



# Aprenda a *identificar* riesgos



NATIONAL  
**SAFETY**  
MONTH 2019

Existen riesgos en todas partes. Aunque es posible que no vea su lugar de trabajo como particularmente "riesgoso", a menudo existen peligros. Es probable que se haya acostumbrado a ellos y no los vea.

## Aprenda a identificar riesgos

Comenzará a notar los riesgos a su alrededor una vez que reciba capacitación sobre cómo identificarlos. Es probable que no siempre sean preocupaciones obvias o inmediatas, pero aún pueden ponerlo en riesgo a usted y a sus compañeros de trabajo. Mientras más pronto se solucionen, mejor.

- Para detectar riesgos es necesario anticiparse. Comience a preguntarse, '¿si hago esto, qué puede suceder?'.
- Esto se aplica a todo, desde trabajar con químicos peligrosos y máquinas de producción hasta simplemente caminar por su lugar de trabajo.
- Imagínese caminando por una esquina con las manos ocupadas. Al preguntarse '¿qué podría suceder?', usted puede anticipar riesgos como que alguien más dé la vuelta en la esquina al mismo tiempo. Entonces, puede adoptar pasos simples, como doblar con más amplitud, y así evitar el riesgo completamente.
- Muchos riesgos serán mucho más graves, pero esta misma forma de pensar puede ayudar a que los detecte y los evite. Simplemente esté dispuesto a avisar cuando los detecte para mantener a sus compañeros a salvo.



## Riesgos que no está visibles o que se olvidan

Es probable que el lugar donde trabaja haya establecido políticas para los riesgos principales, pero existen muchos problemas ocultos que aún pueden ponerlo en riesgo.

- **Iluminación:** una bombilla quemada puede ocultar los peligros en las sombras. Si bien usted no es responsable de solucionarlo, informe este riesgo de inmediato.
- **Temperatura:** planifique de antemano y vístase adecuadamente para las temperaturas que experimenta en el trabajo. Esté atento a otros riesgos posibles provocados por la temperatura, como el rocío matutino sobre el asfalto.
- **Calidad del aire:** de manera similar a lo que ocurre con la temperatura, asegúrese de que los extractores están funcionando.
- **Agotamiento:** esta es la causa principal de las lesiones laborales<sup>1</sup>. Informe todo estrés o tensión corporal provocada por levantar objetos pesados o hacer movimientos repetitivos, y hable con su supervisor para asegurarse de que está realizando estas tareas de manera segura.

Para obtener más consejos sobre aprender a identificar, eche un vistazo a la última investigación del Instituto Campbell en [thcampbellinstitute.org/research](https://thcampbellinstitute.org/research).

## Identificar los riesgos en el hogar

Pregúntese: ¿qué artículos de mi hogar que creo inofensivos podrían ser riesgosos en las manos equivocadas? Los opioides recetados, los productos de limpieza y otras sustancias potencialmente dañinas deben almacenarse en lugares altos y alejados, fuera del alcance de los niños y las mascotas. Las alfombras deben estar aseguradas, y se debe evitar el desorden en los pasillos. Si ve un problema, límpielo o repárelo de inmediato para proteger a sus seres queridos.

## Referencias

<sup>1</sup> Fuente: *Injury Facts*

<https://injuryfacts.nsc.org/work/work-overview/top-work-related-injury-causes/>