

gerente de comida y bebidas

2024 Safety Calendar





Cómo funciona el calendario

Cada fecha en el calendario contiene un tema diario de seguridad. Después del mes de diciembre 2023 o en la página 15 del calendario, se encuentran los puntos de discusión que corresponden con el tema de seguridad de ese día. Los gerentes de construcción pueden usar estos puntos de discusión para ayudar a comunicar el mensaje de seguridad de ese día. Los temas de seguridad en el calendario se repiten cada tres meses.

La información en este calendario es una recopilación de puntos de discusión para ayudar a reducir el riesgo general. El calendario será de gran valor para su operación. Que la gerencia genere conciencia sobre la seguridad es una de las mejores formas de ayudar a controlar y reducir reclamaciones y gastos relacionados.

Los temas de seguridad proporcionados cubren la prevención de resbalones y caídas, manejo seguro de grúas, manejo de material manual, cortar y soldar con seguridad, seguridad de autos, y un buen número de temas adicionales. Algunos temas pertenecen a la seguridad en casa con su familia.

Enero

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|--|--|--|--|---|---|---|
| Feliz año nuevo | <p>1</p> <p>Ponga la parte filosa de la caja de papel aluminio por abajo después de cada uso.</p> <p><i>Ano Nuevo</i></p> | <p>2</p> <p>Examine los dos lados y hendiduras de los botes, y presione cada lado por separado.</p> | <p>3</p> <p>El personal que manipula comida deberá de estar libre de furúnculos o enfermedades infecciosas.</p> | <p>4</p> <p>¿Las salidas han tenido un mantenimiento adecuado?</p> | <p>5</p> <p>El uso de extensiones eléctricas.</p> | <p>6</p> <p>¡Nunca intente coger un cuchillo que este cayendo!</p> |
| <p>7</p> <p>¿Sabes dónde se encuentra el extintor más cercano y cómo utilizarlo?</p> | <p>8</p> <p>Si uso zapatos antideslizantes, ¿me protegerán completamente de resbalones y caídas?</p> | <p>9</p> <p>Cuando trabaje con químicos tiene el "derecho a saber".</p> | <p>10</p> <p>Lavarse las manos</p> | <p>11</p> <p>Todos los envases de comida deben de ser debidamente etiquetados con nombres comunes.</p> | <p>12</p> <p>Guarde todos los trastes y utensilios limpios y desinfectados lejos del piso, en un área limpia y seca.</p> | <p>13</p> <p>Al operar maquinaria no use joyería.</p> |
| <p>14</p> <p>Tenga un cartel de "Piso Mojado" antes y después de limpiar los pisos.</p> | <p>15</p> <p>Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropiezos y caídas.</p> <p><i>Ano Nuevo</i></p> | <p>16</p> <p>Health - Cleanliness - Personal</p> | <p>17</p> <p>¿Cuál es el enfoque para la prevención de resbalones, tropezones y caídas por dos personas?</p> | <p>18</p> <p>¿Por qué me duelen los hombros después de un duro día de trabajo?</p> | <p>19</p> <p>Fijese que no haya vidrios quebrados al cargar las tinas de trastes en cuarto de platos.</p> | <p>20</p> <p>Siempre tenga en lugar las cortinas para rocío en la lavadora de trastes.</p> |
| <p>21</p> <p>Sea cuidadoso y metódico al mover las mesas de banquete.</p> | <p>22</p> <p>Lámparas, tubos fluorescentes y bombillas siempre deben tener cubiertas protectoras</p> | <p>23</p> <p>Siempre mantenga las vías de camino libre en las áreas para preparar comida, cocina y los pasillos de servicio.</p> | <p>24</p> <p>Las tarimas se deben mantener en buenas condiciones de operación y seguras.</p> | <p>25</p> <p>Nunca deje una jarra de café vacía en el calentador.</p> | <p>26</p> <p>Antes de que empiece a levantar...</p> | <p>27</p> <p>¿Qué equipo de protección personal (EPP) es esencial para su trabajo?</p> |
| <p>28</p> <p>¡Use el buen juicio y tome medidas para eliminar los actos inseguros!</p> | <p>29</p> <p>Use una escalera para alcanzar lugares en alto.</p> | <p>30</p> <p>La mayoría de las enfermedades transmitidas por la comida se producen por contaminación cruzada, mal higiene, y abuso del tiempo/temperatura</p> | <p>31</p> <p>Prevención de cortaduras</p> | | | |

Febrero

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|---|--|--|--|--|--|---|
| <p>¡Vamos a iniciar un año nuevo de seguridad! La cuaresma comienza el 14</p> | | | | <p>1 Mantenga siempre una línea de visión clara cuando lleve un objeto, especialmente en las escaleras</p> | <p>2 Limpie de inmediato cualquier líquido o comida que caiga al piso mientras que este limpiando la línea buffet.</p> | <p>3 ¿Cuál es su responsabilidad en un simulacro de emergencia?</p> |
| <p>4 Siempre camine despacio antes de que atraviese por las puertas vaivén.</p> | <p>5 Use la técnica correcta al cortar.</p> | <p>6 Información básica sobre extintores: cuándo usarlos.</p> | <p>7 Revise que las cajas para acarrear no huelan o despidan un mal olor</p> | <p>8 ¿Moviste ese tapete?</p> | <p>9 Los señalamientos de salida con flechas deben indicar correctamente la dirección de salida del edificio.</p> | <p>10 Estantes de almacenamiento de alimentos deben de estar por lo menos dos pulgadas (5.1cm) lejos de las paredes, 6" (15.2cm) arriba del piso y 18" (45.72cm) abajo del techo.</p> |
| <p>11 Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropiezos y caídas.</p> | <p>12 Nunca mezcle químicos.</p> | <p>13 Siempre lávese sus manos después de usar el baño.</p> | <p>14 Piense en la seguridad en todas las áreas de la oficina</p> | <p>15 ¿Cuándo debo reportar una lesión o un accidente a mi supervisor?</p> | <p>16 Use diferentes tablas para cortar comida cruda y comida cocida.</p> | <p>17 ¿Qué significa <i>construir un puente</i> en relación con la seguridad de la espalda?</p> |
| <p>18 Utilice guantes resistentes a las cortaduras cada vez que recoja un cuchillo.</p> | <p>19 Cuando no tiene tiempo para hacerlo de forma segura...</p> | <p>20 Practique el almacenamiento seguro en todas las áreas.</p> | <p>21 Desescalar para prevenir la violencia en el lugar de trabajo</p> | <p>22 No sobre cargue las bandejas o cajas de trastes.</p> | <p>23 Solo use abrelatas de botellas de vino aprobadas.</p> | <p>24 Una mosca puede llevar más de 6 millones de microbios en su cuerpo y muchos mas internamente.</p> |
| <p>25 Enfermedad cardíaca</p> | <p>26 ¿Sus pisos están libres de peligro de caídas y resbalones?</p> | <p>27 ¿Qué es la ergonomía?</p> | <p>28 Tenga cuidado al levantar o recoger botes de vidrio de las neveras</p> | <p>29 Mantenga las áreas de acceso libres dentro y fuera de la cocina.</p> | | |

March

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|--|---|---|---|--|---|--|
| Comienza el horario de verano: Chequee todas las baterías de los detectores de humo y monóxido de carbono; si es necesario reemplácelas. | | | | | 1 Las herramientas de mano deben de ser limpiadas y desinfectadas después de cada uso. | 2 Para evitar que se tuerza la espalda cuando este bajando una bandeja cargada, mantenga su espalda derecha y use los dos brazos para soportar el peso de la bandeja. |
| 3 Siempre use guantes resistentes a cortaduras al limpiar la máquina para rebanar. | 4 Nunca jale la cesta de té mientras que el té este hirviendo. | 5 Gire la comida en una base de "primero dentro/ primero fuera". | 6 Dicen que la experiencia es el arma secreta... | 7 Reporte cualquier luz de salida que este fundida. | 8 Las personas que manipulan comida deben usar sombreros, gorras o redes para el cabello para que restricta el cabello efectivamente | 9 Uso del cable de extensión. |
| 10 Cuartos de almacén y paneles eléctricos | 11 Evite contaminación de todas las superficies de trabajo y equipo. | 12 Los detergentes, desinfectantes y pesticidas deben de tener sus etiquetas y ser guardados en áreas físicamente separadas de cualquier producto de comida. | 13 Conceptos básicos para lavarse las manos | 14 Prevención de lesiones por pinchazos con agujas: ¿no es solo para la enfermería? | 15 Levante cualquier resto de comida o líquido en el piso en cuanto lo mire | 16 Informe de inmediato si las luces no funcionan. |
| 17 Use el equipo de protección personal antes de que saque los platos calientes del microondas. | 18 Las fuentes comunes para las infecciones de salmonella son los humanos, contaminaciones de otras fuentes, mal higiene, y un lugar de trabajo sucio. | 19 ¡Cuidado con las rampas y los badenes para discapacitados! | 20 ¿Me meteré en problemas si denuncio esa violación de seguridad? | 21 Use el equipo de protección personal al usar o dispensar químicos | 22 Cuando tenga que cargar un objeto demasiado pesado o grande, pida ayuda! | 23 Sus auditorías o inspecciones de seguridad no están completas hasta que se documentan. |
| <i>Dia de San Patricio</i> | | | | | | |
| 24 Use guantes de goma o piel cuando quite las rejillas de ventilación sobre las parrillas arriba de la estufa | 25 Ponga el rebanador a cero. | 26 Camine despacio en la cocina y área de buffet. | 27 No guarde objetos pesados o voluminosos en alto. | 28 Guarde los cuchillos apropiadamente después de cada uso. | 29 Cuide su espalda; doble las rodillas al levantar objetos. | 30 Saque la cesta para freír del aceite antes de llenarla con producto. |
| | | | | | <i>Viernes Santo</i> | |
| 31 La puerta para la máquina de hielo debe de estar en la posición "cerrada" antes de sacar el hielo. | | | | | | |

April

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|--|---|--|--|---|---|---|
| Al final del mes, baje y guarde el Resumen 300A de OSHA con sus registros permanentes. | 1 Ponga la parte filosa de la caja de papel aluminio por abajo después de cada uso. <i>Domingo de Pascuas</i> | 2 Examine los dos lados y hendiduras de los botes, y presione cada lado por separado. | 3 El personal que manipula comida deberá de estar libre de furúnculos o enfermedades infecciosas. | 4 ¿Las salidas han tenido un mantenimiento adecuado? | 5 El uso de extensiones eléctricas. | 6 ¡Nunca intente coger un cuchillo que este cayendo! |
| 7 ¿Sabes dónde se encuentra el extintor más cercano y cómo utilizarlo? | 8 Si uso zapatos antideslizantes, ¿me protegerán completamente de resbalones y caídas? | 9 Cuando trabaje con químicos tiene el "derecho a saber". | 10 Lavarse las manos | 11 Todos los envases de comida deben de ser debidamente etiquetados con nombres comunes. | 12 Guarde todos los trastes y utensilios limpios y desinfectados lejos del piso, en un área limpia y seca. | 13 Al operar maquinaria no use joyería. |
| 14 Tenga un cartel de "Piso Mojado" antes y después de limpiar los pisos. | 15 Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropiezos y caídas. | 16 Health - Cleanliness - Personal | 17 ¿Cuál es el enfoque para la prevención de resbalones, tropezones y caídas por dos personas? | 18 ¿Por qué me duelen los hombros después de un duro día de trabajo? | 19 Fijese que no haya vidrios quebrados al cargar las tinas de trastes en cuarto de platos. | 20 Siempre tenga en lugar las cortinas para rocío en la lavadora de trastes. |
| 21 Sea cuidadoso y metódico al mover las mesas de banquete. | 22 Lámparas, tubos fluorescentes y bombillas siempre deben tener cubiertas protectoras | 23 Siempre mantenga las vías de camino libre en las áreas para preparar comida, cocina y los pasillos de servicio. | 24 Las tarimas se deben mantener en buenas condiciones de operación y seguras. | 25 Nunca deje una jarra de café vacía en el calentador. | 26 Antes de que empiece a levantar... | 27 ¿Qué equipo de protección personal (EPP) es esencial para su trabajo? |
| 28 ¡Use el buen juicio y tome medidas para eliminar los actos inseguros! | 29 Use una escalera para alcanzar lugares en alto. | 30 La mayoría de las enfermedades transmitidas por la comida se producen por contaminación cruzada, mal higiene, y abuso del tiempo/temperatura | | | | |

Mayo

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|---|---|---|---|---|--|--|
| | | | <p>1 Mantenga siempre una línea de visión clara cuando lleve un objeto, especialmente en las escaleras</p> | <p>2 Limpie de inmediato cualquier líquido o comida que caiga al piso mientras que este limpiando la línea buffet.</p> | <p>3 ¿Cuál es su responsabilidad en un simulacro de emergencia?</p> | <p>4 Siempre camine despacio antes de que atraviese por las puertas vaivén.</p> |
| <p>5 Use la técnica correcta al cortar.</p> | <p>6 Información básica sobre extintores: cuándo usarlos.</p> | <p>7 Revise que las cajas para acarrear no huelan o despidan un mal olor</p> | <p>8 ¿Moviste ese tapete?</p> | <p>9 Los señalamientos de salida con flechas deben indicar correctamente la dirección de salida del edificio.</p> | <p>10 Estantes de almacenamiento de alimentos deben de estar por lo menos dos pulgadas (5.1cm) lejos de las paredes, 6" (15.2cm) arriba del piso y 18" (45.72cm) abajo del techo.</p> | <p>11 Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropezos y caídas.</p> |
| <p>12 Nunca mezcle químicos.</p> <p><i>Día de Madres</i></p> | <p>13 Siempre lávese sus manos después de usar el baño.</p> | <p>14 Piense en la seguridad en todas las áreas de la oficina</p> | <p>15 ¿Cuándo debo reportar una lesión o un accidente a mi supervisor?</p> | <p>16 Use diferentes tablas para cortar comida cruda y comida cocida.</p> | <p>17 ¿Qué significa <i>construir un puente</i> en relación con la seguridad de la espalda?</p> | <p>18 Utilice guantes resistentes a las cortaduras cada vez que recoja un cuchillo.</p> |
| <p>19 Cuando no tiene tiempo para hacerlo de forma segura...</p> | <p>20 Practique el almacenamiento seguro en todas las áreas.</p> | <p>21 Desescalar para prevenir la violencia en el lugar de trabajo</p> | <p>22 No sobre cargue las bandejas o cajas de trastes.</p> | <p>23 Solo use abrelatas de botellas de vino aprobadas.</p> | <p>24 Una mosca puede llevar más de 6 millones de microbios en su cuerpo y muchos mas internamente.</p> | <p>25 Enfermedad cardíaca</p> |
| <p>26 ¿Sus pisos están libres de peligro de caídas y resbalones?</p> | <p>27 ¿Qué es la ergonomía?</p> <p><i>Día de Memorial</i></p> | <p>28 Tenga cuidado al levantar o recoger botes de vidrio de las neveras</p> | <p>29 Mantenga las áreas de acceso libres dentro y fuera de la cocina.</p> | <p>30 Cubriendo todos los envases de alimento reduce el riesgo de contaminación</p> | <p>31 Me duelen las manos cuando vuelvo a casa. ¿Cuál podría ser la causa?</p> | |

Junio

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|--|---|---|---|---|--|---|
| | | | | | | <p>1</p> <p>Las herramientas de mano deben de ser limpiadas y desinfectadas después de cada uso.</p> |
| <p>2</p> <p>Para evitar que se tuerza la espalda cuando este bajando una bandeja cargada, mantenga su espalda derecha y use los dos brazos para soportar el peso de la bandeja.</p> | <p>3</p> <p>Siempre use guantes resistentes a cortaduras al limpiar la máquina para rebanar.</p> | <p>4</p> <p>Nunca jale la cesta de té mientras que el té este hirviendo.</p> | <p>5</p> <p>Gire la comida en una base de "primero dentro/ primero fuera".</p> | <p>6</p> <p>Dicen que la experiencia es el arma secreta...</p> | <p>7</p> <p>Reporte cualquier luz de salida que este fundida.</p> | <p>8</p> <p>Las personas que manipulan comida deben usar sombreros, gorras o redes para el cabello para que restricta el cabello efectivamente</p> |
| <p>9</p> <p>Uso del cable de extensión.</p> | <p>10</p> <p>Cuartos de almacén y paneles eléctricos</p> | <p>11</p> <p>Evite contaminación de todas las superficies de trabajo y equipo.</p> | <p>12</p> <p>Los detergentes, desinfectantes y pesticidas deben de tener sus etiquetas y ser guardados en áreas físicamente separadas de cualquier producto de comida.</p> | <p>13</p> <p>Conceptos básicos para lavarse las manos</p> | <p>14</p> <p>Prevención de lesiones por pinchazos con agujas: ¿no es solo para la enfermería?</p> | <p>15</p> <p>Levante cualquier resto de comida o líquido en el piso en cuanto lo mire</p> |
| <p>16</p> <p>Informe de inmediato si las luces no funcionan.</p> | <p>17</p> <p>Use el equipo de protección personal antes de que saque los platos calientes del microondas.</p> | <p>18</p> <p>Las fuentes comunes para las infecciones de salmonella son los humanos, contaminaciones de otras fuentes, mal higiene, y un lugar de trabajo sucio.</p> | <p>19</p> <p>¡Cuidado con las rampas y los badenes para discapacitados!</p> | <p>20</p> <p>¿Me meteré en problemas si denuncio esa violación de seguridad?</p> | <p>21</p> <p>Use el equipo de protección personal al usar o dispensar químicos</p> | <p>22</p> <p>Cuando tenga que cargar un objeto demasiado pesado o grande, pida ayuda!</p> |
| <p><i>Día del Padre</i></p> | | | <p><i>diecinueve de junio</i></p> | | | |
| <p>23</p> <p>Sus auditorías o inspecciones de seguridad no están completas hasta que se documentan.</p> | <p>24</p> <p>Use guantes de goma o piel cuando quite las rejillas de ventilación sobre las parrillas arriba de la estufa</p> | <p>25</p> <p>Ponga el rebanador a cero.</p> | <p>26</p> <p>Camine despacio en la cocina y área de buffet.</p> | <p>27</p> <p>No guarde objetos pesados o voluminosos en alto.</p> | <p>28</p> <p>Guarde los cuchillos apropiadamente después de cada uso.</p> | <p>29</p> <p>Cuide su espalda; doble las rodillas al levantar objetos.</p> |
| <p>30</p> <p>Saque la cesta para freír del aceite antes de llenarla con producto.</p> | | | | | | |

Julio

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|--|---|--|--|---|---|---|
| | <p>1</p> <p>Ponga la parte filosa de la caja de papel aluminio por abajo después de cada uso.</p> | <p>2</p> <p>Examine los dos lados y hendiduras de los botes, y presione cada lado por separado.</p> | <p>3</p> <p>El personal que manipula comida deberá de estar libre de furúnculos o enfermedades infecciosas.</p> | <p>4</p> <p>¿Las salidas han tenido un mantenimiento adecuado?</p> | <p>5</p> <p>El uso de extensiones eléctricas.</p> | <p>6</p> <p>¡Nunca intente coger un cuchillo que este cayendo!</p> |
| | | | | <i>Día de la Independencia</i> | | |
| <p>7</p> <p>¿Sabes dónde se encuentra el extintor más cercano y cómo utilizarlo?</p> | <p>8</p> <p>Si uso zapatos antideslizantes, ¿me protegerán completamente de resbalones y caídas?</p> | <p>9</p> <p>Cuando trabaje con químicos tiene el "derecho a saber".</p> | <p>10</p> <p>Lavarse las manos</p> | <p>11</p> <p>Todos los envases de comida deben de ser debidamente etiquetados con nombres comunes.</p> | <p>12</p> <p>Guarde todos los trastes y utensilios limpios y desinfectados lejos del piso, en un área limpia y seca.</p> | <p>13</p> <p>Al operar maquinaria no use joyería.</p> |
| | | | | | | |
| <p>14</p> <p>Tenga un cartel de "Piso Mojado" antes y después de limpiar los pisos.</p> | <p>15</p> <p>Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropiezos y caídas.</p> | <p>16</p> <p>Health - Cleanliness - Personal</p> | <p>17</p> <p>¿Cuál es el enfoque para la prevención de resbalones, tropezones y caídas por dos personas?</p> | <p>18</p> <p>¿Por qué me duelen los hombros después de un duro día de trabajo?</p> | <p>19</p> <p>Fijese que no haya vidrios quebrados al cargar las tinas de trastes en cuarto de platos.</p> | <p>20</p> <p>Siempre tenga en lugar las cortinas para rocío en la lavadora de trastes.</p> |
| | | | | | | |
| <p>21</p> <p>Sea cuidadoso y metódico al mover las mesas de banquete.</p> | <p>22</p> <p>Lámparas, tubos fluorescentes y bombillas siempre deben tener cubiertas protectoras</p> | <p>23</p> <p>Siempre mantenga las vías de camino libre en las áreas para preparar comida, cocina y los pasillos de servicio.</p> | <p>24</p> <p>Las tarimas se deben mantener en buenas condiciones de operación y seguras.</p> | <p>25</p> <p>Nunca deje una jarra de café vacía en el calentador.</p> | <p>26</p> <p>Antes de que empiece a levantar...</p> | <p>27</p> <p>¿Qué equipo de protección personal (EPP) es esencial para su trabajo?</p> |
| | | | | | | |
| <p>28</p> <p>¡Use el buen juicio y tome medidas para eliminar los actos inseguros!</p> | <p>29</p> <p>Use una escalera para alcanzar lugares en alto.</p> | <p>30</p> <p>La mayoría de las enfermedades transmitidas por la comida se producen por contaminación cruzada, mal higiene, y abuso del tiempo/temperatura</p> | <p>31</p> <p>Prevención de cortaduras</p> | | | |

Agosto

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|--|--|--|--|--|--|---|
| Al final del mes, baje y guarde el Resumen 300A de OSHA con sus registros permanentes. | | | | 1 Mantenga siempre una línea de visión clara cuando lleve un objeto, especialmente en las escaleras | 2 Limpie de inmediato cualquier líquido o comida que caiga al piso mientras que este limpiando la línea buffet. | 3 ¿Cuál es su responsabilidad en un simulacro de emergencia? |
| 4 Siempre camine despacio antes de que atraviese por las puertas vaivén. | 5 Use la técnica correcta al cortar. | 6 Información básica sobre extintores: cuándo usarlos. | 7 Revise que las cajas para acarrear no huelan o despidan un mal olor | 8 ¿Moviste ese tapete? | 9 Los señalamientos de salida con flechas deben indicar correctamente la dirección de salida del edificio. | 10 Estantes de almacenamiento de alimentos deben de estar por lo menos dos pulgadas (5.1cm) lejos de las paredes, 6" (15.2cm) arriba del piso y 18" (45.72cm) abajo del techo. |
| 11 Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropiezos y caídas. | 12 Nunca mezcle químicos. | 13 Siempre lávese sus manos después de usar el baño. | 14 Piense en la seguridad en todas las áreas de la oficina | 15 ¿Cuándo debo reportar una lesión o un accidente a mi supervisor? | 16 Use diferentes tablas para cortar comida cruda y comida cocida. | 17 ¿Qué significa <i>construir un puente</i> en relación con la seguridad de la espalda? |
| 18 Utilice guantes resistentes a las cortaduras cada vez que recoja un cuchillo. | 19 Cuando no tiene tiempo para hacerlo de forma segura... | 20 Practique el almacenamiento seguro en todas las áreas. | 21 Desescalar para prevenir la violencia en el lugar de trabajo | 22 No sobre cargue las bandejas o cajas de trastes. | 23 Solo use abrelatas de botellas de vino aprobadas. | 24 Una mosca puede llevar más de 6 millones de microbios en su cuerpo y muchos mas internamente. |
| 25 Enfermedad cardíaca | 26 ¿Sus pisos están libres de peligro de caídas y resbalones? | 27 ¿Qué es la ergonomía? | 28 Tenga cuidado al levantar o recoger botes de vidrio de las neveras | 29 Mantenga las áreas de acceso libres dentro y fuera de la cocina. | 30 Cubriendo todos los envases de alimento reduce el riesgo de contaminación | 31 Me duelen las manos cuando vuelvo a casa. ¿Cuál podría ser la causa? |

Septiembre

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|---|--|---|---|---|---|--|
| <p>1</p> <p>Las herramientas de mano deben de ser limpiadas y desinfectadas después de cada uso.</p> | <p>2</p> <p>Para evitar que se tuerza la espalda cuando este bajando una bandeja cargada, mantenga su espalda derecha y use los dos brazos para soportar el peso de la bandeja.</p> <p><i>Día del Trabajo</i></p> | <p>3</p> <p>Siempre use guantes resistentes a cortaduras al limpiar la máquina para rebanar.</p> | <p>4</p> <p>Nunca jale la cesta de té mientras que el té este hirviendo.</p> | <p>5</p> <p>Gire la comida en una base de "primero dentro/ primero fuera".</p> | <p>6</p> <p>Dicen que la experiencia es el arma secreta...</p> | <p>7</p> <p>Reporte cualquier luz de salida que este fundida.</p> |
| <p>8</p> <p>Las personas que manipulan comida deben usar sombreros, gorras o redes para el cabello para que restrinja el cabello efectivamente</p> | <p>9</p> <p>Uso del cable de extensión.</p> | <p>10</p> <p>Cuartos de almacén y paneles eléctricos</p> | <p>11</p> <p>Evite contaminación de todas las superficies de trabajo y equipo.</p> | <p>12</p> <p>Los detergentes, desinfectantes y pesticidas deben de tener sus etiquetas y ser guardados en áreas físicamente separadas de cualquier producto de comida.</p> | <p>13</p> <p>Conceptos básicos para lavarse las manos</p> | <p>14</p> <p>Prevención de lesiones por pinchazos con agujas: ¿no es solo para la enfermería?</p> |
| <p>15</p> <p>Levante cualquier resto de comida o líquido en el piso en cuanto lo mire</p> | <p>16</p> <p>Informe de inmediato si las luces no funcionan.</p> | <p>17</p> <p>Use el equipo de protección personal antes de que saque los platos calientes del microondas.</p> | <p>18</p> <p>Las fuentes comunes para las infecciones de salmonella son los humanos, contaminaciones de otras fuentes, mal higiene, y un lugar de trabajo sucio.</p> | <p>19</p> <p>¡Cuidado con las rampas y los badenes para discapacitados!</p> | <p>20</p> <p>¿Me meteré en problemas si denuncio esa violación de seguridad?</p> | <p>21</p> <p>Use el equipo de protección personal al usar o dispensar químicos</p> |
| <p>22</p> <p>Cuando tenga que cargar un objeto demasiado pesado o grande, pida ayuda!</p> | <p>23</p> <p>Sus auditorías o inspecciones de seguridad no están completas hasta que se documentan.</p> | <p>24</p> <p>Use guantes de goma o piel cuando quite las rejillas de ventilación sobre las parrillas arriba de la estufa</p> | <p>25</p> <p>Ponga el rebanador a cero.</p> | <p>26</p> <p>Camine despacio en la cocina y área de buffet.</p> | <p>27</p> <p>No guarde objetos pesados o voluminosos en alto.</p> | <p>28</p> <p>Guarde los cuchillos apropiadamente después de cada uso.</p> |
| <p>29</p> <p>Cuide su espalda; doble las rodillas al levantar objetos.</p> | <p>30</p> <p>Saque la cesta para freír del aceite antes de llenarla con producto.</p> | | | | | |

Octubre

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|---|---|--|--|--|---|--|
| | | <p>1</p> <p>Ponga la parte filosa de la caja de papel aluminio por abajo después de cada uso.</p> | <p>2</p> <p>Examine los dos lados y hendiduras de los botes, y presione cada lado por separado.</p> | <p>3</p> <p>El personal que manipula comida deberá de estar libre de furúnculos o enfermedades infecciosas.</p> | <p>4</p> <p>¿Las salidas han tenido un mantenimiento adecuado?</p> | <p>5</p> <p>El uso de extensiones eléctricas.</p> |
| <p>6</p> <p>¡Nunca intente coger un cuchillo que este cayendo!</p> | <p>7</p> <p>¿Sabes dónde se encuentra el extintor más cercano y cómo utilizarlo?</p> | <p>8</p> <p>Si uso zapatos antideslizantes, ¿me protegerán completamente de resbalones y caídas?</p> | <p>9</p> <p>Cuando trabaje con químicos tiene el "derecho a saber".</p> | <p>10</p> <p>Lavarse las manos</p> | <p>11</p> <p>Todos los envases de comida deben de ser debidamente etiquetados con nombres comunes.</p> | <p>12</p> <p>Guarde todos los trastes y utensilios limpios y desinfectados lejos del piso, en un área limpia y seca.</p> <p><i>Yom Kippur</i></p> |
| <p>13</p> <p>Al operar maquinaria no use joyería.</p> | <p>14</p> <p>Tenga un cartel de "Piso Mojado" antes y después de limpiar los pisos.</p> <p><i>Día de Cristobal Colon</i></p> | <p>15</p> <p>Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropezos y caídas.</p> | <p>16</p> <p>Health - Cleanliness - Personal</p> | <p>17</p> <p>¿Cuál es el enfoque para la prevención de resbalones, tropezos y caídas por dos personas?</p> | <p>18</p> <p>¿Por qué me duelen los hombros después de un duro día de trabajo?</p> | <p>19</p> <p>Fíjese que no haya vidrios quebrados al cargar las tinas de trastes en cuarto de platos.</p> |
| <p>20</p> <p>Siempre tenga en lugar las cortinas para rocío en la lavadora de trastes.</p> | <p>21</p> <p>Sea cuidadoso y metódico al mover las mesas de banquete.</p> <p><i>Rosh Hashaná</i></p> | <p>22</p> <p>Lámparas, tubos fluorescentes y bombillas siempre deben tener cubiertas protectoras</p> <p><i>Rosh Hashaná</i></p> | <p>23</p> <p>Siempre mantenga las vías de camino libre en las áreas para preparar comida, cocina y los pasillos de servicio.</p> | <p>24</p> <p>Las tarimas se deben mantener en buenas condiciones de operación y seguras.</p> | <p>25</p> <p>Nunca deje una jarra de café vacía en el calentador.</p> | <p>26</p> <p>Antes de que empiece a levantar...</p> |
| <p>27</p> <p>¿Qué equipo de protección personal (EPP) es esencial para su trabajo?</p> | <p>28</p> <p>¿Use el buen juicio y tome medidas para eliminar los actos inseguros!</p> | <p>29</p> <p>Use una escalera para alcanzar lugares en alto.</p> | <p>30</p> <p>La mayoría de las enfermedades transmitidas por la comida se producen por contaminación cruzada, mal higiene, y abuso del tiempo/temperatura</p> | <p>31</p> <p>Prevención de cortaduras</p> <p><i>Día de las Brujas</i></p> | | |

Noviembre

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|---|--|--|--|---|--|--|
| <p>Termina el horario de verano: Cambie las baterías de los detectores de humo y monóxido de carbono.</p> | | | | | <p>1 Mantenga siempre una línea de visión clara cuando lleve un objeto, especialmente en las escaleras</p> | <p>2 Limpie de inmediato cualquier líquido o comida que caiga al piso mientras que este limpiando la línea buffet.</p> |
| <p>3 ¿Cuál es su responsabilidad en un simulacro de emergencia?</p> | <p>4 Siempre camine despacio antes de que atravesie por las puertas vaivén.</p> | <p>5 Use la técnica correcta al cortar.</p> | <p>6 Información básica sobre extintores: cuándo usarlos.</p> | <p>7 Revise que las cajas para acarrear no huelan o despidan un mal olor</p> | <p>8 ¿Moviste ese tapete?</p> | <p>9 Los señalamientos de salida con flechas deben indicar correctamente la dirección de salida del edificio.</p> |
| <p>10 Estantes de almacenamiento de alimentos deben de estar por lo menos dos pulgadas (5.1cm) lejos de las paredes, 6" (15.2cm) arriba del piso y 18" (45.72cm) abajo del techo.</p> | <p>11 Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropiezos y caídas.</p> <p><i>Día de los Veleranos</i></p> | <p>12 Nunca mezcle químicos.</p> | <p>13 Siempre lávese sus manos después de usar el baño.</p> | <p>14 Piense en la seguridad en todas las áreas de la oficina</p> | <p>15 ¿Cuándo debo reportar una lesión o un accidente a mi supervisor?</p> | <p>16 Use diferentes tablas para cortar comida cruda y comida cocida.</p> |
| <p>17 ¿Qué significa <i>construir un puente</i> en relación con la seguridad de la espalda?</p> | <p>18 Utilice guantes resistentes a las cortaduras cada vez que recoja un cuchillo.</p> | <p>19 Cuando no tiene tiempo para hacerlo de forma segura...</p> | <p>20 Practique el almacenamiento seguro en todas las áreas.</p> | <p>21 Desescalar para prevenir la violencia en el lugar de trabajo</p> | <p>22 No sobre cargue las bandejas o cajas de trastes.</p> | <p>23 Solo use abrelatas de botellas de vino aprobadas.</p> |
| <p>24 Una mosca puede llevar más de 6 millones de microbios en su cuerpo y muchos mas internamente.</p> | <p>25 Enfermedad cardíaca</p> | <p>26 ¿Sus pisos están libres de peligro de caídas y resbalones?</p> | <p>27 ¿Qué es la ergonomía?</p> | <p>28 Tenga cuidado al levantar o recoger botes de vidrio de las neveras</p> <p><i>Día de Accion de Gracias</i></p> | <p>29 Mantenga las áreas de acceso libres dentro y fuera de la cocina.</p> | <p>30 Cubriendo todos los envases de alimento reduce el riesgo de contaminación</p> |

Diciembre

| Domingo | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado |
|---|--|---|---|---|---|--|
| <p>1</p> <p>Las herramientas de mano deben de ser limpiadas y desinfectadas después de cada uso.</p> <p><i>Comienza el adviento</i></p> | <p>2</p> <p>Para evitar que se tuerza la espalda cuando este bajando una bandeja cargada, mantenga su espalda derecha y use los dos brazos para soportar el peso de la bandeja.</p> | <p>3</p> <p>Siempre use guantes resistentes a cortaduras al limpiar la máquina para rebanar.</p> | <p>4</p> <p>Nunca jale la cesta de té mientras que el té este hirviendo.</p> | <p>5</p> <p>Gire la comida en una base de "primero dentro/ primero fuera".</p> | <p>6</p> <p>Dicen que la experiencia es el arma secreta...</p> | <p>7</p> <p>Reporte cualquier luz de salida que este fundida.</p> |
| <p>8</p> <p>Las personas que manipulan comida deben usar sombreros, gorras o redes para el cabello para que restrinja el cabello efectivamente</p> | <p>9</p> <p>Uso del cable de extensión.</p> | <p>10</p> <p>Cuartos de almacén y paneles eléctricos</p> | <p>11</p> <p>Evite contaminación de todas las superficies de trabajo y equipo.</p> | <p>12</p> <p>Los detergentes, desinfectantes y pesticidas deben de tener sus etiquetas y ser guardados en áreas físicamente separadas de cualquier producto de comida.</p> | <p>13</p> <p>Conceptos básicos para lavarse las manos</p> | <p>14</p> <p>Prevención de lesiones por pinchazos con agujas: ¿no es solo para la enfermería?</p> |
| <p>15</p> <p>Levante cualquier resto de comida o líquido en el piso en cuanto lo mire</p> | <p>16</p> <p>Informe de inmediato si las luces no funcionan.</p> | <p>17</p> <p>Use el equipo de protección personal antes de que saque los platos calientes del microondas.</p> | <p>18</p> <p>Las fuentes comunes para las infecciones de salmonella son los humanos, contaminaciones de otras fuentes, mal higiene, y un lugar de trabajo sucio.</p> | <p>19</p> <p>¡Cuidado con las rampas y los badenes para discapacitados!</p> | <p>20</p> <p>¿Me meteré en problemas si denuncio esa violación de seguridad?</p> | <p>21</p> <p>Use el equipo de protección personal al usar o dispensar químicos</p> |
| <p>22</p> <p>Cuando tenga que cargar un objeto demasiado pesado o grande, pida ayuda!</p> | <p>23</p> <p>Sus auditorías o inspecciones de seguridad no están completas hasta que se documentan.</p> | <p>24</p> <p>Use guantes de goma o piel cuando quite las rejillas de ventilación sobre las parrillas arriba de la estufa</p> | <p>25</p> <p>Ponga el rebanador a cero.</p> <p><i>Día de Navidad</i></p> | <p>26</p> <p>Camine despacio en la cocina y área de buffet.</p> <p><i>Comienza Jánua</i></p> | <p>27</p> <p>No guarde objetos pesados o voluminosos en alto.</p> | <p>28</p> <p>Guarde los cuchillos apropiadamente después de cada uso.</p> |
| <p>29</p> <p>Cuide su espalda; doble las rodillas al levantar objetos.</p> | <p>30</p> <p>Saque la cesta para freír del aceite antes de llenarla con producto.</p> | <p>31</p> <p>La puerta para la máquina de hielo debe de estar en la posición "cerrada" antes de sacar el hielo.</p> <p><i>Vispera de Año Nuevo</i></p> | | | | |

Respuestas

El propósito de este calendario es proporcionar a la gerencia un tema de seguridad diario que pueda discutirse en las reuniones matutinas, o en las de cambio de turno. La idea detrás del calendario es el entrenamiento repetitivo. Sin embargo, algunos temas pueden ser nuevos y de gran valor para la gerencia y trabajadores. La gerencia puede ayudar a asegurar la respuesta correcta a las condiciones diarias al entrenar en estos temas con regularidad a los miembros de su equipo. No todos los escenarios posibles se encuentran en el calendario. Las situaciones que se enlistan son aquellas que sabemos ocurren de vez en cuando y que pueden afectar la seguridad de los trabajadores, visitantes y clientes en el sitio de construcción. Estos temas se repiten aproximadamente cada tres meses. El propósito de este calendario es proporcionar a la gerencia un tema de seguridad diario que pueda discutirse en las reuniones matutinas, o en las de cambio de turno. La idea detrás del calendario es el entrenamiento repetitivo. Sin embargo, algunos temas pueden ser nuevos y de gran valor para la gerencia y trabajadores. La gerencia puede ayudar a asegurar la respuesta correcta a las condiciones diarias al entrenar en estos temas con regularidad a los miembros de su equipo. No todos los escenarios posibles se encuentran en el calendario. Las situaciones que se enlistan son aquellas que sabemos ocurren de vez en cuando y que pueden afectar la seguridad de los trabajadores, visitantes y clientes en el sitio de construcción. Estos temas se repiten aproximadamente cada tres meses.

Enero | April | Julio | Octubre

| Fecha | Declaración | Respuesta deseada |
|-------|---|---|
| 1 | Ponga la parte filosa de la caja de papel aluminio por abajo después de cada uso. | Las manos o los brazos se pueden tallar en contra de estas partes filosas resultando en una cortadura o rasguño. |
| 2 | Examine los dos lados y hendeduras de los botes, y presione cada lado por separado. | Si los lados opuestos están con bombeos, o si el lado después de ser presionado salta, usted debe de rechazar ese bote. |
| 3 | El personal que manipula comida deberá de estar libre de furúnculos o enfermedades infecciosas. | Contaminación humana es una fuente común para enfermedades de comida. |
| 4 | ¿Las salidas han tenido un mantenimiento adecuado? | Las puertas que tienen poco uso pueden ser clave en caso de un incendio u otra emergencia. Todas las salidas deben llevar hacia áreas seguras de refugio y se les debe dar mantenimiento para que estén en buenas condiciones. En el invierno se debe remover el hielo y la nieve. En el verano se debe remover el pasto. Los pasillos sólidos deben estar disponibles para cualquier condición climatológica. |
| 5 | El uso de extensiones eléctricas. | La Comisión de Seguridad en Productos para el Consumidor estima que cada año se tratan en salas de emergencia cerca de 4,000 lesiones que están asociadas con las extensiones eléctricas. La mitad de las lesiones implican fracturas, cortaduras, contusiones o esguinces ocasionados por tropezar con los cables. El 13% incluye a niños de menos de cinco años; la mitad de las lesiones se tratan de quemaduras eléctricas en la boca de niños pequeños. Estiman que cada año, 3,300 incendios en el hogar se originan en los cables de extensión, matando a 50 personas y lesionando a más de 270. Las causas más frecuentes para dichos incendios son los cortos circuitos, las sobrecargas, el daño y/o el uso indebido de las extensiones. La próxima vez que utilice un cable de extensión, asegúrese de leer la etiqueta adjunta en ella. |
| 6 | ¡Nunca intente coger un cuchillo que este cayendo! | Esto puede resultar en una cortadura grave. Si se está cayendo el cuchillo, déjelo caer y ahórrese una lesión |
| 7 | ¿Sabes dónde se encuentra el extintor más cercano y cómo utilizarlo? | Los extintores de incendios deben ser claramente visibles para todo el personal. Los empleados deben comprender cómo operar un extintor de manera efectiva, a menos que la política de la empresa dicte que solo el personal designado está autorizado a usarlos. ¿Qué dice su política? |

Enero | April | Julio | Octubre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|--|--|
| 8 Si uso zapatos antideslizantes, ¿me protegerán completamente de resbalones y caídas? | El calzado antideslizante, si bien es un componente muy importante de cualquier programa de prevención de caídas, es solo una parte de un programa exitoso. También es esencial contar con un suelo adecuado para las circunstancias, un buen drenaje y una limpieza y mantenimiento sólidos de los suelos. Asegúrate de que tus zapatos estén en buenas condiciones y te queden bien. |
| 9 Cuando trabaje con químicos tiene el "derecho a saber". | Necesita conocer y entender los riesgos de seguridad y de salud para cada sustancia química peligrosa con la que trabaje, así como las precauciones correspondientes que necesita tomar para mantenerse a sí mismo y a otros seguros. Si tiene preguntas acerca de los productos con los que trabaja, debería revisar su hoja de datos de seguridad. Póngase en contacto con un ingeniero de riesgo de Zurich para cualquier tema de riesgo sobre este asunto. |
| 10 Lavarse las manos | El lavado frecuente de manos ayuda a prevenir la propagación de resfriados, gripe y otras enfermedades transmisibles. Los Centros para el Control de Enfermedades de los Estados Unidos sugieren seguir estos cinco pasos cada vez: <ol style="list-style-type: none"> 1. Humedezca las manos con agua corriente y limpia (caliente o fría), cierre el grifo y aplique jabón. 2. Enjabone las manos frotándolas con el jabón. Enjabone la parte posterior de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas. 3. Lave sus manos por lo menos durante 20 segundos. (¿Necesita un marcador de tiempo? Tararee la canción "Feliz Cumpleaños" de principio a fin dos veces.) 4. Enjuague bien las manos bajo el agua corriente y limpia. 5. Seque las manos con una toalla limpia o séquelas al aire. |
| 11 Todos los envases de comida deben de ser debidamente etiquetados con nombres comunes. | La comida, ya sea cruda o preparada, si se ha sacado de su paquete original, debe de ser guardada en contenedores limpios, cubiertos, contenedores no absorbentes, hasta que se usen. Esto evita que el producto se contamine. |
| 12 Guarde todos los trastes y utensilios limpios y desinfectados lejos del piso, en un área limpia y seca. | Mantenga superficies limpias y desinfectadas manteniendo los pisos limpios, y aplicando los productos pesticidas adecuadamente. |
| 13 Al operar maquinaria no use joyería. | Dedos, manos y otras partes de su cuerpo pueden ser halados por la maquinaria o herramientas que este usando. |
| 14 Tenga un cartel de "Piso Mojado" antes y después de limpiar los pisos. | Para evitar resbalones y caídas de alerta a sus compañeros o huéspedes que el piso esta mojado. |
| 15 Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropezos y caídas. | Los zapatos deben ser antideslizantes y estar en buenas condiciones. No todos los zapatos deportivos son antideslizantes. Cuando caminas, tu talón toca el suelo primero, así que ten cuidado con el desgaste en las áreas del talón. |
| 16 Health - Cleanliness - Personal | Health - Cleanliness - Personal needs text |
| 17 ¿Cuál es el enfoque para la prevención de resbalones, tropezones y caídas por dos personas? | Muchas veces se podrá observar un riesgo de derrame o tropezón que no puede corregirse inmediatamente. Corrigiendo el problema con dos personas, un asociado se queda con la condición insegura mientras que el otro va por la ayuda necesaria. Materiales de limpieza, señales de precaución o barreras para mantener a los clientes o asociados lejos del peligro. |

Enero | April | Julio | Octubre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|--|--|
| 18 ¿Por qué me duelen los hombros después de un duro día de trabajo? | ¿Estás practicando una buena postura? Aunque puede haber otras razones para el dolor de los hombros, la falta de una postura adecuada suele ser la causa principal. La falta de una buena fuerza en la parte superior del cuerpo para realizar con seguridad sus deberes laborales también puede ser un factor contribuyente. Considere el valor del estiramiento diario como un componente clave de la prevención de lesiones. |
| 19 Fíjese que no haya vidrios quebrados al cargar las tinas de trastes en cuarto de platos. | Si no pone atención a este detalle se puede cortar. |
| 20 Siempre tenga en lugar las cortinas para rocío en la lavadora de trastes. | Las cortinas para rocío evitan que el agua caliente, agua sucia o químicos se mantengan dentro de la lavadora y que no se rieguen en el piso. |
| 21 Sea cuidadoso y metódico al mover las mesas de banquete. | Moviéndose muy rápido puede resultar en que sus dedos sean apachurrados, o una torcedura de espalda si se le escapa la mesa. |
| 22 Lámparas, tubos fluorescentes y bombillas siempre deben tener cubiertas protectoras | Luces sin protectores pueden quebrarse y contaminar la comida. |
| 23 Siempre mantenga las vías de camino libre en las áreas para preparar comida, cocina y los pasillos de servicio. | Debe mantenerse una trayectoria mínima de 44 pulgadas para las salidas. Manteniendo esta distancia elimina los peligros de tropezones y caídas para los trabajadores, así los trabajadores pueden salir suavemente por los corredores. Siempre mantenga las sillas, estantes, barras, etc., en el corredor del banquete, apiladas perfectamente contra la pared. |
| 24 Las tarimas se deben mantener en buenas condiciones de operación y seguras. | Las tarimas dañadas o sin mantenimiento pueden ocasionar que los materiales se caigan de los estantes y ocasionen daños a la propiedad y lesiones graves o fatales. Asegúrese de que haya un plan para monitorear frecuentemente las tarimas durante el día. Las situaciones inseguras deben corregirse inmediatamente |
| 25 Nunca deje una jarra de café vacía en el calentador. | La jarra vacía puede estrellarse, causando varias lesiones. |
| 26 Antes de que empiece a levantar... | En cualquier área donde se ubiquen productos químicos, donde pueda ocurrir una salpicadura a los ojos o al cuerpo, las estaciones de lavado de ojos de emergencia y las instalaciones de empapado deben ubicarse dentro de un tiempo de acceso de 10 segundos. Conozca dónde están ubicados, confirme que sean accesibles y asegúrese de saber cómo usarlos. Recuerde, deberá enjuagar durante un mínimo de 15 minutos, o hasta que deje de arder. Para salpicaduras en los ojos, asegúrese de saber cómo mantener los ojos abiertos bajo el agua corriente. |
| 27 ¿Qué equipo de protección personal (EPP) es esencial para su trabajo? | El equipo de protección personal, a menudo llamado EPP, es requerido por muchos puestos de atención médica. Es una forma eficaz de ayudar a protegerse de enfermedades y lesiones. El EPP puede incluir guantes, mascarillas faciales y otros equipos. Su empresa ha evaluado dónde se necesita EPP como parte de un requisito de OSHA. Durante una pandemia, es posible que se requiera EPP adicional. |
| 28 ¡Use el buen juicio y tome medidas para eliminar los actos inseguros! | La mayoría de las lesiones son el resultado de un acto inseguro en lugar de una condición insegura. Sus acciones pueden ayudar a minimizar los actos inseguros, lo que puede ayudar a evitar que se lesione. Por ejemplo, use el buen juicio y si un artículo es demasiado pesado para levantarlo, use una ayuda mecánica o un compañero de trabajo para ayudar a levantarlo. |

Enero | April | Julio | Octubre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|--|--|
| 29 Use una escalera para alcanzar lugares en alto. | Pararse en otro equipo suplente (tal y como cajas de leche, sillas, etc.) puede resultar en caídas; estirarse para agarrar algo también puede resultar en lesiones de su espalda o que se le caigan los productos o equipos que esté tratando de obtener. |
| 30 La mayoría de las enfermedades transmitidas por la comida se producen por contaminación cruzada, mal higiene, y abuso del tiempo/ temperatura | Las enfermedades causadas por la comida pueden resultar por: <ul style="list-style-type: none"> * Contaminación cruzada puede ocurrir durante el proceso de comida antes o después de ser comprada. * Enfermedades de comida pueden resultar por la mal higiene y malos hábitos de los trabajadores. * La falta de seguir las guías de tiempo y temperatura para la comida puede resultar en enfermedades de comida |
| 31 Prevención de cortaduras | Algunos consejos básicos incluyen almacenar los dispositivos afilados en áreas designadas, limpiar los artículos afilados por separado de otros equipos, practicar un manejo seguro durante el uso de los artículos afilados y nunca pasar por alto los dispositivos de seguridad que forman parte de los dispositivos. ¿Qué exposiciones a cortes de equipos existen en su área? |

Febrero | Mayo | Agosto | Noviembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|---|---|
| 1 Mantenga siempre una línea de visión clara cuando lleve un objeto, especialmente en las escaleras | La obstrucción de la línea de visión clara puede ocurrir cuando se transporta más de una caja. Esto puede provocar tropiezos y caídas en los escalones y puede provocar lesiones graves. |
| 2 Limpie de inmediato cualquier líquido o comida que caiga al piso mientras que este limpiando la línea buffet. | Se pueden evitar lesiones de alto costo resultando por resbalones y caídas. |
| 3 ¿Cuál es su responsabilidad en un simulacro de emergencia? | Lo más probable es que su papel en un simulacro sea su papel en caso de que ocurra la emergencia. Familiarícese con cuáles son sus responsabilidades al comprender completamente su programa de preparación para emergencias. |
| 4 Siempre camine despacio antes de que atraviese por las puertas vaivén. | Dos personas aproximándose rápidamente desde direcciones opuestas pueden provocar un grave accidente. |
| 5 Use la técnica correcta al cortar. | Evita cortaduras de manos y dedos. |
| 6 Información básica sobre extintores: cuándo usarlos. | Use un extintor solo si está completamente seguro. Si existe algún peligro de incendio, humo, gases o calor extremo, abandone el área de inmediato y siga el protocolo de emergencia para incendios. |
| 7 Revise que las cajas para acarrear no huelan o despidan un mal olor | El mal olor puede ser causado por: <ul style="list-style-type: none"> * La falta de limpiar el portador antes de ser cargado * La descomposición del producto, * La temperatura inadecuada del refrigerador o congelador. <p>Recuerde que los agujeros en los portadores de carga invitan a insectos y otras plagas.</p> |

Febrero | Mayo | Agosto | Noviembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|---|--|
| 8 ¿Moviste ese tapete? | Los tapetes se deslizan por el suelo en algunas condiciones y es posible que deban reemplazarse para evitar caídas. Los tapetes colocados en las puertas deben estar contra el umbral de la puerta. Si observa un tapete que se mueve continuamente, discútalo con la administración de las instalaciones. Tal vez sea necesario usar un tipo diferente de tapete o se puede hacer algo para eliminar la necesidad de tener un tapete en el área. |
| 9 Los señalamientos de salida con flechas deben indicar correctamente la dirección de salida del edificio. | Ha habido varias muertes en incendios porque las flechas de los letreros de salida indicaban una dirección incorrecta. ¡Los detalles pequeños sí importan! |
| 10 Estantes de almacenamiento de alimentos deben estar por lo menos dos pulgadas (5.1cm) lejos de las paredes, 6" (15.2cm) arriba del piso y 18" (45.72cm) abajo del techo. | Este espacio facilitará la circulación de aire adecuado, más fácil para inspeccionar, asegurar que hay buena limpieza en estas áreas. |
| 11 Un buen calzado es esencial para evitar resbalones, tropiezos y caídas. | Los zapatos deben ser antideslizantes y estar en buenas condiciones. No todos los zapatos deportivos son antideslizantes. Cuando caminas, tu talón toca el suelo primero, así que ten cuidado con el desgaste en las áreas del talón. |
| 12 Nunca mezcle químicos. | Mezclar químicos es potencialmente mortal. La mayoría no somos químicos, así que nunca sabemos cuál será el resultado o cuáles son los peligros asociados con mezclar ciertos químicos. |
| 13 Siempre lávese sus manos después de usar el baño. | Esta es la forma más sencilla de evitar las enfermedades transmitidas por la comida. |
| 14 Piense en la seguridad en todas las áreas de la oficina | Mantenga las áreas de oficina libres de desorden y los pasillos libres de cables. Para los empleados que ingresan datos regularmente en la computadora, las estaciones de trabajo deben ajustarse para mayor comodidad y una buena postura ergonómica. |
| 15 ¿Cuándo debo reportar una lesión o un accidente a mi supervisor? | Reporte todas las lesiones inmediatamente. |
| 16 Use diferentes tablas para cortar comida cruda y comida cocida. | Para evitar contaminación, debe observar una disciplina estricta, como el uso de tablas para cortar de color para cada tipo de producto. |
| 17 ¿Qué significa <i>construir un puente</i> en relación con la seguridad de la espalda? | Usted se agachará a menudo para recoger un papel u otro escombros u objeto en el piso. Cuando lo haga, asegúrese de "construir un puente". Esto solo significa sostener el tronco de su cuerpo porque pesa considerablemente más que su parte baja. Esto se logra poniendo una mano en su rodilla, la pierna o un objeto estable, tal y como una mesa o un mostrador. Este soporte para el tronco del cuerpo reducirá el riesgo de lesionar su espalda baja. Torceduras y lesiones de sobre extensión son una de las causas principales de la compensación del trabajador en su industria. |
| 18 Utilice guantes resistentes a las cortaduras cada vez que recoja un cuchillo. | Es tan fácil evitar una cortadura. |
| 19 Cuando no tiene tiempo para hacerlo de forma segura... | Si no se toma el tiempo para realizar una acción de manera segura, es posible que deba tomarse un tiempo para recuperarse de una lesión en el trabajo. ¿Qué es más importante? |

Febrero | Mayo | Agosto | Noviembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|--|---|
| 20 Practique el almacenamiento seguro en todas las áreas. | Para ayudar en la prevención de la torceduras, una buena regla general es almacenar los artículos que usa con más frecuencia en los estantes del medio, los artículos livianos en los estantes superiores y las cajas con varios artículos que elegirá según sea necesario en los estantes inferiores. Use un taburete o una escalera para disminuir el estiramiento por encima de la cabeza. |
| 21 Desescalar para prevenir la violencia en el lugar de trabajo | Las lesiones en el lugar de trabajo pueden ocurrir debido a las acciones agresivas de clientes, familiares, amigos o compañeros de trabajo. Es importante ser capaz de reconocer cualquier pista que conduzca a un acto violento y saber cómo reaccionar para que la situación en desarrollo se desintensifique. Si necesitas una formación de actualización, no tengas miedo de pedirla. |
| 22 No sobre cargue las bandejas o cajas de trastes. | Hago dos vueltas o pida ayuda. El sobre cargo de las bandejas o cajas de trastes puede resultar en una lesión a su espalda, o tal vez se le caiga la caja quebrando todo lo que lleva |
| 23 Solo use abrelatas de botellas de vino aprobadas. | El uso de un abrelatas no aprobado puede resultar en cortaduras. |
| 24 Una mosca puede llevar más de 6 millones de microbios en su cuerpo y muchos mas internamente. | Evite que las moscas hagan sus nidos dentro de su lugar de trabajo, guarde toda comida adecuadamente, tenga un programa de mantenimiento y limpieza y remueva cualquier condición que pueda crear animales o sus nidos. |
| 25 Enfermedad cardíaca | Las enfermedades cardíacas son la principal causa de muerte tanto en hombres como en mujeres. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), aproximadamente 697,000 personas mueren de enfermedades cardíacas en los Estados Unidos cada año. Es decir, una de cada cinco muertes es causada por enfermedades cardíacas. Para ayudar a prevenir las enfermedades cardíacas: <ul style="list-style-type: none"> * Lleva una dieta saludable. * Mantén un peso saludable. * Haz ejercicio regularmente. * No fume. * Limite el consumo de alcohol |
| 26 ¿Sus pisos están libres de peligro de caídas y resbalones? | Para poder controlar lesiones innecesarias de clientes, es de suma importancia que se lleve a cabo todo esfuerzo para mantener la tienda libre de riesgos de tropezones, resbalones y caídas a toda hora durante el día. Los asociados deben estar entrenados para levantar objetos que hayan caído sobre el piso y para quitar estantes rodantes y otros equipos del área de ventas cuando no estén en uso |
| 27 ¿Qué es la ergonomía? | La ergonomía es la ciencia que se centra en la relación entre los trabajadores y su entorno laboral. Cuando alguien está haciendo una evaluación ergonómica de su área de trabajo, está evaluando la mejor manera de adaptar su lugar de trabajo específicamente a usted. Esto puede implicar ajustes en la estación de trabajo de la oficina, selección de herramientas, rotación de trabajo y otros factores. Esté abierto a sugerencias de mejora. |
| 28 Tenga cuidado al levantar o recoger botes de vidrio de las neveras | Estos siempre están muy resbalosos. Se le pueden resbalar de las manos, estrellarse y vidrios pueden volar en los ojos de las personas cercanas. |
| 29 Mantenga las áreas de acceso libres dentro y fuera de la cocina. | Si esta área se encuentra muy congestionada con equipos portátiles, se interrumpe el flujo de trabajo y los incidentes de lesiones son probablemente mayor |

Febrero | Mayo | Agosto | Noviembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|--|---|
| 30 Cubriendo todos los envases de alimento reduce el riesgo de contaminación | Contaminación es una fuente de enfermedades de comida. |
| 31 Me duelen las manos cuando vuelvo a casa. ¿Cuál podría ser la causa? | Pida consejo a su enfermero sobre las posibles causas del dolor en las manos. ¿Trabaja todo el día en un trabajo repetitivo o realiza una actividad que requiere que mantengas las manos quietas durante largos períodos de tiempo? Aunque es posible que no pueda variar sus tareas laborales, puede haber formas de prevenir lesiones, como tomar mini descansos para variar su rutina, estirarse y usar herramientas y equipos diseñados de manera más ergonómica. |

March | Junio | Septiembre | Diciembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|---|---|
| 1 Las herramientas de mano deben de ser limpiadas y desinfectadas después de cada uso. | Las herramientas de mano deberán de limpiarse ya sea manual o mecánicamente después de cada uso. Estas incluyen: cuchillos, cucharones, embudos, cucharas, espátulas, coladores, ralladores, cortadoras, peladores, horquillas, y otras herramientas de mano. |
| 2 Para evitar que se tuerza la espalda cuando este bajando una bandeja cargada, mantenga su espalda derecha y use los dos brazos para soportar el peso de la bandeja. | Siempre mantenga su espalda derecha, e use ambos brazos para soportar el peso de su carga. Hacer esto evitar una lesión innecesaria a su espalda. |
| 3 Siempre use guantes resistentes a cortaduras al limpiar la máquina para rebanar. | Cuando usa el equipo de protección apropiado al usar la máquina para rebanar usted puede reducir lesiones |
| 4 Nunca jale la cesta de té mientras que el té este hirviendo. | Algunos trabajadores han sido quemados cuando el agua se riega y cae en sus manos. |
| 5 Gire la comida en una base de "primero dentro/primero fuera". | El sistema de "primero dentro/primero fuera" evita que la comida se eche a perder o que se contamine. |
| 6 Dicen que la experiencia es el arma secreta... | Sin embargo, anticipar puede prevenir incidentes. |
| 7 Reporte cualquier luz de salida que este fundida. | Los avisos para marcar las salidas pueden verse a través del humo. Con frecuencia, no se puede encontrar la salida si no se puede ver el aviso. |
| 8 Las personas que manipulan comida deben usar sombreros, gorras o redes para el cabello para que restrinja el cabello efectivamente | Cabello en la comida no es sanitario y puede resultar en huéspedes muy enojados. |

March | Junio | Septiembre | Diciembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|--|---|
| 9 Uso del cable de extensión. | La Comisión de Seguridad en Productos para el Consumidor estima que cada año se tratan en salas de emergencia cerca de 4,000 lesiones que están asociadas con cables de extensión. La mitad de las lesiones implican fracturas, cortaduras, contusiones o esguinces ocasionados por tropezar con los cables. El trece por ciento implica a niños de menos de cinco años; la mitad de las lesiones son quemaduras eléctricas en la boca de niños pequeños. Estiman que cada año, 3,300 incendios en el hogar se originan en los cables de extensión, matando a 50 personas y lesionando a más de 270. Las causas más frecuentes para dichos incendios son los cortos circuitos, las sobrecargas, el daño y/o el uso indebido de los cables de extensión. La próxima vez que utilice un cable de extensión, asegúrese de leer el descargo de responsabilidades adjunto |
| 10 Cuartos de almacén y paneles eléctricos | Las áreas directamente frente a los paneles eléctricos nunca deben bloquearse. Esto supone un riesgo de incendio y puede limitar el acceso si es necesario entrar en la caja de interruptores en caso de emergencia. |
| 11 Evite contaminación de todas las superficies de trabajo y equipo. | Tablas para cortar comida, los sinks y áreas para preparar la comida deben de mantenerse siempre limpias y desinfectadas. |
| 12 Los detergentes, desinfectantes y pesticidas deben de tener sus etiquetas y ser guardados en áreas físicamente separadas de cualquier producto de comida. | Estas áreas deberán de estar cerradas con condado y ser accesibles solo por personal autorizado. |
| 13 Conceptos básicos para lavarse las manos | <p>Al lavarse las manos:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Coloque las manos juntas bajo el agua (preferiblemente tibia). * Aplique jabón (de acuerdo con las instrucciones del fabricante) y frótese las manos durante al menos 20 segundos. * Lave bien todas las superficies, incluidas las muñecas, las palmas de las manos, el dorso de las manos, los dedos, los pulgares y debajo de las uñas. * Limpia la suciedad de debajo de las uñas. * Enjuágate el jabón de las manos. * Use una toalla para cerrar el grifo. * Séquese las manos completamente con una toalla limpia, si es posible. Si no hay toallas disponibles, está bien secarse las manos al aire. * Dale palmaditas a tu piel en lugar de frotarla para evitar que se reseque y se agriete. * Evite cerrar el agua con las manos limpias. Usa una toalla de papel o el codo. Luego, use su toalla para abrir las puertas antes de desechar la toalla. |
| 14 Prevención de lesiones por pinchazos con agujas: ¿no es solo para la enfermería? | En el ambiente de atención médica, los trabajadores del servicio de alimentos pueden entrar en contacto con las agujas que quedan en las bandejas de alimentos y los trabajadores de limpieza pueden estar expuestos si las agujas se dejan en la ropa de cama. Incluso los trabajadores de oficina pueden estar expuestos a agujas si otras personas las usan en baños públicos. Si bien algunos empleados tienen una mayor probabilidad de exposición a una aguja y a un pinchazo resultante, todos los empleados deben estar atentos a su ambiente y tener cuidado cuando se observa una jeringa de aguja no asegurada. Nunca intente volver a tapar una jeringa. |
| 15 Levante cualquier resto de comida o líquido en el piso en cuanto lo mire | Los resbalones y caídas todavía son la causa número uno de lesiones en nuestras propiedades |
| 16 Informe de inmediato si las luces no funcionan. | Aunque puede que no sea su trabajo cambiar una bombilla quemada, es trabajo de todos informar los cortes de iluminación al departamento responsable de inmediato para que se pueda restaurar la visibilidad y la seguridad. |

March | Junio | Septiembre | Diciembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|--|--|
| 17 Use el equipo de protección personal antes de que saque los platos calientes del microondas. | Esto evitara que se le resbalen los platos y una posible quemadura. |
| 18 Las fuentes comunes para las infecciones de salmonella son los humanos, contaminaciones de otras fuentes, mal higiene, y un lugar de trabajo sucio. | <ul style="list-style-type: none"> * Los humanos son una fuente mayor de contaminación salmonella typhi. * Contaminación de otras fuentes durante el proceso, ya sea antes o después de haber sido comprados los productos * Cuando los trabajadores no tienen una Buena higiene personal y Buenos hábitos, puede contribuir o causar la salmonella. * Falla de trabajar en un lugar limpio, tablas de cortar sanitadas, equipo para cortar, toallas o utensilios pueden propagar la salmonella. |
| 19 ¡Cuidado con las rampas y los badenes para discapacitados! | Es esencial estar atento a su alrededor mientras camina al aire libre en la propiedad de la empresa. Evite comportamientos que lo distraigan como hablar por teléfono, enviar mensajes de texto y leer mientras camina. La falta de atención puede provocar caídas sobre bordillos y badenes o tropiezos cuando hay un cambio en la pendiente o inclinación de la superficie para caminar debido a la rampa deshabilitada en las aceras. |
| 20 ¿Me meteré en problemas si denuncio esa violación de seguridad? | Si su empresa practica una cultura de seguridad positiva, denunciar condiciones y actos inseguros debe ser recompensado, no castigado. El uso de este calendario como un recordatorio diario de sus responsabilidades de seguridad demuestra que su empresa está reconociendo su compromiso con la seguridad. |
| 21 Use el equipo de protección personal al usar o dispensar químicos | El equipo de protección personal protege su sistema respiratorio, piel, ojos en cualquier tiempo que esté usando químicos. Esto puede incluir: <ul style="list-style-type: none"> * caretas * lentes * mandiles * guantes |
| 22 Cuando tenga que cargar un objeto demasiado pesado o grande, pida ayuda! | Pida asistencia a un compañero. Recuerde, ¡dos espaldas son más fuertes que una! |
| 23 Sus auditorías o inspecciones de seguridad no están completas hasta que se documentan. | La documentación es la prueba de que hizo algo. Deberá documentar las auditorías o inspecciones, reuniones de seguridad, advertencias de seguridad que les de a otros, las condiciones climáticas, etc. Recuerde "no lo documentó; no lo hizo". |
| 24 Use guantes de goma o piel cuando quite las rejillas de ventilación sobre las parrillas arriba de la estufa | Lesiones a las manos por estas rejillas son comunes si usted no usa los guantes de gomas o piel. |
| 25 Ponga el rebanador a cero. | Las hojas de los rebanadores dejadas a la misma anchura de la previa cortadura son una fuente de lesiones muy graves. Mantenga su área de trabajo en condiciones seguras. |
| 26 Camine despacio en la cocina y área de buffet. | ¡Equipo, todavía seguimos teniendo muchas lesiones por resbalones y caída! Tiempo para reflejar amigos |
| 27 No guarde objetos pesados o voluminosos en alto. | Al guardar objetos pesados o voluminosos en alto, lesiones tal y como torceduras, golpes en la cara, cabeza o pecho pueden resultar si el objeto se le cae encima. Siempre mantenga los objetos pesados o voluminosos en su área de poder, entre su pecho y las rodillas. |

March | Junio | Septiembre | Diciembre

| Fecha Declaración | Respuesta deseada |
|---|--|
| 28 Guarde los cuchillos apropiadamente después de cada uso. | Alguien se puede recargar en contra de un cuchillo que no fue guardado apropiadamente y recibir una lesión. |
| 29 Cuide su espalda; doble las rodillas al levantar objetos. | Este mensaje tan conocido aun es importante. |
| 30 Saque la cesta para freír del aceite antes de llenarla con producto. | Tirar la comida dentro de la cesta con el aceite caliente puede causar salpicaduras, lo que resultara en una quemadura bastante grave. |
| 31 La puerta para la máquina de hielo debe de estar en la posición "cerrada" antes de sacar el hielo. | Esto puede evitar que la puerta se cierre y golpee a un trabajador en la cabeza, brazos y manos. |

January 2024

The Zurich Services Corporation
Zurich Resilience Solutions | Risk Engineering
1299 Zurich Way, Schaumburg Illinois 60196-1056
800 982 5964
www.zurichna.com

Esta es una descripción general de los servicios, como los servicios de ingeniería de riesgos o de gestión de riesgos, de Zurich Resilience Solutions, que forma parte del negocio de seguros comerciales de Zurich Insurance Group y no representa ni altera ninguna póliza de seguro o acuerdo de servicio. Dichos servicios son proveídos a clientes calificados por compañías afiliadas de Zurich Insurance Company Ltd, incluidas, entre ellas, Zurich American Insurance Company, 1299 Zurich Way, Schaumburg, IL 60196, EE. UU., The Zurich Services Corporation, 1299 Zurich Way, Schaumburg, IL 60196, EE. UU., Zurich Insurance plc, Zurich House, Ballsbridge Park, Dublín 4, Irlanda, Zurich Commercial Services (Europe) GmbH, Platz der Einheit, 2, 60327 Alemania, Zurich Management Services Limited, The Zurich Centre, 3000b Parkway, Whiteley, Fareham, Hampshire, PO15 7JZ, REINO UNIDO, Zurich Insurance Company Ltd, Mythenquai 2, 8002 Zúrich, Suiza, Zurich Australian Insurance Limited, ABN 13 000 296 640, Australia.

Las opiniones expresadas en este documento son las de Zurich Resilience Solutions a partir de la fecha del lanzamiento y están sujetas a cambios sin previo aviso. Este documento ha sido elaborado únicamente con fines informativos. Toda la información contenida en este documento ha sido recopilada y obtenida de fuentes que se consideran confiables y creíbles, pero Zurich Insurance Company Ltd o cualquiera de sus compañías afiliadas (Zurich Insurance Group) no hacen ninguna representación o garantía, expresa o implícita, en cuanto a su exactitud o integridad. Este documento no pretende ser un asesoramiento legal, de suscripción, financiero, de inversión o de cualquier otro tipo de asesoramiento profesional. Zurich Insurance Group se exime de toda responsabilidad que resulte del uso o la confianza en este documento. Nada expreso o implícito en este documento tiene la intención de crear relaciones legales entre el lector y cualquier miembro de Zurich Insurance Group.

Ciertas declaraciones en este documento son declaraciones prospectivas, incluidas, entre otras, declaraciones que son predicciones o indican eventos, tendencias, planes, desarrollos u objetivos futuros. No se debe depositar una confianza indebida en dichas declaraciones porque, por su naturaleza, están sujetas a riesgos e incertidumbres conocidos y desconocidos y pueden verse afectadas por numerosos factores imprevisibles. El objeto de este documento tampoco está vinculado a ninguna oferta de servicio específica o a un producto de seguro, ni garantizará la cobertura de ninguna póliza de seguro.

Este documento no puede ser distribuido o reproducido en su totalidad o en parte, sin el permiso previo por escrito de Zurich Insurance Company Ltd, Mythenquai 2, 8002 Zúrich, Suiza. Ningún miembro de Zurich Insurance Group acepta ninguna responsabilidad por cualquier pérdida que surja del uso o distribución de este documento. Este documento no constituye una oferta o una invitación para la venta o compra de valores en ninguna jurisdicción.

En los Estados Unidos, los servicios de ingeniería de riesgos son proporcionados por The Zurich Services Corporation.

© 2024 The Zurich Services Corporation. All rights reserved.

