

Safety SOLUTIONS *Checklist for Safe Practices*

Tips on Using Your Cell Phone Safely

Cell phones are an important part of many of our jobs, and are a great way to communicate off the job as well. Yet the Harvard Center for Risk Analysis estimates that 330,000 injuries and 2,600 deaths occur in the United States each year due to drivers talking on their cell phones. And a growing number of other studies indicate that cell phone use while driving can reduce reaction time and affect a person's ability to safely operate a motor vehicle. This English/Spanish checklist can be used by crew leaders to help workers safely use a cell phone.

- The use of cell phones is becoming more and more common, both on and off the job.
- Cell phones are especially helpful when emergency assistance is needed because they enable you to call 911 or another emergency number without leaving the accident scene.
- Cell phones also help those of us who spend a lot of time on the road traveling from job to job to communicate with supervisors or co-workers before reaching the next job site.
- Yet cell phones can lead to serious trouble. Workers and their employers have been sued for millions of dollars after drivers distracted by cell phone conversations have struck and killed teenagers, elderly people and others.
- There are certain cell phone safety rules you should follow. These are:

- Never use a cell phone when you are operating hazardous equipment, such as a chain saw, or when you are carrying a knife or other sharp tool.
- Don't use a cell phone while driving when weather or road conditions are poor unless you need to phone for emergency help.
- Avoid emotional or stressful conversations. They can distract you from what you are doing.
- Keep your cell phone conversations as brief as possible.
- Know that it's best not to use a cell phone at all when driving, unless you need to call for emergency help.
- Also know that some cities, counties and states have passed laws making it illegal to use a cell phone while driving. Check with your supervisor to find out if any of these are in effect in areas where you drive.
- Be aware that recent studies show that the reaction time of a 20-year-old driver using a cell phone is as slow as that of a 70-year-old driver who is not talking on a cell phone.
- Be on the lookout at *all* times when you are driving for brake lights of the vehicle in front of you, potential dangers on the side (such as sudden passing), and your speed.

Barbara Mulhern, Safety Specialist
Ph: (608) 848-3758 E-mail:
barbmulhern@landcarenetwork.org

PROFESSIONAL LANDCARE NETWORK
(800) 395-2522 fax: (703) 736-9668
Web site: landcarenetwork.org
Copyright April 2005

SOLUCIONES DE SEGURIDAD

Lista de control para el desempeño seguro de sus actividades

DATOS PARA EL USO SEGURO DEL TELEFONO CELULAR

Los teléfonos celulares son una parte importante de nuestras labores diarias y también constituyen una excelente forma de comunicación fuera de la actividad laboral. Aún así, el Centro Harvard de Análisis de Riesgo (Harvard Center for Risk Analysis), calcula que en los Estados Unidos se dan aproximadamente 330.000 casos de personas lesionadas y ocurren 2.600 muertes por año, como resultado de conversaciones de conductores a través de sus teléfonos celulares. La lista de control en español e inglés, puede ser utilizada por coordinadores de cuadrillas con la finalidad de ayudar a los miembros de su cuadrilla a utilizar de manera segura el teléfono celular.

- El uso de teléfonos celulares es cada vez más común tanto fuera como dentro del lugar de trabajo.
- Los teléfonos celulares son especialmente útiles en casos de emergencia o cuando se necesita ayuda, porque le permite a la persona llamar al número 911 o a cualquier otro número de emergencia, sin abandonar el lugar del accidente.
- Los teléfonos celulares también son útiles para las personas que pasan mucho tiempo en las carreteras viajando de un lugar de trabajo a otro, para comunicarse con los supervisores o compañeros de trabajo antes de llegar al lugar de la próxima obra.
- Aún así, los teléfonos celulares pueden ocasionar serios problemas. Trabajadores y patronos por igual, han sido demandados por millones de dólares después de que conductores distraídos en conversaciones por

teléfonos celulares arrollaron o mataron a jóvenes, ancianos y a otras personas.

- Existen ciertas normas de seguridad en el uso de los teléfonos celulares que debemos observar y éstas son las siguientes:
- Nunca utilice el teléfono celular cuando opere equipos peligrosos como sierras eléctricas o cuando porte un cuchillo u otra herramienta afilada.
- No utilice el teléfono celular mientras maneje un vehículo automotor, bien sea en condiciones de mal tiempo o sobre vías en malas condiciones, a menos que usted necesite el teléfono para pedir ayuda de emergencia.
- Evite conversaciones cargadas de emoción o de tensión que pueden distraerlo de lo que está haciendo.
- Sea lo más breve posible en sus conversaciones a través del teléfono celular.
- Sepa que es lo mejor es no utilizar el teléfono en ningún momento mientras conduce un vehículo automotor, a menos que necesite hacer una llamada de emergencia para pedir ayuda.
- Sepa también que algunas ciudades, condados y estados han aprobado leyes que hacen ilegal el uso de teléfonos celulares mientras se conduce un vehículo automotor. Verifique con su supervisor si algunas de estas leyes están vigentes en las zonas donde usted maneja.
- Entérese sobre los estudios de investigación más recientes que indican que el tiempo de reacción de un conductor de 20 años de edad que utiliza un teléfono celular es tan retardado como el de un conductor de 70 años que no está hablando por teléfono celular.