Longshoring Safety Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los estibadores son personas empleadas en industrias marítimas, como la carga y descarga de mercancías en buques, la manipulación de contenedores y el manejo de maquinaria en puertos y astilleros. Mantener la seguridad es de vital importancia para proteger el bienestar de estos trabajadores y evitar accidentes y lesiones.

CUÁL ES EL PELIGRO

LAS OPERACIONES DE ESTIBA SUPONEN PELIGROS Y RIESGOS POTENCIALES PARA LOS TRABAJADORES

La estiba requiere el uso de maquinaria pesada, como grúas, carretillas elevadoras y equipos de manipulación de cargas. Los trabajadores pueden correr el riesgo de ser golpeados, atrapados o aplastados por maquinaria en movimiento, lo que puede provocar lesiones graves o incluso la muerte.

Los estibadores pueden tener que trabajar en altura, por ejemplo, en cubiertas de buques, contenedores o plataformas elevadas. Sin sistemas de protección anticaídas adecuados, los trabajadores corren el riesgo de caerse desde las alturas, lo que puede provocar lesiones graves o incluso la muerte. Las superficies resbaladizas, los terrenos irregulares y las condiciones meteorológicas adversas pueden aumentar aún más el riesgo de caídas.

Los estibadores son responsables de la carga y descarga de mercancías, incluidos contenedores, materiales a granel y artículos pesados. Las cargas mal sujetas o desequilibradas pueden desplazarse o caer, lo que supone un riesgo importante para los trabajadores que se encuentren cerca.

Las operaciones de estiba implican a menudo la manipulación de materiales peligrosos, como productos químicos, sustancias inflamables y materiales tóxicos. Sin los protocolos de seguridad adecuados, los trabajadores se enfrentan al riesgo de quemaduras químicas, inhalación de humos tóxicos o contaminación, que pueden provocar problemas de salud agudos o crónicos.

Algunas zonas de los buques, contenedores o instalaciones de almacenamiento pueden ser espacios confinados que presentan peligros específicos. La falta de

ventilación adecuada y de procedimientos de rescate aumenta la probabilidad de accidentes en espacios confinados.

Las operaciones de estiba se llevan a cabo en condiciones de temperaturas extremas, vientos fuertes, lluvia y mar gruesa. Estas condiciones afectan a la seguridad general del entorno de trabajo.

Los estibadores pueden estar expuestos a diversos riesgos ergonómicos debidos a tareas repetitivas, levantamiento de cargas pesadas, posturas forzadas y permanencia prolongada de pie. Estos factores pueden contribuir a la aparición de trastornos musculoesqueléticos, como lesiones de espalda, distensiones, esguinces y dolor crónico.

Las operaciones de estiba generan una exposición prolongada a niveles de ruido excesivos que pueden provocar pérdida de audición y otros problemas auditivos. Las vibraciones de los equipos pueden causar el síndrome de vibración mano-brazo, que provoca problemas circulatorios y daños nerviosos.

Los estibadores interactúan con sistemas y equipos eléctricos, como líneas de alta tensión, cuadros eléctricos y maquinaria. La manipulación incorrecta de los componentes eléctricos o el incumplimiento de los protocolos de seguridad pueden provocar descargas eléctricas, quemaduras o electrocución.

Las operaciones portuarias suelen implicar horarios de trabajo exigentes, turnos largos y jornadas irregulares. La fatiga y el estrés pueden afectar a la concentración, la capacidad de toma de decisiones y la coordinación física, aumentando la probabilidad de accidentes.

COMO PROTEGERSE

MEDIDAS CLAVE PARA GARANTIZAR LA SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES EN OPERACIONES DE ENTIBACIÓN LARGA

Recibir la capacitación adecuada: Capacítese a fondo sobre las operaciones de entibación larga, incluido el funcionamiento de los equipos, la manipulación de la carga y los protocolos de seguridad. Familiarícese con los peligros específicos asociados a su trabajo y aprenda a identificar y mitigar los riesgos de forma eficaz. Manténgase al día sobre los nuevos requisitos de capacitación o las mejores prácticas del sector.

Utilice equipos de protección individual (EPP): Lleve siempre el equipo de protección individual adecuado para las tareas que esté realizando. Esto puede incluir cascos, gafas de seguridad, chalecos de alta visibilidad, botas con puntera de acero, guantes y protección respiratoria. Utilice correctamente el EPP designado y asegúrese de que está en buenas condiciones.

Siga prácticas de trabajo seguras: Cumpla las prácticas de trabajo seguras y los procedimientos operativos estándar establecidos para las operaciones de deslocalización de larga duración. Esto incluye utilizar técnicas de elevación adecuadas, asegurar las cargas correctamente, mantener una comunicación clara con los compañeros de trabajo y seguir los protocolos de seguridad establecidos para tareas específicas. Evite tomar atajos o adoptar comportamientos inseguros.

Utilice sistemas de protección contra caídas: Si trabaja en altura o en zonas con riesgo de caídas, utilice equipos de protección anticaídas, como arneses de

seguridad, cuerdas de seguridad y líneas de vida. Asegúrese de que el equipo esté bien colocado, se inspeccione periódicamente y esté en buenas condiciones de funcionamiento. Siga los procedimientos adecuados para asegurar y anclar los sistemas de protección contra caídas.

Asegure las cargas y evite la caída de objetos: Asegúrese de que la carga y el equipo están correctamente sujetos para evitar desplazamientos o caídas durante el transporte o la manipulación. Utilice equipos de aparejo adecuados, como eslingas y cadenas, para asegurar las cargas. Manténgase alejado de las cargas suspendidas y a una distancia segura de las zonas donde puedan caer objetos.

Manipule los materiales de forma segura: Cuando manipule cargas o equipos manualmente, utilice técnicas de elevación adecuadas para minimizar el riesgo de distensiones, esguinces y otras lesiones musculoesqueléticas. Flexione las rodillas, levante con las piernas y evite las torsiones o los sobreesfuerzos. Busque ayuda o utilice ayudas mecánicas cuando tenga que manipular cargas pesadas o incómodas.

Tenga cuidado con los espacios confinados: Si entra en espacios confinados, asegúrese de que se siguen los protocolos adecuados. Esto incluye una ventilación adecuada, pruebas de gases peligrosos y el uso de equipos de protección individual adecuados. No entre nunca en un espacio confinado sin la capacitación, el equipo y un plan de comunicación y rescate eficaces.

Informe de peligros e incidentes: Sea proactivo a la hora de identificar y notificar peligros potenciales, condiciones inseguras o casi accidentes. Informe inmediatamente a su supervisor de cualquier incidente, lesión o problema de seguridad.

Dé prioridad a la comunicación: Mantenga una comunicación clara y eficaz con sus compañeros de trabajo, supervisores y demás personal implicado en las operaciones de deslocalización a largo plazo. Discuta las tareas asignadas, los problemas de seguridad y los peligros potenciales antes de iniciar cualquier tarea. Utilice señales manuales, radios u otros dispositivos de comunicación para garantizar una comunicación eficaz, especialmente en entornos ruidosos o concurridos.

Dé prioridad al bienestar físico y mental: Cuide su bienestar general para mejorar su capacidad de trabajar con seguridad. Descanse lo suficiente, coma alimentos equilibrados y manténgase hidratado. Preste atención a los signos de fatiga y estrés.

CONCLUSIÓN

Dar prioridad a la seguridad en la estiba no sólo minimiza los riesgos y garantiza el cumplimiento, sino que también mejora la productividad, mantiene una reputación positiva y fomenta un entorno de trabajo más saludable y eficiente para todos los implicados en las operaciones de estiba.