Selecting Hand Tools – Spanish

Los Riesgos

Usar la herramienta equivocada o usar una herramienta incorrectamente puede causar lesiones ergonómicas debilitantes. El riesgo de lesiones aumenta cuando los trabajadores están expuestos con frecuencia a posturas incómodas, presión por contacto o agarre con pellizcos. Con el tiempo, la exposición a posturas incómodas o a presiones de contacto perjudiciales puede contribuir a una lesión.

Sé un mejor supervisor

Las herramientas manuales que se ajustan a las manos de un trabajador y al trabajo que realiza pueden reducir el riesgo de lesiones. **Aquí hay 11 consejos para la selección de herramientas manuales para compartir con sus empleados.**

- Para las herramientas de una sola mano utilizadas para tareas eléctricas: Seleccione una herramienta que se sienta cómoda con un diámetro de mango en el rango de 1 1/4 pulgadas a 2 pulgadas. Puede aumentar el diámetro agregando una funda al mango. El mango de potencia proporciona la máxima potencia de mano para tareas de alta fuerza. Todos los dedos se enrollan alrededor del mango.

- Para herramientas de una sola mano usadas para tareas de precisión: Seleccione una herramienta con un diámetro de mango de 1/4 de pulgada a 1/2 pulgada.
- Para herramientas de doble mango (tipo alicate) utilizadas para tareas de energía: Seleccione una herramienta con una amplitud de agarre que sea de al menos 2 pulgadas cuando esté completamente cerrada y no más de 3 1/2 pulgadas cuando esté completamente abierta. Cuando se requiera una fuerza continua, considere el uso de una pinza, un agarre o una pinza de bloqueo.

Tensión de agarre abierto

Tensión de agarre cerrado

- Para herramientas de doble mango (tipo alicate) utilizadas para tareas de precisión: Seleccione una herramienta con una extensión de agarre que no sea menor de 1 pulgada cuando esté completamente cerrada y no más de 3 pulgadas cuando esté completamente abierta.
- Para herramientas de doble mango para pellizcar, agarrar o cortar: Seleccione una herramienta con mangos que tengan resortes para devolver los mangos a la posición abierta.
- Seleccione una herramienta sin bordes afilados o ranuras para los dedos en el mango.

NO

SI

- Seleccione una herramienta que esté revestida de material blando. Añadiendo un manguito al mango de la herramienta, se mejora la superficie pero también se aumenta el diámetro o la extensión del mango.
- Seleccione una herramienta con un ángulo que le permita trabajar con la muñeca recta. Los mangos curvados son mejores que los rectos cuando se aplica la fuerza horizontalmente (en la misma dirección que el antebrazo y la muñeca rectos). Los mangos rectos son mejores que los mangos curvados cuando se aplica la fuerza verticalmente.

NO

SI

- Seleccione una herramienta que pueda ser usada con su mano dominante o con cualquiera de las dos manos.
- Para tareas que requieren mucha fuerza: Seleccione una herramienta con un mango más largo que la parte más ancha de su mano – generalmente de 4 a 6 pulgadas. Evite la presión de contacto asegurándose de que el extremo del mango no presione los nervios y vasos sanguíneos de la palma de su mano. Si el mango es demasiado corto, el extremo presionará contra la palma de la mano y puede causar una lesión.

- Seleccione una herramienta que tenga una superficie antideslizante para un mejor agarre. Al agregar una funda a la herramienta se mejora la textura de la superficie del mango. Para evitar que la herramienta se deslice dentro de la funda, asegúrese de que la funda se ajuste bien durante el uso.

Véase la lista de control ergonómico para la selección de las herramientas manuales.

https://choosehandsafety.com/sites/default/files/docs/NIOSH_guide_to_selecting_hand_tools.pdf