Work Safely with Concrete and Cement Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El hormigón es un material de construcción común que puede utilizarse de diversas maneras. Suele fabricarse combinando cemento, arena, áridos (pequeñas piedras) y agua. Cuando estos materiales se mezclan en las cantidades correctas y se refuerzan añadiendo barras de refuerzo, hilos de fibra de vidrio o varillas de plástico, el hormigón puede utilizarse para construir carreteras, puentes, edificios, fosas sépticas, suelos, bloques de hormigón e incluso encimeras para viviendas.

CUÁL ES EL PELIGRO

EFECTOS ADVERSOS PARA LA SALUD DEL HORMIGÓN Y EL CEMENTO. Tres formas de exposición de los trabajadores.

Contacto con la piel – el contacto del polvo de cemento o del hormigón húmedo con la piel puede causar quemaduras, erupciones e irritaciones cutáneas.

Contacto con los ojos – el contacto del hormigón o del polvo de cemento con los ojos puede causar irritación inmediata o retardada de los ojos.

Inhalación – Puede producirse polvo cuando los trabajadores vacían sacos de cemento para fabricar hormigón. Al lijar, amolar, cortar, taladrar o romper el hormigón, el polvo generado tiene los mismos peligros que el polvo del cemento. La exposición prolongada al polvo de hormigón que contiene sílice cristalina puede provocar una enfermedad pulmonar incapacitante denominada silicosis.

Peligros del hormigón seco y húmedo

Hormigón seco. El hormigón seco puede irritar los ojos, la nariz y la garganta, así como la piel. Cuando el hormigón seco entra en contacto con la piel, puede provocar desde irritaciones leves hasta grietas en la piel. Las personas expuestas al polvo de sílice, uno de los principales componentes del hormigón seco, durante largos periodos de tiempo corren el riesgo de desarrollar silicosis o cáncer de pulmón.

Hormigón húmedo. Cuando se trabaja con hormigón húmedo, el riesgo de exposición al sílice disminuye, pero sigue habiendo muchos peligros que hay que tener en cuenta. Una sobreexposición al hormigón húmedo puede tener muchos efectos adversos para la salud.

COMO PROTEGERSE

MEDIDAS DE SEGURIDAD AL TRABAJAR CON HORMIGÓN

1. Utilice estos tipos de EPP cuando trabaje con hormigón:

Botas y guantes: Las botas y los guantes evitan que los productos químicos del cemento utilizado en el hormigón provoquen irritaciones cutáneas o quemaduras químicas. Las botas y guantes resistentes a los álcalis son ideales para resistir estos productos químicos cáusticos.

Gafas de seguridad: Las gafas de seguridad evitan la irritación de los ojos provocada por los productos químicos y el polvo del hormigón. Para obtener la mejor protección, utilice gafas inastillables que puedan resistir fuertes impactos.

Protección facial: La protección facial, como una mascarilla P-95, N-95 o R-95, ayuda a prevenir los problemas pulmonares causados por la inhalación de polvo de hormigón. La silicosis, por ejemplo, puede producirse cuando los trabajadores inhalan cantidades significativas de polvo de sílice cristalina durante varios años. La inhalación de polvo de hormigón también puede causar irritación de nariz y garganta, bronquitis crónica y asma ocupacional. El uso de mascarillas o respiradores ayuda a mantener los pulmones limpios y sanos.

Pantalones y camisas largos: Utilícelos totalmente cubiertos para reducir el riesgo de irritación de la piel y quemaduras de hormigón. La ropa de cuerpo entero ayuda a proteger la piel de los productos químicos.

2. Utilice las herramientas adecuadas

Utilice herramientas diseñadas específicamente para entornos de trabajo polvorientos. Siempre que sea posible, utilice herramientas con ventilación por aspiración, como sierras de corte manuales o martillos perforadores para hormigón, que pueden eliminar el polvo en su origen. También puede emplear herramientas provistas de suministro de agua para ayudar a apisonar el polvo y reducir la inhalación.

3. Emplee las técnicas adecuadas

Si no puede ventilar adecuadamente el polvo en la fuente, tendrá que ventilar el espacio de trabajo más amplio para evitar la inhalación de polvo. Utilice técnicas adecuadas de elevación y manipulación para evitar lesiones. Agacharse y levantar losas de hormigón pesadas puede dañar la espalda. Asegúrese de ponerse en cuclillas y levantar con las piernas para mantener la columna vertebral y los músculos de la espalda en las posiciones correctas. Nunca tuerza la espalda mientras transporta una carga pesada.

4. Disponga de estaciones de lavado

Cualquier lugar en el que se mezcle o vierta hormigón debe disponer de lavaojos

y lavabos generales. De este modo, los trabajadores podrán enjuagarse los ojos inmediatamente si les entra polvo o restos de hormigón.

PRECAUCIONES DE SEGURIDAD PARA TRABAJAR EN UNA OBRA DE HORMIGÓN

1. Utilice EPP adicionales. Cuando trabaje con hormigón, probablemente ya lleve EPP esenciales como guantes, gafas y mascarilla. En una obra de construcción, considere la posibilidad de añadir piezas adicionales de equipo como éstas:

- Casco o casco duro
- Botas con puntera de acero
- Tapones para los oídos

2. Tenga cuidado con los cubos de hormigón y las hormigoneras. Los trabajadores no deben subirse a los cubos de hormigón ni colocarse debajo de los cubos que estén subiendo o bajando. Los equipos también deben colocar los cubos de forma que expongan al menor número de personas a los peligros.

También deberá extremar la precaución cuando trabaje dentro o cerca de hormigoneras. Mantente alerta y atento cuando esté cerca de las hormigoneras para evitar estos peligros potenciales.

3. Comuníquese de forma proactiva con su equipo. La comunicación insuficiente es una forma común de que se produzcan accidentes y lesiones en una obra de construcción. Si necesita verter o mover hormigón, asegúrese de despejar primero la zona. Si necesita realizar actividades de trabajo que podrían lesionar a los trabajadores cercanos o generar volúmenes considerables de polvo, informe a sus compañeros de trabajo para que puedan alejarse.

4. Manténgase alerta y vigilante. Intente concentrarse siempre en el trabajo que está realizando. Absténgase de entablar conversación mientras trabaja con maquinaria peligrosa y asegúrese de tomar sus descansos en una zona segura, lejos del polvo acumulado.

UN REPASO DE LOS RIESGOS PARA LA SEGURIDAD AL TRABAJAR CON HORMIGÓN

- **Riesgos de la mezcla.** El polvo de hormigón puede causar problemas respiratorios. El hormigón se compone de pequeños trozos de piedra, llamados áridos. Cuando estas piedras se mezclan con el cemento, las diminutas partículas de polvo de los áridos pueden dispersarse en el aire e inhalarse.
- **Riesgos del vertido.** El hormigón puede ser resbaladizo hasta que se seca. Si un poco de la mezcla húmeda cae en las botas del trabajador o en el suelo, puede provocar un resbalón y una caída. Además, las propiedades alcalinas del cemento húmedo pueden ser cáusticas. Si el cemento salpica la piel y no se retira rápidamente, los productos químicos de la mezcla pueden provocar quemaduras de tercer grado.
- **Riesgos de secado.** Las losas de hormigón pueden pesar más de 800 libras y corren el riesgo de volcarse, desplazarse y caer sobre las personas que las rodean.

CONCLUSIÓN

Muchos empresarios no toman todas las medidas de precaución necesarias para proteger a sus empleados. Aunque la responsabilidad de un accidente laboral

puede variar según las circunstancias, la regla general es que si la negligencia de otra persona causó una lesión, la persona lesionada merece una indemnización.