



MÁS DE LO QUE PARECE

POR KELLY TREVINO,
MS, LAT, ATC

No todos los peligros son fáciles de detectar. Podemos hacer un esfuerzo por ser más conscientes de los peligros que vemos, pero algunos tienden a ser un poco más elusivos. Algunos se esconden en el aire que respiramos, el suelo que pisamos o incluso los sonidos que nos rodean. Reconocer los peligros ambientales no solo tiene que ver con lo que vemos. También tiene que ver con lo que oímos, olemos y sentimos. Estos riesgos invisibles pueden afectar nuestra salud, el trabajo que hacemos y el entorno que nos rodea.

RIESGOS AMBIENTALES

Es posible que no siempre nos demos cuenta de los peligros ambientales hasta que empiezan a causar problemas. Algunos riesgos clave son:

- **Problemas de calidad del aire:** el polvo, las esporas de moho y los vapores químicos pueden irritar nuestros pulmones y afectar nuestra respiración. La mala calidad del aire y la ventilación se han relacionado con problemas respiratorios, por lo que es esencial una ventilación adecuada y un control del polvo.
- **Contaminación del agua:** los derrames, las fugas y las escorrentías pueden contaminar las fuentes de agua sin señales de advertencia visibles. La manipulación inadecuada de materiales puede introducir sustancias químicas en las vías fluviales locales, lo que afecta tanto a los trabajadores como a las comunidades circundantes.
- **Peligros del suelo:** el uso de equipos pesados puede erosionar el suelo y los sitios antiguos pueden contener contaminantes ocultos. Muchos lugares de trabajo se construyen sobre terrenos previamente contaminados, lo que significa que aún pueden estar presentes sustancias peligrosas bajo tierra.
- **Contaminación por ruido y olores:** la maquinaria ruidosa puede dañar la audición con el tiempo y los olores químicos fuertes pueden indicar peligros transmitidos por el aire.



EL DAÑO QUE SIGUE

Ignorar los riesgos ambientales puede afectar nuestra salud y seguridad:

- ⚠ Problemas respiratorios debido a la mala calidad del aire.
- ⚠ Dolores de cabeza y náuseas por exposición a sustancias químicas.
- ⚠ Daños auditivos por ruido prolongado.
- ⚠ Problemas inesperados en el lugar de trabajo, como suelo inestable o inundaciones.

LA PREVENCIÓN FAVORECE A LOS PREPARADOS

Los peligros ambientales no tienen por qué tomarnos por sorpresa. Mantenerse alerta, ser proactivo y responder puede marcar la diferencia.



- **Preste atención a lo invisible.** Si algo huele mal, suena demasiado fuerte o causa incomodidad, es una señal de que debe observar más de cerca.
- **Utilice medidas de protección.** Las máscaras, la protección auditiva y la ventilación ayudan a minimizar la exposición.
- **Controle el polvo y los residuos.** Controlar el polvo, los humos y los desechos ayuda a reducir los riesgos de exposición. Mantener las áreas de trabajo limpias reduce los peligros del aire.
- **Trabajar juntos.** Hablar de los posibles riesgos potenciales hace que el sitio sea más seguro para todos. Es importante informar estos peligros potenciales de inmediato. Alertar al equipo y a la administración del sitio ayuda a abordar los peligros antes de que se conviertan en problemas mayores, lo que mantiene protegidos tanto a los trabajadores como al lugar de trabajo.

Si utilizamos todos nuestros sentidos (no solo los ojos), podemos reconocer los riesgos antes de que afecten nuestra salud y seguridad. Cuando se trata de seguridad en el lugar de trabajo, siempre hay más de lo que parece, y la mejor manera de mantenerse a la vanguardia es mediante la concienciación, la acción y el trabajo en equipo. La prevención favorece a quienes están PREPARADOS, así que mantengámonos alerta y cuidémonos mutuamente.



Kelly Trevino, MS, LAT, ATC || Kelly ha estado practicando entrenamiento atlético desde 2018. En este momento vive en Rio Rancho, NM con su esposa, Shelby, y dos perros, Harvey y Storm. En su tiempo libre disfruta de los Legos, hacer ejercicio y dar paseos en su motocicleta.



Work Right está cambiando la forma en que las empresas ven los peligros en el lugar de trabajo. Nuestro enfoque es educar a la fuerza laboral para prevenir lesiones. Ofrecemos acceso a los Especialistas en Prevención de Lesiones en el lugar de trabajo para poder comunicar los primeros signos de malestar. Estamos cambiando la industria una compañía a la vez ayudando a una persona a la vez.