



Muestrario de servicios de capacitación del NYCOSH:

Un menú de cursos de capacitación sobre seguridad y salud para los trabajadores

El NYCOSH proporciona capacitación por todas partes de Nueva York sobre los peligros de seguridad y salud en el sitio de trabajo para los trabajadores, las organizaciones sindicales, los centros de trabajadores, las organizaciones comunitarias y los empleadores. Las condiciones en el trabajo pueden ser mortales para los trabajadores, pueden lesionarlos o causarles enfermedades. Nuestro personal

de capacitación tiene un alto nivel de experiencia y conocimiento para capacitar a los trabajadores sobre los peligros que pueden encontrar en el trabajo y sobre cómo protegerse. Esta lista no es extensiva, sino que destaca algunos de los temas más comunes que el NYCOSH cubre. Algunos de los tipos de capacitación que podemos brindar se enlistan a continuación.

Introducción a la salud y la seguridad

Usted conocerá sobre los peligros que hay en el sitio de trabajo; de qué manera le afectan a usted y cómo puede trabajar con su patrón y sus compañeros del trabajo para evitar o controlar condiciones inseguras o insalubres. Aprenderá de qué manera las sustancias químicas pueden penetrar en su cuerpo, cómo reconocer los peligros y qué leyes federales y estatales le protegen en el centro de trabajo. Aprenderá a defender sus derechos siguiendo las leyes de seguridad y salud.

Reconocimiento, evaluación y control de los peligros

Aprenderá cuál es la diferencia entre peligros de seguridad y de salud, cuáles son los tipos de peligros y las maneras más importantes de trabajar con su patrón y con sus compañeros trabajadores para evitarlas o controlarlas. Obtendrá usted un entendimiento de la historia y la política que está involucrada en los peligros para la salud. Se familiarizará con la forma de identificar y hacer un mapa de peligros en su lugar de trabajo, así como una “jerarquía de controles de peligros”, que consiste en identificar las diferentes maneras de lidiar con los peligros y cuáles son más efectivas.

Los derechos de la OSHA

La Ley de Seguridad y Salud Ocupacionales creó la Administración de Seguridad y Salud Ocupacionales

(la OSHA) en abril de 1971. La OSHA forma parte del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos y protege la seguridad y la salud de los trabajadores en el sector privado (aquellos que trabajan para empresas privadas). Usted aprenderá qué hace la OSHA, cómo realiza su trabajo y de qué manera (y cuándo) recurrir a la asistencia de la OSHA para ayudarle a usted a tener un centro de trabajo más seguro y saludable. Conocerá cuál es su responsabilidad para trabajar de manera segura, y cuál es la responsabilidad legal del patrón de mantener un lugar de trabajo seguro.

El derecho a la información sobre los peligros

Existen regulaciones federales y estatales para darle a usted información sobre las sustancias químicas peligrosas que se usan en el trabajo. La norma de la OSHA sobre el derecho a la información, llamada “Comunicación de los Peligros”, y la Ley del Estado de Nueva York del Derecho a la Información son las “leyes en el sitio de trabajo” para dar información sobre peligros químicos y para proteger a los trabajadores. Conocerá qué sustancias químicas pueden hacerle daño y cómo trabajar con su patrón y con sus compañeros trabajadores para protegerse, además de aprender a usar las fichas de datos de seguridad de las sustancias (SMD) que la ley exige.

Introducción a los comités de seguridad y salud

Los comités de seguridad y salud son herramientas importantísimas que los trabajadores utilizan para obtener condiciones de trabajo seguras y saludables.

Recopilación de información sobre los peligros de salud y seguridad

Las acciones que se toman para crear un entorno de trabajo más seguro y saludable comienzan con la obtención de información. Aquí se familiarizará con varios tipos de documentos que puede utilizar para guiar sus esfuerzos, así como con las técnicas que se usan para investigar los peligros y para conducir inspecciones en el sitio de trabajo.

Introducción a la calidad del aire en interiores (IAQ, en inglés)

La mala calidad del aire es un problema muy importante en muchos sitios de trabajo. Puede ser difícil identificar las causas y encontrar soluciones que funcionen. Aunque los problemas y los riesgos son reales, hay pocos reglamentos normativos que se pueden hacer cumplir. Conocerá usted las maneras fundamentales como se pueden resolver estas condiciones y las estrategias de aplicación realista para ayudar a generar avances significativos.

Cómo proteger a los ocupantes de un edificio durante la construcción o la renovación

Los peligros relacionados con la construcción afectan a más gente además de a los albañiles. Aunque son graves los peligros y riesgos para los albañiles, hay controles de peligros que ellos pueden utilizar y que pueden ser muy eficaces. Sin embargo, también puede ser afectada la seguridad y la salud de los ocupantes de un edificio a causa de un trabajo de albañilería mal planificado e implementado. Usted conocerá los procesos del trabajo de albañilería, los peligros relacionados y la forma de minimizar sus efectos en las personas que ocupan el edificio.

La exposición ocupacional a la tuberculosis

Se creyó que casi se había erradicado totalmente la enfermedad de la tuberculosis, pero ha regresado a vengarse debido al resurgimiento de la pobreza y las malas condiciones de vida. Aunque no es muy fácil contagiarse y hay mucha más gente expuesta a la tuberculosis de la que efectivamente se enferma de tuberculosis, es un gran problema de salud pública y un grave peligro en el centro de trabajo para los trabajadores de atención médica. Aprenderá prevención, transmisión, diagnosis y tratamiento, así como las pautas de cumplimiento de la OSHA.

La exposición a los agentes infecciosos de transmisión sanguínea ocupacional

La Norma de la OSHA sobre Agentes de Transmisión Sanguínea está enfocada primordialmente a los virus VIH/SIDA y en la hepatitis B y ha otorgado importantes protecciones a los trabajadores cuya ocupación los expone a la sangre y a otros fluidos corporales. La vacuna a los trabajadores contra la hepatitis B, los reglamentos de precauciones para el manejo de sangre, agujas y objetos punzantes, el uso de agujas seguras y los planes de control de la exposición son todas obligaciones que provienen del cumplimiento de la Norma sobre Agentes de Transmisión Sanguínea.

La violencia en el centro de trabajo

En una sociedad cada vez más violenta, continúa la violencia en el centro de trabajo imponiendo en los trabajadores y en sus familias un número cada vez mayor de incidentes. Aunque no existe ninguna norma de la OSHA sobre ello, existen pautas de la OSHA para identificar factores de riesgo presentes en varios tipos de centros de trabajo, y pasos a seguir para minimizar los riesgos y proteger a los empleados.

La tensión en el centro de trabajo

La tensión en el centro de trabajo es en sí mismo un peligro importante en sí mismo, así como un factor agravante de muchos riesgos para la seguridad y la salud en el trabajo. Conocerá usted los efectos de la tensión en su cuerpo, sus causas y los factores de riesgo, así como las estrategias para lidiar con la tensión en el trabajo.

Ergonomía / Lesiones por esfuerzo repetitivo (LER) / Lesiones de la espalda

Aunque a principios del año 2001 una norma de la OSHA sobre ergonomía por la que se había peleado duramente terminó siendo rechazada por las fuerzas del gobierno deseosas de desregular a las empresas, las lesiones por esfuerzo repetitivo siguen siendo el tipo de accidentes de trabajo de mayor aumento en los Estados Unidos. Usted aprenderá acerca de las causas de lesiones por esfuerzos repetitivos, cómo identificar los factores de riesgo que se aplican y las medidas prácticas para trabajar con su patrón y con sus compañeros de trabajo para prevenir o reducir las lesiones ergonómicas.

El ruido

El exceso de ruido en el trabajo es un peligro físico que no solamente afecta su capacidad de oír sonidos, sino también más partes de su cuerpo. Los daños en el cuerpo pueden evitarse o reducirse inicialmente, pero si este peligro se deja sin atender, puede causar un daño permanente con poca o

ninguna señal de advertencia. Usted aprenderá acerca de la norma de conservación de la capacidad auditiva de la OSHA, de cómo se mide el ruido y de las varias medidas de control que pueden ser muy eficaces.

Los espacios confinados

Usted puede entrar en estos espacios a trabajar; es difícil entrar y salir de ellos, y no están destinados para que el trabajador los ocupe continuamente, pero estos espacios pueden causarle la muerte cuando las cosas van mal. Usted conocerá las cuatro condiciones que pueden ser mortales para los trabajadores, cómo reconocer los peligros, cómo probar el aire, cómo ventilar el espacio y cómo eliminar o controlar los riesgos estando dentro. Nuestra capacitación puede servir para otorgar un conocimiento a fondo de estos riesgos, o bien puede usted tomar un curso completo de entrada a espacios confinados, con una sección de práctica.

Los desechos peligrosos

Este curso de capacitación abarca la historia de cómo y por qué los residuos peligrosos han planteado un peligro importantísimo para la salud y la seguridad de los trabajadores; además, da una perspectiva histórica sobre la forma como esto se convirtió en un importante peligro para el medio ambiente en todo el mundo. Obtendrá un panorama general de cómo es posible manejar estos materiales de manera segura; aprenderá acerca de las leyes y reglamentos pertinentes y revisará las prácticas de su empleador.

Las prácticas de apagado y etiquetado

La Norma de Control de Energía Peligrosa (Apagado Total y Etiquetado) es el reglamento de la OSHA que protege a los trabajadores de muerte y de lesiones graves provenientes de todas las fuentes de energía en el sitio de trabajo. Usted conocerá el rango de diferentes fuentes de energía peligrosas —no es sólo la electricidad— que causan la muerte y mutilan a los trabajadores, y qué pasos prácticos tomar para controlar los peligros.

Preparación básica para desastres

Tanto por la respuesta caótica respuesta gubernamental a los ataques terroristas del 11-sept-2001, como por la falta de una respuesta efectiva para los residentes de Nueva Orleans pasado el huracán *Katrina*, o bien por los efectos de la súper tormenta *Sandy* en nuestra área inmediata, existe la necesidad de dar una respuesta a los desastres está aquí para quedarse. Usted aprenderá acerca de las agencias gubernamentales correspondientes y sus funciones; la gama de peligros que afrontan los trabajadores y residentes, los métodos de evaluación de riesgos y el uso de las estrategias

de control, incluyendo el equipo de protección personal. También se familiarizará con las funciones que desempeñan los sindicatos, las organizaciones de las comunidades y las organizaciones de voluntarios.

Cursos varios de capacitación sobre seguridad en la construcción

La construcción es una industria altamente peligrosa. La industria de la construcción emplea únicamente cerca de un 5% de la fuerza laboral estadounidense, pero las muertes en esa industria representan cerca del 20% de todas las muertes que ocurren en los centros de trabajo en los Estados Unidos. Usted aprenderá acerca de “los cuatro peligros mortales” que anteriormente causaron la muerte de hasta un 90% de los albañiles que morían en el trabajo. Más importante aún es que no sólo aprenderá cuáles son los peligros, sino también las estrategias de control que reducen en gran medida o eliminan los riesgos de los trabajadores en esta industria mortalmente peligrosa.

La juventud en el trabajo: hablando de la seguridad

La tasa de trabajadores adolescentes que se lesionan duplica la de los adultos. En este curso conducido por instructores muy jóvenes, los trabajadores más jóvenes de reciente incorporación a la fuerza de trabajo aprenderán las habilidades que necesitan para trabajar de manera segura, lo que incluye cómo identificar los peligros en el trabajo y cómo trabajar protegidos en esas condiciones. Los jóvenes asimismo aprenderán sobre sus derechos a la seguridad y la salud en el trabajo y lo que sus patrones necesitan hacer para protegerlos de lesiones y enfermedades en el empleo. También hablarán de estrategias sobre las mejores formas de abordar situaciones de trabajo peligrosas. Este curso de formación es muy participativo y constituye un elemento esencial para preparar a los adolescentes a ingresar a la fuerza de trabajo.

Cómo capacitar al instructor: curso para maestros sobre cómo educar a los más jóvenes respecto a la seguridad y la salud en el sitio de trabajo

Los más jóvenes necesitan habilidades y conocimiento para protegerse de las lesiones y de las enfermedades en el trabajo, y sus maestros desempeñan una función vital para asegurar que estos trabajadores jóvenes y muchas veces sin experiencia comprendan qué riesgos de seguridad y salud hay asociados con el trabajo. Este curso tiene un plan de estudios libre, fácil de usar para el salón de clases y participativo, el cual ha sido adaptado para los 50 estados. Los alumnos aprenderán cómo identificar y reducir los peligros y acerca de las leyes de salud y seguridad cruciales que protegen a los trabajadores jóvenes, incluyendo las leyes sobre mano de obra infantil.