



## Gestión de multitudes para trabajadores de comercios minoristas

Es época de las fiestas y para los minoristas las multitudes son buenas noticias. Sin embargo, las situaciones de multitudes también pueden conducir a problemas de seguridad. Si trabaja en un comercio minorista, asegúrese de estar preparado.

### Para gerentes o propietarios de pequeñas tiendas:

- ➔ Planifique con anticipación y contrate suficiente personal antes del incremento que viene con las fiestas.
- ➔ Ajuste los niveles de personal durante las horas pico de compras y eventos especiales de ventas, como el Viernes Negro.
- ➔ Capacite a los asociados de ventas sobre cómo manejar multitudes, manejar conflictos y hacer cumplir la seguridad.
- ➔ Contrate seguridad adicional sobre la base de las multitudes anticipadas (consulte los datos históricos).
- ➔ Establezca filas utilizando barreras, líneas con cuerdas o líneas marcadas en los pisos. Asegúrese de que las filas tengan un número adecuado de interrupciones y giros para reducir el riesgo de que los clientes se adelanten.
- ➔ Proporcione carteles legibles y visibles.
- ➔ Coloque los artículos en oferta en diferentes partes de la tienda y lejos de los cajeros para evitar un atasco en un solo lugar.
- ➔ Asegúrese de que las entradas se controlen para evitar aglomeraciones y proporcionar una entrada segura para las personas con discapacidades.



### Para los asociados de la tienda:

- ➔ Asegúrense de estar entrenados para situaciones de multitudes.
- ➔ Prepárense antes de que las puertas se abran.
- ➔ Pongan artículos en oferta en diferentes lugares si son responsables de las exhibiciones para que las multitudes se dispersen.
- ➔ Nunca bloqueen las puertas de salida.
- ➔ Verifiquen con frecuencia para asegurarse de que los pasillos estén despejados y no desordenados.
- ➔ Coloquen los números de emergencia frente a ustedes en las cajas registradoras.
- ➔ En emergencias, sigan las instrucciones del personal de emergencias.

La Semana nacional de prevención de conductores somnolientos se celebra del 5 al 11 de noviembre.

## Conducir fatigado: ¡No lo haga!



Cuando está fatigado, esto puede afectar su juicio, el tiempo de reacción, la concentración y la conciencia de los peligros, todo lo cual es particularmente peligroso cuando se trata de conducir. Según el último Estudio de la Fundación AAA para la Seguridad Vial, el conducir somnoliento es responsable de más de 300,000 accidentes, más de 100,000 lesiones y 6,400 muertes anualmente. El conducir después de estar despierto por más de 20 horas es similar a conducir con un nivel de alcohol en la sangre del 0.08%, el límite legal en los EE.UU. Si le cuesta mantener los ojos abiertos, está bostezando con frecuencia, se está quedando dormido, no ve las señales o salidas, se desvía de los carriles o tiene dificultad para mantener la velocidad, eso es una señal para dejar de conducir. La mejor manera de prevenir accidentes cuando se está somnoliento es dormir lo suficiente la noche anterior y usar medicamentos que no causen somnolencia.

### Otros consejos incluyen:

- Encuentre un lugar seguro** para detenerse para una siesta rápida de 10 minutos si se siente fatigado.
- Busque ayuda** si tiene problemas para dormir. Los expertos en sueño recomiendan dormir al menos de siete a nueve horas cada noche.
- Únase** u organice un grupo de personas que compartan un vehículo.
- Utilice el aire acondicionado** o abra una ventana para que entre aire fresco durante un viaje largo para despertar los sentidos.
- Suba el volumen de la música.** Escuche música animada mientras conduce.
- Planifique con anticipación.** Intente planificar su viaje para cuando normalmente esté más alerta.
- No beba alcohol** ni use drogas antes de conducir.
- Tome bebidas con cafeína** antes de conducir, pero sepa que no tendrán efecto durante un viaje largo si está somnoliento.

## LA ESQUINA DE LA SEGURIDAD: Seguridad de las baterías de litio

¿Sabía que las baterías de litio pueden sobrecalentarse y liberar gases tóxicos, así como causar incendios y explosiones? Siga estas pautas para evitar que ocurra un desastre:

**Siga** las pautas de los fabricantes cuando cargue baterías de litio.

**Deje** de cargarlas una vez que la batería esté completamente cargada. Use solo el cargador que vino con su dispositivo.

**No** cargue su dispositivo en una superficie blanda, como su cama, sofá o almohada.

**Mantenga** las baterías y dispositivos a temperatura ambiente si es posible.

**Deje** de usar el dispositivo si muestra signos de daño en la batería, como olor inusual, cambio de color o forma y fugas o ruidos extraños.

**Guarde** las baterías lejos de artículos inflamables.

**Recicle** las baterías usadas. Para encontrar un reciclador cerca de usted, comuníquese con su agencia municipal de desechos. Nunca ponga baterías de litio en la basura.

**No** deje que las baterías desechadas se acumulen en el mismo lugar.



# El momento del pavo

Para millones de estadounidenses, el Día de Acción de Gracias es sinónimo de pavo y relleno. Nada interrumpe el estado de ánimo festivo más rápido que las enfermedades transmitidas por los alimentos.

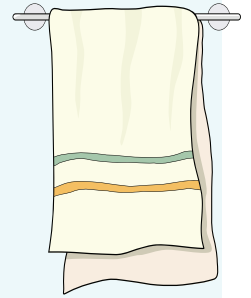
## Disfrute de su cena de manera segura de cinco maneras:

- 1 Lávese las manos y todas las superficies antes, durante y después de la preparación de las comidas. No provoque contaminación cruzada. Use tablas de cortar, cuchillos y utensilios separados al preparar carnes y verduras.
- 2 No descongele su pavo en el mostrador de la cocina. El dejar cualquier carne o ave fuera por más de dos horas es peligroso porque las bacterias perjudiciales comienzan a acumularse. Las bacterias transmitidas por los alimentos pueden multiplicarse rápidamente cuando la temperatura de los alimentos está entre 40°F y 140°F. En su lugar, descongele el pavo en el refrigerador, dejando 24 horas por cada cuatro a cinco libras. El pavo estará seguro por uno o dos días después de descongelado. También puede descongelar el pavo en agua fría usando la regla de 30 minutos por libra. Cambie el agua cada media hora. **Importante:** Deje el pavo en su envoltorio original y cocínelo inmediatamente después de descongelarlo.
- 3 No cocine el pavo durante la noche a una temperatura baja. No es seguro cocinar ninguna carne a una temperatura inferior a 325°F. Además, asegúrese de que su pavo alcance una temperatura interna de 165°F antes de servirlo. **Precaución:** No confíe en el indicador que salta. Siempre use un termómetro para alimentos para asegurarse de que su pavo ha alcanzado los 165°F.
- 4 Nunca rellene un pavo con anticipación, por ejemplo, una hora o la noche antes de cocinarlo. Una vez que rellene el pavo ligeramente, cocínelo inmediatamente a 325°F. **Nota:** Un pavo relleno puede tardar un 50% más en cocinarse.
- 5 Guarde las sobras inmediatamente después de su comida en recipientes herméticos. Las sobras no durarán más de cuatro días.



## Cuide sus toallas

Una vez que se ha duchado, está limpio, así que ¿por qué molestarse en cambiar su toalla de baño a menudo? Según The Cleveland Clinic, debería cambiar la toalla cada semana (o antes) porque las bacterias, las células cutáneas muertas y el aceite de su piel pueden comenzar a acumularse y su riesgo de infecciones de la piel puede aumentar.



### Otros factores que también pueden contribuir a cuándo usar una nueva toalla incluyen:

- ✓ Si vive en una zona húmeda. Dado que la toalla tardará más en secarse, las bacterias pueden tener una ventaja para crecer.
- ✓ Si su toalla huele o se ve sucia. Esto puede suceder rápidamente si se ducha en el gimnasio y deja una toalla húmeda en su bolsa del gimnasio. En ese caso, cámbiela a diario.
- ✓ Si suda mucho.
- ✓ Si tiene una toalla de felpa de algodón tradicional. Las toallas de trama gofrada pueden permanecer frescas más tiempo.
- ✓ Si fuma, tiene mascotas (caspa) o vive en un ambiente contaminado.

**Sugerencia:** Siempre cuelgue una toalla húmeda extendida en una barra de toallas para que se seque más rápido y por completo entre usos.

# 5 maneras de evitar las estafas de cobro de peaje atrasado

Si **viaja por carretera, lo más probable es que conduzca en carreteras de peaje**. Los estafadores han estado enviando “cargos de peaje atrasados” a través de mensajes de texto. Los estafadores dicen que para evitar tarifas, debe hacer clic en un enlace, lo que es una estafa de phishing para obtener su información privada. Los estafadores usan este truco para acceder a su número de licencia, tarjeta de crédito y dirección, sin mencionar el dinero que pierde pagando los cargos “vencidos”.

## A continuación mencionamos cinco maneras de ayudar a evitar ser estafado:

1. Consulte con la agencia de peaje de su estado antes de hacer clic en cualquier enlace. Utilice la información del sitio web oficial de la agencia, no la información en el mensaje de texto, para comunicarse con ellos.
2. No responda a correos electrónicos o mensajes de texto. No responda incluso si le piden que envíe un mensaje de texto con la palabra STOP para poner fin a los mensajes o que haga clic en cancelar la suscripción. Borre el mensaje sin involucrarse.
3. Siempre consulte con la agencia de peaje si tiene preguntas sobre algún cargo.
4. Reporte un posible fraude usando la opción **Reportar correo basura** en su teléfono o reenvíe el mensaje a 7726 (SPAM).
5. Notifique a la FTC en [reportfraud.ftc.gov](https://reportfraud.ftc.gov).



11.2024