ZANJA



EQUIPO PARA INGRESO A ESPACIOS RESTRINGIDOS



MONITOR PERSONAL



DETECTOR MULTIGAS CON BOMBA

PARÁMETROS PARA DETECTORES DE GAS:

O₂: 19.5-20.9% LEL: 0.0
H₂S: 0.0 CO: 0



PERMISO



TRÍPODE



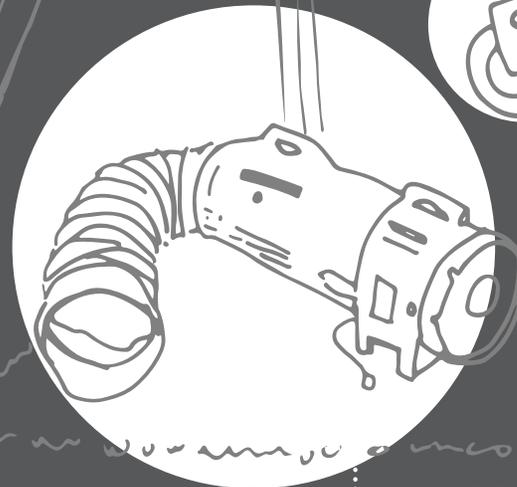
JAUJA DE BOCA DE INSPECCIÓN



SRL

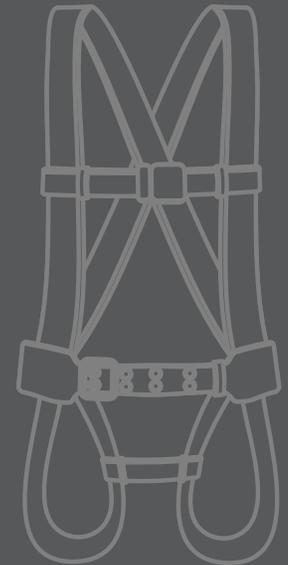


MALACATE



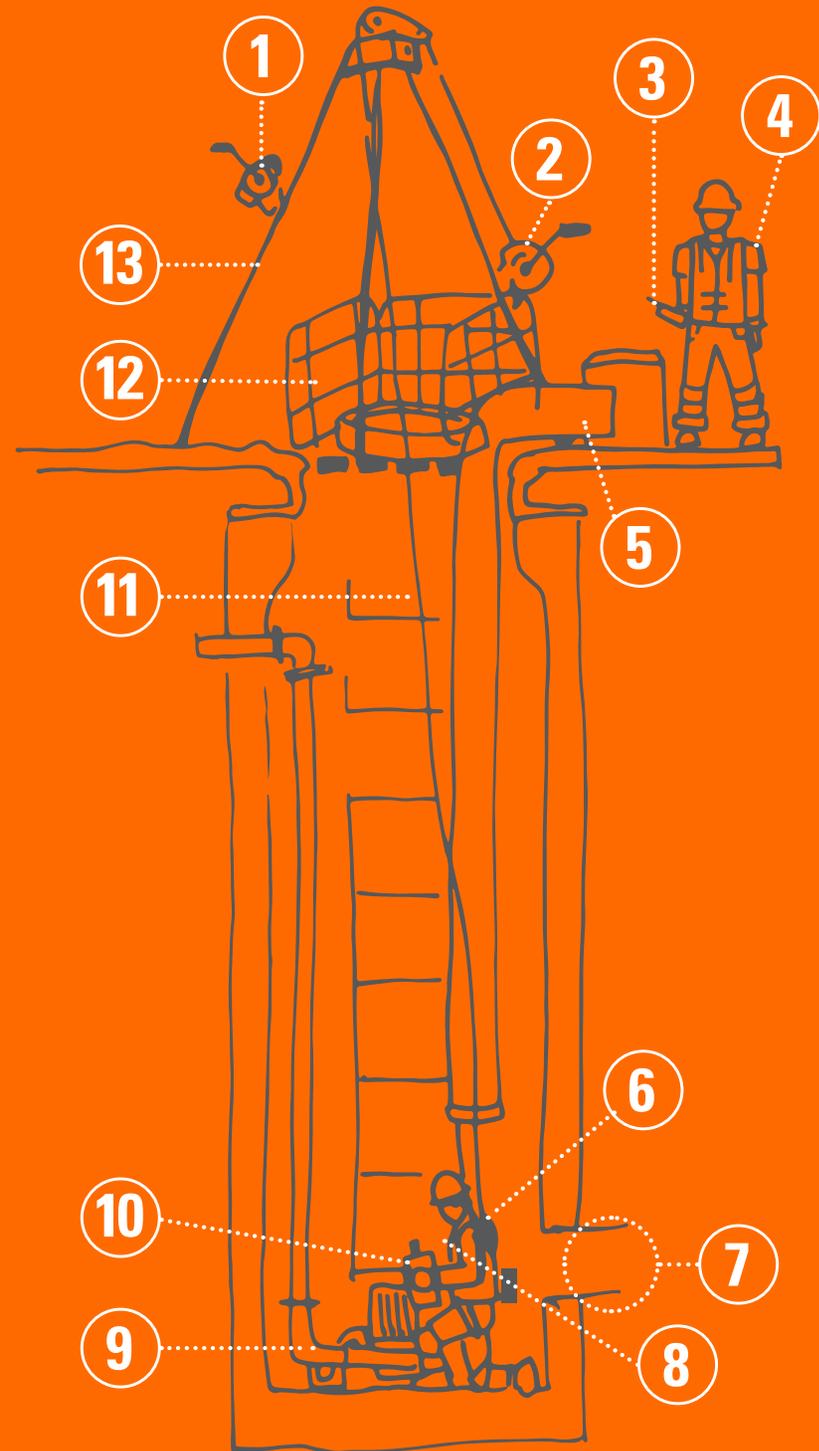
SOPLADOR/AIRE FORZADO

ARNÉS



AISLAMIENTO DE PELIGROS

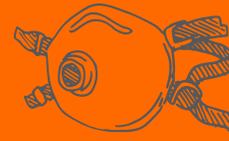
1. Salvavidas autoretráctil (Yo-yo)
2. Malacate
3. Monitor de 4 gases con bomba
4. Vigilante/Permiso CSE para vigilar orificios
5. Aire forzado (Ventilación)
6. Arnés y cuerda salvavidas
7. Tuberías entrantes (Aislar con tapón. ¿Se requiere baipás temporal?)
8. Monitor personal de 4 gases
9. Equipos en los que se trabaja
10. Radio para comunicación
11. Cable de malacate
12. Jaula de boca de inspección
13. Trípode



PROTECCIÓN RESPIRATORIA

CÓMO ESCOGER Y USAR EL RESPIRADOR CORRECTO

1. Identifique el riesgo
2. Seleccione el respirador adecuado
3. Seleccione el filtro adecuado
4. Asegúrese de tener la prueba de aptitud y capacitación correcta para uso de protección respiratoria
5. Mantenga limpio su respirador



MASCARILLA SEMIFACIAL, PARTICULADOS



MASCARILLA SEMIFACIAL, DOBLE CARTUCHO DESCARTABLE



MASCARILLA SEMIFACIAL, DOBLE CARTUCHO REUSABLE



MÁSCARA COMPLETA, DOBLE CARTUCHO REUSABLE



MÁSCARA ANTIGÁS CON FILTRO



RESPIRADOR PURIFICADOR DE AIRE (PAPR) MOTORIZADO



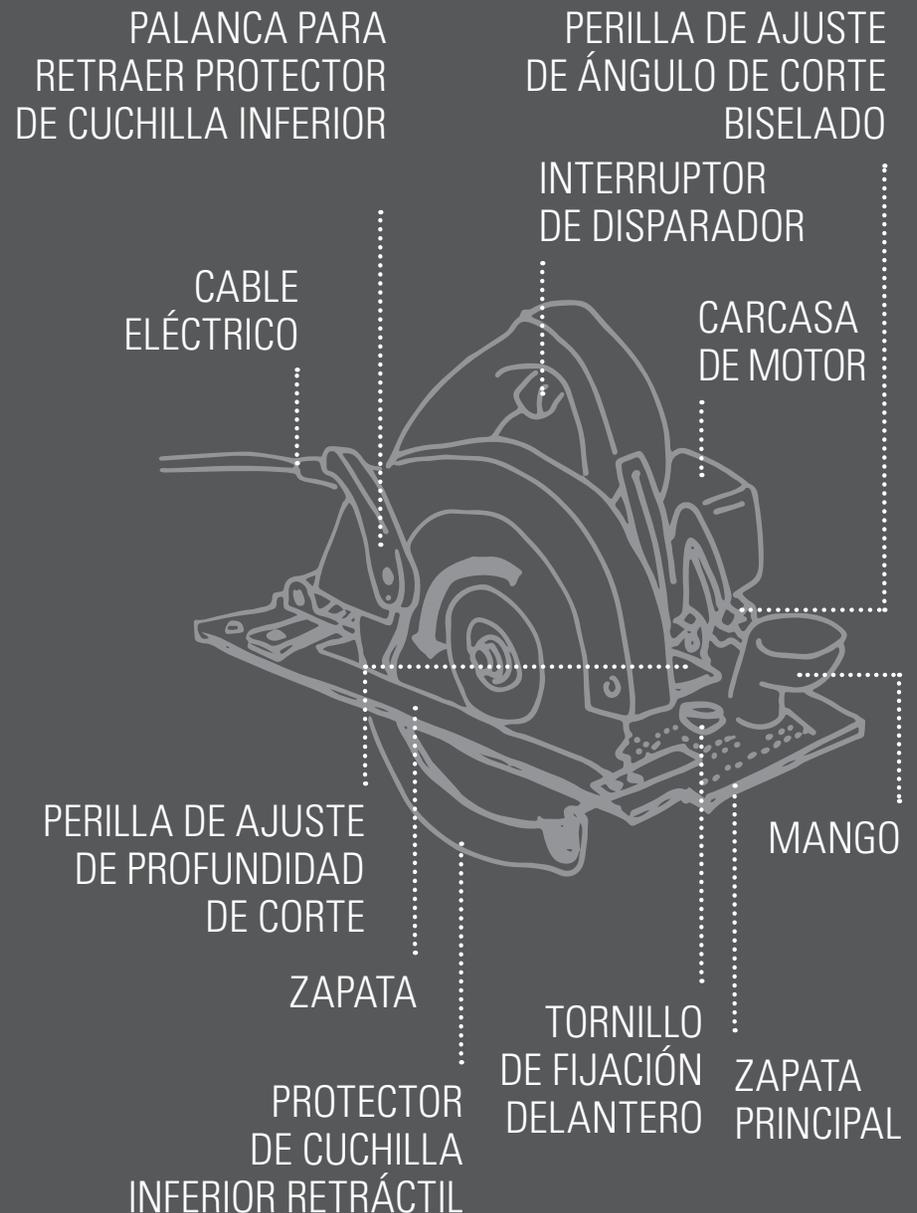
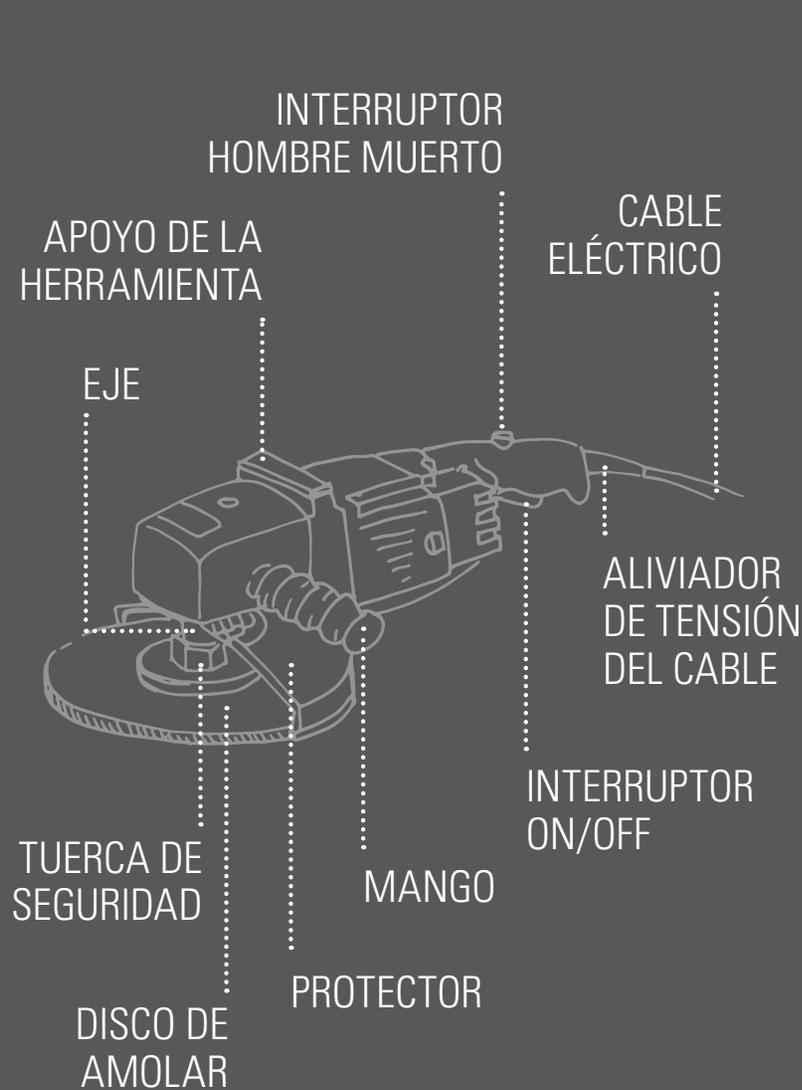
SEGURIDAD DE HERRAMIENTAS MANUALES Y ELÉCTRICAS

ANTES DE USAR UNA HERRAMIENTA MANUAL O ELÉCTRICA PREGÚNTESE:

1. ¿Estoy capacitado y autorizado para usar esta herramienta?
2. ¿Tengo el equipo de seguridad correcto para la herramienta eléctrica? ¿Guantes, botas, casco, protección ocular?
3. ¿Esta es la mejor herramienta eléctrica para la tarea?
4. ¿Está la herramienta en buen estado? ¿Funciona bien?
5. ¿Está la herramienta eléctrica limpia?
6. ¿Está el cable de suministro dañado? ¿Están cargadas las baterías?
7. ¿Está desenredado el cable? ¿Alguien podría tropezarse con el cable?
8. ¿Está el tomacorriente donde se enchufa mi herramienta en buenas condiciones?
9. ¿Hay desorden alrededor de mi espacio de trabajo?
10. ¿Está seco mi lugar de trabajo?
11. Cuando enciendo la herramienta ¿suena normal?
12. ¿Suena normal durante la operación real?
13. ¿Estoy preparado para guardar y desenchufar la herramienta eléctrica cuando termino de usarla?
14. ¿Estoy conectado con una fuente de suministro con protección GFCI?

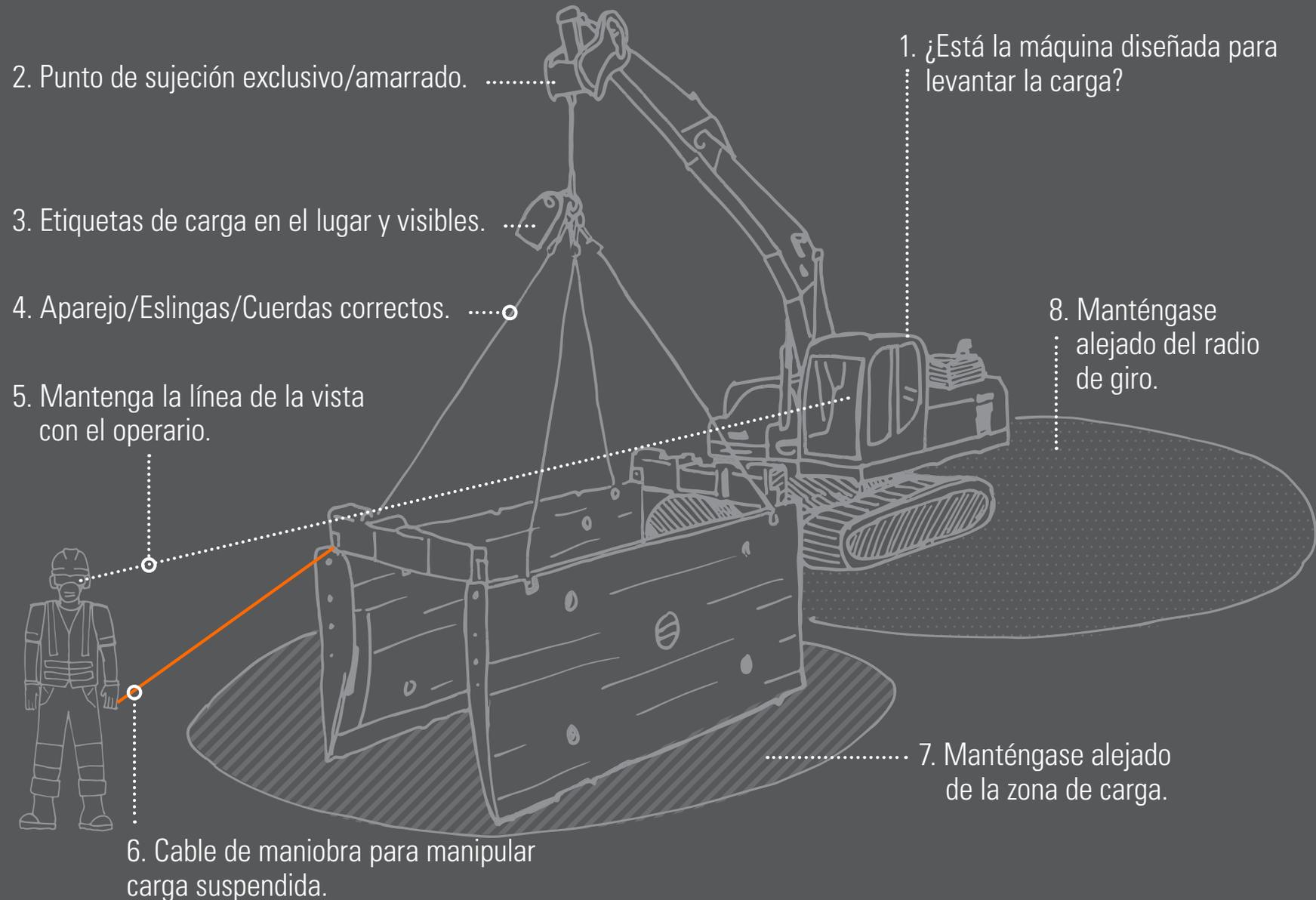


SEGURIDAD DE HERRAMIENTAS MANUALES Y ELÉCTRICAS



ELEVACIÓN

Controle que no haya cableados y peligros aéreos.



ANÁLISIS DE ACCIÓN PARA REPASO

SIEMPRE SEGUROS SIGNIFICA QUE ESTAMOS BUSCANDO CONSTANTEMENTE MANERAS DE MEJORAR COMO TRABAJAR DE FORMA SEGURA.

Una manera de hacer eso es con un Análisis de Acciones para Repaso o AAR. Los AAR fueron desarrollados por el ejército para ayudar a los equipos a aprender rápidamente de las experiencias en el campo de batalla. Durante un AAR no hay jerarquía y cada uno de los miembros, sin importar su puesto o rol, es alentado a compartir su opinión.

Se debería realizar el AAR a diario. Un AAR diario está compuesto por estas tres sencillas preguntas:

- ¿Qué salió bien?
- ¿Qué salió mal?
- ¿Qué podemos hacer para mejorar?

Un AAR de final de proyecto será más detallado y debería incluir al PM de la cuadrilla y al gerente de operaciones.

Evalúa nuestras acciones en comparación con el estilo de Vortex:

- ¿Estuvimos seguros? (¿Fue la seguridad una prioridad?)
- ¿Hicimos lo correcto? (¿Fuimos sinceros y transparentes?)
- ¿Pensamos en grande? (¿Fuimos previsores y planificamos?)
- ¿Trabajamos juntos como un equipo? (¿Reuniones previas a diario? ¿Comunicación?)
- ¿Nos sentimos motivados? (¿Fuimos preparados y listos para trabajar todos los días?)



