

# safety lately



Boletín de Seguridad de A&A Elevated Facility Solutions

## Manteniéndote Seguro Este Diciembre

### Manteniéndote Seguro Este Diciembre

Al cerrar el año, queremos agradecer a cada empleado por su arduo trabajo, su compromiso y su enfoque en la seguridad. Diciembre trae nuevos desafíos: clima más frío, entradas mojadas, mayor tráfico de personas y turnos más ocupados. Estas condiciones pueden aumentar el riesgo de resbalones, accidentes químicos y problemas con el equipo.

La edición de Safety Lately de este mes está diseñada para ayudar a todos a mantenerse seguros, alertas y terminar el año sin lesiones.

### En este asunto:

- **Manteniéndote Seguro Este Diciembre**
- **Estrés de las Fiestas y Salud Mental**

### **1. RESBALONES, TROPIEZOS Y CAÍDAS EN INVIERNO**

El clima frío puede causar pisos mojados, entradas con hielo, residuos de sal y filtraciones. Estos peligros hacen que los resbalones sean más comunes.

#### **Para protegerte:**

- Usa siempre zapatos antideslizantes
- Camina despacio, con pasos cortos, en superficies mojadas o con hielo
- Coloca señalamientos de "piso mojado" inmediatamente al limpiar
- Limpia los derrames o el agua que entra del exterior tan pronto los notes
- Reporta áreas resbalosas, filtraciones o entradas con hielo para que se atiendan rápidamente

Pequeñas acciones ayudan a prevenir grandes lesiones.

### **2. SEGURIDAD QUÍMICA Y ETIQUETADO ADECUADO**

Todos los días utilizamos muchos productos de limpieza diferentes. Estos químicos deben manejarse de forma segura.

#### **Recuerda:**

- Utiliza únicamente productos aprobados por A&A o el cliente
- Cada botella rociadora debe tener una etiqueta — sin excepciones
- Nunca mezcles químicos
- Las SDS (Hojas de Datos de Seguridad) siempre están disponibles en tu Carpeta de Seguridad en el sitio
- Si una etiqueta falta o está desgastada, pide una nueva antes de usar el producto

Cuando tengas duda, pregunta. El uso seguro de químicos protege a todos.

### **3. EPP: TU PRIMERA LÍNEA DE DEFENSA**

El Equipo de Protección Personal (EPP) te ayuda a mantenerte seguro mientras realizas tu trabajo.

#### **Según la tarea, podrías necesitar:**

- Guantes de seguridad A1 o A4
- Guantes resistentes a cortes para basura, cartón, reciclaje y pallet jacks
- Gafas de seguridad cuando exista riesgo de salpicaduras o escombros
- Zapatos antideslizantes
- Ropa de invierno (guantes, gorros, capas) para trabajos al aire libre

Si te falta EPP o está dañado, informa a tu supervisor para reemplazarlo.

### **4. CONCIENCIA DEL EQUIPO**

Por favor, presta atención al estado de las herramientas y equipos que usas diariamente.

#### **Reporta de inmediato si ves:**

- Cables dañados
- Clavijas de conexión sin la pata de tierra
- Cubetas de trapeador agrietadas
- Máquinas que hacen chispas, huelen raro o suenan diferente
- Lavaderos de trapeador usados para almacenar equipo o basura

Nunca uses equipo dañado — puede causar descargas eléctricas, quemaduras o caídas.

### **5. MANEJO DEL ESTRÉS Y LA FATIGA DE LAS FIESTAS**

Esta es una época ocupada del año, y es fácil sentirse cansado o apurado. La fatiga aumenta el riesgo de errores y lesiones.

#### **Maneras sencillas de mantenerte seguro:**

- Toma tus descansos programados
- Bebe agua durante tu turno
- Pide ayuda con tareas pesadas o incómodas

- Informa a tu supervisor si te sientes abrumado(a) o exhausto(a)

Tu bienestar es lo primero.

## **6. CONSEJOS PARA EL CLIMA FRÍO (PERSONAL DE EXTERIOR)**

**Si parte de tu trabajo es al aire libre:**

- Viste capas de ropa abrigada
- Mantén las manos, orejas y cabeza cubiertas
- Toma descansos para calentarte cuando sea necesario
- Reporta cualquier signo de entumecimiento u hormigueo

El estrés por frío puede aparecer rápidamente — protégetelo.

## **7. REPORTE DE LESIONES Y CASI ACCIDENTES**

Si te lesionas en el trabajo — aunque parezca menor — informa a tu supervisor de inmediato. El reporte temprano te ayuda a recibir la atención adecuada y previene lesiones adicionales. También informa a tu supervisor si notas un “casi accidente” — algo que casi causa un incidente. Esto ayuda a prevenir futuras lesiones y mantiene a todos más seguros.

**Recuerda:**

- Reportar en eHub no es lo mismo que completar el informe de accidente
- Tu supervisor te ayudará a llenar el formulario correcto en el sitio web de AAEFS

Nunca tendrás problemas por reportar una lesión o un peligro.

## **8. GOOD SAVES (CASI ACCIDENTES) HACEN LA DIFERENCIA**

Los Good Saves incluyen momentos en los que alguien detecta un peligro antes de que cause una lesión.

**Ejemplos:**

- Reportar un cable dañado
- Notar una botella química sin etiqueta
- Limpiar un área resbalosa antes de que alguien se caiga
- Reportar equipo roto

Estas acciones previenen lesiones y mantienen a todos seguros. Si tienes un Good Save, ¡compártelo!

## **GRACIAS Y AGRADECIMIENTO DE FIN DE AÑO**

Gracias a cada empleado que llega cada día listo para trabajar con seguridad. Ustedes son la razón por la que nuestros equipos se mantienen fuertes, las lesiones se mantienen bajas y nuestra empresa continúa creciendo.

Su atención al detalle — colocar señalamientos de piso mojado, usar EPP, reportar peligros y cuidar a sus compañeros — hace una verdadera diferencia.

Los apreciamos a ustedes y todo lo que hacen.

Les deseamos a ustedes y a sus seres queridos una temporada festiva segura, saludable y llena de descanso.

Terminemos el 2025 con seguridad y comencemos el nuevo año aún más fuertes.



## Estrés de las Fiestas y Salud Mental

La temporada de fiestas puede ser emocionante, pero también puede traer más estrés tanto en el trabajo como en casa. Los horarios ocupados, el aumento de trabajo, el clima frío y las responsabilidades personales pueden hacer que cualquiera se sienta cansado o abrumado.

Cuidar tu bienestar mental es tan importante como cuidar tu seguridad física. Cuando estamos estresados o distraídos, es más probable que nos apresuremos, cometamos errores o nos lastimemos. Unos hábitos pequeños pueden hacer una gran diferencia.

### MANERAS SENCILLAS DE REDUCIR EL ESTRÉS ESTE MES:

- **Tómate un minuto para reiniciar:**

Respira lento, estira los hombros o haz una pequeña pausa para concentrarte.

- **Mantente hidratado:**

Incluso con frío, la deshidratación puede hacerte sentir cansado o irritable.

- **Come regularmente:**

Saltarte comidas puede causar bajones de energía y menor enfoque.

- **Usa tu descanso completamente:**

Aleja tu mente del trabajo durante tus pausas.

- **Habla con alguien:**

Si te sientes abrumado(a), es válido decírselo a tu supervisor o a un compañero. No estás solo(a).

- **Evita apresurarte:**

La temporada es ocupada, pero trabajar con calma te mantiene seguro(a).

### POR QUÉ ESTO IMPORTA:

El estrés afecta tu enfoque, tu tiempo de reacción y tu proceso de decisión. Mantener la mente tranquila te ayuda a evitar accidentes y regresar a casa sano(a) y salvo(a).

Cuida de ti mismo(a) esta temporada y apoyémonos unos a otros durante este mes tan ocupado.



Si ves algo sospechoso, repórtalo. Mantente a salvo.

Safe2Say permite que cualquier miembro de nuestro equipo reporte de forma anónima riesgos de seguridad, faltas de conducta o inquietudes. Sin prejuicios. Sin represalias.

### ¡Contáctanos!



¿Tienes alguna pregunta o necesitas enviar un informe?

Llama al 914.998.2345 o escanea el código QR