

5

minute safety talk



Eye Protection

A company might issue you tools, safety equipment, and some kind of protective clothing, but there is one thing that cannot be issued — a new set of eyes. If something happens to your eyes, there is no quick fix. Medical science can replace a lot of things on and in your body, but when your eyes are gone, they are gone forever.

Thousands of eye injuries occur in the workplace each year, warranting the need for total eye protection. Wearing the eye protection that your job or location requires is a simple way to keep your eyes safe.

Your eyes are delicate and very easy to damage. A hard blow is not necessary to cause injury. In fact, all it takes is a tiny sliver or speck of metal, a particle of dust, or trace of chemical to do a great deal of damage to your eyes.

If you are exposed to dust, acids, molten metals, grinding wheels, hazardous flashes — you need to take the proper precautions and protect your eyes. If you don't, it's possible to lose the precious gift of sight, meaning you may never see your wife, husband, or children again.

It is a good thing to remember that OSHA rules establish minimum standards for both employer and employee. Here is a portion of that standard. It deals with eye and face protection standards.

"The employer shall ensure that each affected employee uses eye or face protection when exposed to eye or face hazards from flying particles, molten metals, liquids, chemicals, acids or caustic liquids, chemical gases or vapors, or potentially injurious light radiation."

If you wear contact lenses, remember: a contact lens was not designed to provide eye protection. Also, it is a good idea to have a pair of prescription eyeglasses available in case you need to remove your contact lenses.

Many people consider getting a particle in the eye a simple inconvenience and wait for tears to wash the speck out. But contact wearers can find this a painful surprise that distracts them from whatever they are doing, and that can be dangerous. Sharp particles can scratch the cornea of the eye, leading to severe complications. When this happens, it is important to remove the lens immediately.

If discomfort persists after removing the lens, cleaning the lens with a sterile solution, flushing the eye with cool water, and re-inserting a lens, the wearer should seek medical attention immediately.

Prescription glasses and full goggles should replace contact lenses when you work with caustic solutions. If a caustic solution accidentally splashes in the eye, the contact wearer should first try to flush out the eye with cool water rather than take out the lens. Then, the contact should be removed and the eye again flushed. However, a cornea burn cannot occur if, when using harsh chemicals, the appropriate eye protection is worn — full goggles, not safety glasses with side shields.

Never try to remove a foreign matter, other than a contact lens, from your own eye. Also, never try to remove a foreign material from the eye of another worker. Playing doctor will probably make the condition worse. Get to the company medical department or a doctor right away for treatment of an eye problem.

If you use safety glasses, remember to take care of them so they can protect you when you need to be protected most. Here are a few tips:

1. Make sure your glasses fit. If they don't fit properly, you might be tempted not to wear them. If your safety glasses slip, seem crooked, or are too tight, take a few minutes and have them adjusted properly.
2. Keep your glasses clean. Dirty glasses lessen visibility. Wash them regularly with mild soap and water or eyeglass cleaner, then polish with a soft cloth or a tissue. Anti-dust and anti-fog sprays work well on both glass and plastic lenses.
3. Keep your glasses in a case when you are not using them. Pits, scratches, or other damage can result if you stick your glasses in a pocket or toss them in a tool box. Damage to lenses can lessen impact-resistance and, thus, provide less than full protection. Also, don't hang your goggles by the elastic band. This can stretch the band so it does not fit properly.

Once again, remember, you are on your last pair of eyes. OSHA and company rules demand the use of eye protection on certain jobs. Different jobs and locations require different kinds of eye protection. You all have been told what kind of eye protection you should wear, when you should wear it, and where you should wear it.

In the end, all the company does to protect your eyes will not be effective unless you cooperate. You are the only person who can make sure you wear the proper eye protection at the necessary and required times.

However, you should never neglect eye protection just because a specific job does not demand it. This is where you must use common sense and exercise good safety practices to provide yourself with that extra margin of safety for your eyes.

If there is ever any doubt in your mind about the eye protection needed on any job or in any location, consult your supervisor. Don't guess and possibly spend the rest of your life with the ultimate consequence of blindness.

5

minute safety talk



Protección ocular

Si bien la empresa podría proporcionar herramientas, equipos de seguridad y vestimenta de protección, hay algo que nunca podría suministrar: un nuevo par de ojos. Las lesiones oculares no se arreglan en forma inmediata. La medicina encuentra solución para reemplazar muchas cosas sobre y dentro de su cuerpo, pero la pérdida de los ojos es para siempre.

Los miles de lesiones oculares que se producen año tras año en circunstancias laborales justifican la necesidad de contar con normas de protección ocular integral. La forma más sencilla de mantener a salvo la visión consiste en el uso de la protección ocular requerida para cada trabajo o ambiente laboral en particular.

Los ojos son órganos sumamente delicados y se lesionan fácilmente. No hace falta recibir un golpe fuerte para que sufran una lesión. De hecho, basta una pequeña astilla, una partícula de metal o de polvo, o bien restos de algún producto químico para que se produzcan lesiones oculares severas.

Los empleados que se ven expuestos a partículas de polvo, ácidos, metales fundidos, máquinas pulidoras o chispazos peligrosos, deben tomar las medidas de prevención adecuadas a fin de evitar lesiones oculares. El incumplimiento de tales medidas expone al empleado a la pérdida del precioso don de la visión, con la consiguiente imposibilidad de volver a ver a su esposa, esposo o hijos.

Vale la pena recordar que la OSHA (Occupational Safety and Health Administration) establece las disposiciones mínimas que rigen tanto para los empleadores como para los empleados. A continuación, citamos parte de esa norma referida a la protección ocular y facial.

“El empleador debe asegurarse de que los empleados utilicen la debida protección toda vez que se vean expuestos a peligros de lesiones oculares o faciales producidas por el desprendimiento de partículas de polvo, metales fundidos, productos químicos líquidos, líquidos ácidos o cáusticos, gases o vapores químicos o a radiaciones luminosas que resulten potencialmente perjudiciales para la salud del empleado.”

Es importante que los usuarios de lentes de contacto recuerden que los lentes de contacto no fueron diseñadas para brindar protección ocular. Asimismo, vale la pena contar con un par de anteojos recetados adicionales a fin de poder utilizarlos en el caso de necesitar quitarse los lentes de contacto.

Muchas personas consideran que las partículas que entran por accidente en el ojo constituyen una simple molestia y esperan a que se enjuaguen por efecto de las lágrimas. Sin embargo, a los usuarios de lentes de contacto, la entrada de un cuerpo extraño en el ojo les causa una sorpresiva sensación de dolor que los distrae de todo aquello que estén realizando y que puede resultar peligrosa. Hay partículas filosas que pueden lastimar la córnea y derivar en complicaciones severas. Cuando ello ocurre, es importante quitarse la lente de inmediato.

Si la molestia persiste luego de quitarse la lente, lavarla con solución fisiológica, enjuagarse el ojo con agua fría, y volver a colocarse la lente, el usuario debería buscar asistencia médica en forma inmediata.

Cuando se trabaja con soluciones cáusticas, es conveniente reemplazar las lentes de contacto por anteojos recetados o gafas de protección absoluta. Si una solución cáustica salpicase el ojo por accidente, antes de quitarse la lente, el usuario debería intentar, antes de quitarse la lente, enjuagar el

ojo con agua fría. Luego, debería quitarse la lente y enjuagar nuevamente el ojo. No obstante, en trabajos con químicos fuertes, las quemaduras de córnea se evitan si el trabajador utiliza la debida protección, es decir, las gafas de protección absoluta, y no simplemente anteojos con protectores laterales.

Nunca intente retirar ningún cuerpo extraño de su propio ojo, salvo la lente de contacto. Tampoco intente quitar ningún cuerpo extraño del ojo de algún compañero de trabajo. Si trata de actuar en calidad de médico, con seguridad terminará por empeorar la situación. Diríjase de inmediato al servicio de atención médica de la empresa o bien a un médico para que le brinde el tratamiento ocular adecuado.

Si utiliza anteojos de protección, recuerde cuidarlos de manera que lo protejan como es debido en las situaciones que más lo requieran. A continuación, enumeramos algunos consejos útiles:

1. Asegúrese de utilizar el tamaño de anteojos adecuado. Si los anteojos no son del tamaño adecuado, es probable que se vea tentado a no utilizarlos. Si advierte que los anteojos de protección se le resbalan, le quedan torcidos o demasiado ajustados, tómese unos minutos para ajustarlos de manera adecuada.
2. Mantenga los anteojos limpios. Los anteojos sucios reducen la visibilidad. Lávelos con frecuencia utilizando agua y jabón suave o bien productos de limpieza especiales para anteojos; luego, séquelos con una tela suave o una servilleta de papel. El uso de los sprays que evitan la adhesión de polvo o permiten que el antejo no se empañe resulta adecuado tanto en anteojos como en lentes plásticas.
3. Guarde los anteojos en el estuche mientras no los utiliza. Si guarda los anteojos en el bolsillo o los deja en la caja de herramientas, es probable que terminen por sufrir marcas, rayaduras o cualquier otro tipo de daño. Los anteojos dañados son menos resistentes a los impactos y, por lo tanto, tienen un menor nivel de protección. Asimismo, no cuelgue los anteojos del cordón elástico, ya que éste terminará por estirarse y luego no le ajustará adecuadamente.

Recuerde una vez más que es el primer y último par de ojos con el que cuenta. Las normas de la OSHA y de la empresa obligan a utilizar protección ocular para determinados trabajos. El tipo de protección ocular varía de acuerdo con el lugar y el tipo de trabajo que se realice. Se ha informado a todo el personal acerca del tipo de protección ocular que debe utilizar, así como de las situaciones y los lugares en los que debe hacerlo.

En definitiva, todo lo que la empresa realiza para proteger su visión sólo surtirá efecto si usted coopera. Es el único que puede estar seguro de estar utilizando la protección ocular adecuada en el momento necesario.

Sin embargo, nunca debería dejar de utilizar protección ocular en los trabajos que no lo requieran. Es en tales casos donde debe poner en práctica su sentido común y las pautas de prevención adecuadas a fin de contar con un margen extra de seguridad para sus ojos.

Ante el mínimo margen de duda acerca del uso de protección ocular requerido para un trabajo o lugar determinado, no deje de consultar a su supervisor. No adivine, porque es posible que termine sufriendo las consecuencias de la ceguera por el resto de su vida.