Safe Work Practices for Carpet Layers – Spanish



INTRODUCCIÓN

Las alfombras que se instalan en viviendas y edificios pueden mejorar la apariencia de un espacio, ofrecer comodidad a sus ocupantes y agregar aislamiento térmico. Si usted es un instalador de alfombras, podría estar expuesto a riesgos en el proceso de instalación. Si usted está consciente de los riesgos y toma las precauciones apropiadas para reducir al mínimo sus riesgos, puede sentar las bases para una larga y fructífera carrera en la instalación de alfombras.

PROTEJA SU COLUMNA

La instalación de alfombras puede ser físicamente rigurosa, especialmente en su espalda. Asegúrese de que su cuerpo esté caliente y listo para realizar el trabajo del día, descansando lo suficiente, alimentándose correctamente y haciendo algunos ejercicios sencillos de estiramiento:

- Aplique las técnicas apropiadas para levantar objetos pesados.
- Obtenga ayuda para manipular las cargas pesadas o difíciles de cargar.
- Use equipos protectores de la columna, como las perchas eléctricas para estiramiento.
- Tome descansos periódicos.

PROTEJA SUS RODILLAS

Una gran parte de la instalación de alfombras involucra el uso de las rodillas. Evite las lesiones en las rodillas causadas por arrodillarse continuamente o sobre contrapisos duros y golpes repetitivos con la rodilla para estirar las alfombras o para enganchar las tiras con tachuelas, enfocándose en buenas prácticas ergonómicas de trabajo.

- Use rodilleras para reducir el esfuerzo por contacto y evitar pinchazos por las regletas de tachuelas, irregularidades en el piso y otros bordes filosos.
- Levántese y recupérese lentamente después de estar arrodillado durante períodos prolongados.

- Use herramientas de ayuda para la actividad tales como estiradores de alfombras accionados manualmente o con el brazo.
- Rote las actividades de instalación.

MANIPULE PRODUCTOS QUÍMICOS CON CAUTELA

Algunas alfombras, debido a su contenido o tratamiento, pueden requerir manipulación especial para evitar exposiciones perjudiciales para la salud. Asegúrese de conocer las instrucciones de mezclado y manipulación recomendadas para el producto y el equipo de protección individual (PPE) requerido para el uso seguro.

- Revise las hojas de datos de seguridad (SDS) para la alfombra o el producto.
- Siga las instrucciones de seguridad al utilizar adhesivos y pegamentos para alfombras o acolchados.
- Asegúrese de que el área de trabajo esté debidamente ventilada.
- Cuando sea necesario, use los respiradores recomendados.

USE EQUIPO DE PROTECCIÓN

El PPE puede ayudarle a prevenir cortaduras, pinchazos y lesiones por quemaduras causadas por regletas de tachuelas filosas, materiales de costura, grapas, y cintas de calor o planchas para alfombras.

- Use calzado, guantes y ropa recomendados para protegerse contra las herramientas filosas o de corte y contra las planchas calientes.
- Use protección ocular para evitar que desechos lanzados al aire y objetos puntiagudos penetren en el ojo.
- Asegúrese de que las herramientas de corte estén afiladas y en buenas condiciones de funcionamiento.
- Use rodilleras para proteger sus rodillas.

Asegúrese de cubrir todas las áreas de seguridad en la instalación de alfombras mediante el aprendizaje y seguimiento de las prácticas de trabajo recomendadas.