



Tool Box Talk: Avoid Distractions *Evitar distracciones*



Images Courtesy: AdobeStock

Speak up about repeated and unsafe distractions!
Habla sobre las distracciones repetidas e inseguras



Do: (si)

- Give your full attention while working
Preste toda su atención mientras trabaja
- Avoid engaging in distracting activities, such as using electronics
Evite participar en actividades que distraigan, como el uso de dispositivos electrónicos
- Incorporate breaks in your workday (to socialize, etc.)
Incorpora descansos en tu día de trabajo (para socializar, etc.)
- Wear appropriate personal protective equipment
Use equipo de protección personal apropiado
- Maintain good housekeeping
Mantenga una buena limpieza

X Don't: (no)

- Socialize or chat while working
Socializar o charlar mientras trabaja
- Use electronic devices, especially while driving, to talk, text, or view social media
Use dispositivos electrónicos, especialmente mientras conduce, para hablar, enviar mensajes de texto o ver las redes sociales
- Wear head phones to listen to music
Use auriculares para escuchar música
- Play music at a level that reduces your ability to hear what is going on around you
Reproduzca música a un nivel que reduzca su capacidad para escuchar lo que sucede a su alrededor
- Leave clutter
Deja el desorden

Protect yourself and those around you by controlling distractions in the workplace.
Protéjase y proteja a quienes lo rodean controlando las distracciones en el lugar de trabajo.



Tool Box Talk: Using Extension Ladders Safely *Usar escaleras de extension de manera segura*



Speak up about unsafe use of extension ladders! Hable sobre el uso inseguro de las escaleras extensibles



Do: (si)

- Inspect the extension ladder before use
Inspeccione la escalera de extensión antes de usar
- Keep extension ladders at least 10 feet away from any electrical conductors
Mantenga las escaleras de extensión al menos a 10 pies de distancia de cualquier conductor eléctrico
- Always face an extension ladder and maintain three points of contact
Siempre mire hacia una escalera extensible y mantenga tres puntos de contacto
- Ensure both feet of the extension ladder are set on level, stable surfaces
Asegúrese que los pies de la escalera de extensión estén colocados sobre una superficie nivelada y estable
- Look overhead before placing the extension ladder
Mire arriba antes de colocar la escalera extensible
- Place extension ladders at a 75 degree angle (or 4:1 ratio)
Coloque las escaleras de extensión en un ángulo de 75 grados (o una proporción de 4: 1)
- Extend the ladder at least 3 feet past the platform
Extienda la escalera al menos 3 pies más allá de la plataforma

X Don't: (no)

- Use a damaged extension ladder
Use una escalera de extensión dañada
- Use an extension ladder made of metal or other conductive materials when there is potential for contact with energized electrical equipment
Use una escalera de extensión hecha de metal o otros materiales conductores cuando exista la posibilidad de contacto con equipos eléctricos energizados
- Place tools or other materials on the top rung
Coloque herramientas u otros materiales en el peldaño superior
- Stand on the top rung
Párate en el peldaño superior
- Over reach (move extension ladder when needed)
Sobre el alcance (mueva la escalera de extensión cuando sea necesario)
- Use an extension ladder on scaffold platforms, slippery surfaces, soft ground or on unstable surfaces, such as boxes
Use una escalera de extensión en plataformas de andamios, superficies resbaladizas, suelo blando o en superficies inestables, como cajas
- Move or reposition an extension ladder while in use
Mover o reposicionar una escalera extensible mientras está en uso



Tool Box Talk: Using Nail Guns Safely *Usar pistolas de clavos de forma segura*



Photo Courtesy: AdobeStock

Speak up about unsafe use of nail guns! (Hable sobre el uso inseguro de pistolas de clavos)



Do: (si)

- Receive training on nail gun use
Reciba capacitación sobre el uso de pistolas de clavos
- Use only the sequential trigger
Use solo el disparador secuencial
- Ensure the nail gun muzzle is firmly against work piece when firing
Asegúrese de que la boca de la pistola de clavos esté firmemente contra la pieza de trabajo al disparar
- Keep the nail gun pointed away from yourself and other people
Mantenga la pistola de clavos apuntando lejos de usted y otras personas
- Wear personal protective equipment, such as safety glasses, hearing protection, and safety toed footwear
Use equipo de protección personal, como anteojos de seguridad, protección auditiva y calzado de seguridad
- Disconnect the power source when unjamming the nail gun
Desconecte la fuente de alimentación al desatascar la pistola de clavos.
- Require all others in range of the nail gun to wear personal protective equipment
Exigir que todos los demás que se encuentren dentro del alcance de la pistola de clavos usen equipo de protección personal

X Don't: (no)

- Use the contact trigger
Utilice el disparador de contacto
- Use the nail gun with a broken or modified trigger
Use la pistola de clavos con un gatillo roto o modificado
- Remove or tamper with the spring
Quitar o manipular el resorte
- Hold down the trigger unless you intend to fire
Mantenga presionado el gatillo a menos que tenga la intención de disparar
- Fire the nail gun until the muzzle is firmly on the work piece
Dispare la pistola de clavos hasta que la boca del cañón esté firmemente en la pieza de trabajo
- Point the nail gun at yourself or anyone else
Apunta con la pistola de clavos a ti mismo o a cualquier otra persona
- Carry the tool with finger on the trigger
Lleve la herramienta con el dedo en el gatillo



Tool Box Talk: Using Step Ladders Safely *Usar escaleras de mano de forma segura*



Speak up about unsafe use of step ladders! (Habla sobre el uso inseguro de las escaleras)



Do: (si)

- Inspect the step ladder before use
Inspeccione la escalera de mano antes de usarla
- Ensure all four feet of the step ladder are on a level surface
Asegúrese de que los cuatro pies de la escalera de mano estén en una superficie nivelada
- Ensure the step ladder is fully spread and locked into place before use
Asegúrese de que la escalera esta completamente extendida y bloqueada en su lugar antes de usarla
- Keep step ladders at least 10 feet away from electrical conductors
Mantenga las escaleras de mano al menos a 10 pies de distancia de los conductores eléctricos
- Always face a step ladder and maintain three points of contact
Siempre mire hacia una escalera de mano y mantenga tres puntos de contacto
- Place step ladder at right angles to the work surface
Coloque la escalera de mano en ángulo recto con la superficie de trabajo

X Don't: (no)

- Use a damaged step ladder
Use una escalera de mano dañada
- Lean a closed portable step ladder against a wall or other surface for climbing
Apoye una escalera cerrada contra una pared u otra superficie para trepar
- Use a ladder made of metal or other conductive materials when there is the potential for contact with energized electrical equipment
Utilice una escalera de metal o otros materiales conductores cuando exista la posibilidad de contacto con equipos eléctricos energizados.
- Stand on the top rung
Párate en el peldaño superior
- Over reach (move step ladder when needed)
Sobre el alcance (mueva la escalera de mano cuando sea necesario)
- Use a step ladder on scaffolds, slippery surfaces, soft ground, or unstable surfaces such as boxes
Use una escalera de mano en andamios, superficies resbaladizas, suelo blando o superficies inestables como cajas
- Climb the back of the step ladder
Sube por la parte trasera de la escalera
- Move or reposition a step ladder while in use
Mueve ni reposicione una escalera de mano mientras esté utilizar