Fall Protection Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Se entiende por trabajo en altura cualquier trabajo en el que una persona pueda caer una distancia y resultar herida. Este caso puede incluir, por ejemplo, la caída desde una escalera de mano, desde un tejado o a través de un agujero no protegido en el suelo o en el piso. La protección contra caídas también puede ser necesaria cuando se trabaja por encima de un tanque, contenedor, tolva o cuba abiertas.

CUÁL ES EL PELIGRO

CAÍDAS EN EL LUGAR DE TRABAJO – CAUSAS

La OSHA exige que se proporcione protección contra caídas a una altura de cuatro pies en los lugares de trabajo de la industria general, cinco pies en los astilleros, seis pies en la industria de la construcción y ocho pies en las operaciones de estiba. Además, la OSHA exige que se proporcione protección contra caídas cuando se trabaja sobre equipos y maquinaria peligrosos, independientemente de la distancia de caída.

LOS TRABAJADORES SE CAEN A PESAR DE LOS ESFUERZOS DE PREVENCIÓN

- Bordes de ataque no protegidos
- Agujeros abiertos
- Barandillas inadecuadas o ausentes
- Equipamiento dañado (escaleras, escaleras, equipos de seguridad, etc.)
- Cambios de elevación no señalizados
- Existen condiciones de trabajo tales como una iluminación deficiente, superficies resbaladizas para caminar y prácticas de limpieza deficientes
- El equipo de protección contra caídas no está disponible, no se utiliza o se usa mal
- Las prácticas de trabajo son deficientes debido a procedimientos de trabajo poco claros, a la falta de formación de los trabajadores y a que éstos se apresuran y toman atajos para cumplir los plazos.

COMO PROTEGERSE

MEJORES PRÁCTICAS PARA EVITAR LAS CAÍDAS EN EL LUGAR DE TRABAJO

- La mejor manera de evitar las caídas es, en primer lugar, eliminar las tareas laborales que requieren trabajar en altura. La eliminación no siempre es posible, por lo que hay que mitigar el riesgo de caídas mediante medidas de protección.
- Los controles de ingeniería, como las barreras físicas y las barandillas, son dos sistemas de prevención de caídas que resultan eficaces para evitar las caídas en altura.
- El uso de un sistema de detención de caídas adecuado, como un arnés de cuerpo entero, una cuerda de seguridad autorretráctil y un punto de anclaje aprobado con un amarre del 100%, es otra forma de prevenir o mitigar las consecuencias de una caída.
- Uso adecuado de las escaleras. Esto incluye utilizar tres puntos de contacto al subir, no inclinarse hacia un lado mientras se está en la escalera, colocar la escalera en el ángulo adecuado, asegurar la escalera, etc.
- La limpieza adecuada de las zonas de trabajo es importante para prevenir las caídas al mismo nivel y las caídas en altura.
- Señales de advertencia y otros métodos para comunicar los riesgos de caída a los trabajadores cercanos.

PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS DE LA OSHA PARA LOS TRABAJADORES

La protección eficaz contra las caídas se presenta en dos formas básicas: los sistemas de retención de caídas y los sistemas de detención de caídas.

Barandillas y pasamanos

- Las barandillas deben incluir barandillas superiores, barandillas intermedias y postes, y deben tener una altura de 42 pulgadas.
- Las barandillas de las escaleras deben estar firmemente sujetas o montadas en una pared o tabique, y deben estar entre 30 y 34 pulgadas por encima de la superficie.

Tablas de pie

- Deben ser barreras en la base del área de trabajo, y evitar que las herramientas se caigan o que los pies de los empleados resbalen sobre un borde.
- Deben tener al menos cuatro pulgadas de altura, estar firmemente fijados en su lugar y tener un espacio libre de no más de 1/4 de pulgada por encima del nivel del suelo.

Arnés de cuerpo entero o de pecho

- Mantiene al empleado suspendido en caso de caída
- Los cinturones corporales, que funcionan junto con los arneses, no se consideran por sí mismos aceptables como parte de un sistema personal de detención de caídas en la industria de la construcción y sólo deben utilizarse para el posicionamiento.

Red de seguridad

- Puede utilizarse hasta una distancia de 25 pies por debajo de la superficie de trabajo
- Especialmente útil en las obras de construcción

Andamios adecuados

- Cuando los andamios están al menos a 10 pies por encima del nivel inferior, una persona competente debe determinar la viabilidad y los requisitos de seguridad para proporcionar protección contra caídas a los empleados que construyen o desmontan andamios
- Los elevadores de tijera se consideran andamios y requieren protección contra caídas cuando están al menos a 3 metros del suelo; sin embargo, la mayoría de los elevadores de tijera están equipados con barandillas, lo que satisface el requisito de protección contra caídas de la OSHA.
- Al trabajar en andamios suspendidos, los empleados deben estar atados a un punto de anclaje o utilizar un sistema de protección contra caídas que no esté conectado al andamio.

FORMACIÓN, FORMACIÓN, FORMACIÓN

Sin una formación adecuada y oportuna, tanto al inicio del empleo como en los programas de actualización, todas las palabras de precaución y prevención de los peligros y riesgos de caída quedarán sin respuesta.

Todos los empleados nuevos y actuales deben recibir instrucciones sobre el uso adecuado de los dispositivos de protección contra caídas antes de empezar a trabajar. Antes de permitir que los empleados entren en áreas donde existen peligros de caídas, todos los empleados también deben recibir formación sobre los requisitos del plan de protección contra caídas.

CONCLUSIÓN

Hay muchos factores que pueden causar o contribuir a que se produzca una caída en el lugar de trabajo. Unas condiciones inseguras junto con acciones inseguras de los trabajadores mientras trabajan en altura son una receta para el desastre.