



SAFETY UNLIMITED, INC.

Reunión semanal sobre seguridad

Protección Contra Caídas

Las caídas son la segunda causa principal de los accidentes mortales y lesiones incapacitantes en los Estados Unidos. Cada año, más de 500 trabajadores mueren en accidentes relacionadas con caídas y más de 300,000 trabajadores sufren lesiones incapacitantes.

La mayoría de estas muertes y lesiones incapacitantes, según el Instituto Nacional de Salud y Seguridad Ocupacional (NIOSH), son el resultado de caídas desde alturas de seis pies o menos. Donde existe un peligro de caída, hay dos opciones aceptables; (1) eliminar el peligro o (2) proporcionar protección contra ello.

Idealmente, lo mejor es eliminar totalmente el riesgo.

Caídas pueden ocurrir en cualquier momento y durante una variedad de tareas de trabajo en niveles elevados. Según un estudio reciente de la Oficina de Estadísticas Laborales (BLS):

- El diecisiete por ciento de los trabajadores que cayeron cargaban y descargaban material cuando la caída ocurrió.
- El trece por ciento de los trabajadores que cayeron fueron involucrados en la operación, reparación, limpieza, o instalación de equipo.
- El diez por ciento de los trabajadores realizaban tareas de carpintería.
- Las actividades restantes que provocaron caídas incluyeron pintura, soldadura, trabajo en techos, trabajo en hojas metálicas, y albañilería.

La encuesta del BLS también pidió a los participantes describir sus movimientos específicos en el momento de la caída. El veinte ocho por ciento de los trabajadores que cayeron dijeron que subían o bajaban desde una posición o ubicación elevada.

- El trece por ciento de trabajadores caminaban en el momento en que cayeron.
- El once por ciento de trabajadores pasaban de una superficie a otra.
- El diez por ciento de trabajadores se movían hacia atrás.

La mayoría de las muertes y lesiones en el estudio del BLS podrían haberse evitado mediante el uso eficaz de protección y equipamiento contra caídas. Protección contra caídas es cualquier medio o sistema utilizado para proteger a los empleados contra una caída de una superficie elevada de caminar o trabajar. Protección contra caídas implica la eliminación, prevención y/o control de peligros de caídas.

Siempre que sea posible, los empleadores deben establecer pisos temporales, barandillas, tabloncillos de pie, u otras barreras físicas para prevenir caídas en lugar de hacer que trabajadores dependan de amarrarse y utilizar redes para protegerse contra caídas. Cuando no sea posible, equipo de protección personal contra caídas o redes de seguridad deben ser utilizados.

El trabajo no debe continuar a menos que la protección necesaria contra caídas está en su lugar.

El uso de protección contra caídas puede evitar lesiones graves y salvar su vida.

En General, Se Divide Equipo de Protección contra Caídas en Dos Categorías:

1. Uno es equipo de prevención de caídas. Barandillas de protección y revestimientos en aberturas en el piso, y puertas de enclavamiento de seguridad sobre plataformas elevadas están diseñados para prevenir caídas. Se puede utilizar un arnés de cuerpo llevado por el trabajador también para atar él/ella a una zona lejos del peligro de caída.
2. El otro es equipo de detención de caídas. Este equipo está diseñado para salvar la vida de un trabajador si él/ella se cae. Él/ella puede llevar Equipo de Protección Personal que consta de un arnés de cuerpo y cordón conectado a una línea salvavidas o un punto de anclaje.

Restricción de Caídas:

Restricción de caídas incluye artículos tales como una barandal o pared de parapeto. También puede constar de un sistema personal de detención de caídas, que le impide llegar a un punto de "caída" desprotegido. Los barandales (en andamiajes, elevadores aéreos, y en el perímetro de techos) se consideran ser un tipo de protección contra caídas clasificado como Restricción de Caídas.

Detención de Caídas:

Detención de caída le PARA si está cayendo. Si usted está en riesgo de sufrir caídas de una caída de 6 pies, debe utilizar el equipo de protección contra caídas apropiado. Un tipo adecuado de equipo de protección contra caídas es un sistema de detención de caídas personal. El sistema completo de detención de caídas personal debe ser capaz de soportar el tremendo impacto de las fuerzas que involucradas en una caída. Una persona sin protección caerá 4 pies en ½ segundo y 16 pies en 1 segundo!

Un sistema de detención de caídas personal incluye un arnés de cuerpo completo, un cordón amortiguador o cuerda de agarre, y una línea de vida vertical con un anclaje sólido capaz de soportar una carga de 5.000 libras.

Protección Contra Caídas: COSAS QUE HACER

- Elija un punto de anclaje que dará soporte a 5000 libras por trabajador (lo suficientemente fuerte para soportar una camioneta).
- Sistemas de prevención de caídas deben ser arreglados de manera que los empleados no pueden sufrir una caída libre más de 6 pies (o tener contacto con cualquier nivel inferior).
- Amárrese por encima de su cabeza. Una persona de seis pies que se amarra a sus pies podría sufrir una caída libre de hasta 12 pies.
- Coloque su anclaje directamente encima/detrás de su área de trabajo para evitar posibles peligros de caída de oscilación.
- Utilice el cordón más corto posible.
- Lo más corto el amarre, lo más corto la caída.
- que una persona competente seleccione los puntos de anclaje.

Protección Contra Caídas: COSAS NO HACER

- No se amarre a tuberías de ventilación o a una área sin estructura no designada.
- No ate un nudo en el cordón. Esto reducirá su resistencia.
- No utilice tuberías de agua, conductos eléctricos, artefactos de iluminación, o guardarríeles como puntos de anclaje.
- No utilice ningunos cordones sin ganchos rápidos de cierre automático.
- No une varios cordones juntos para llegar a un anclaje.
- No permite que más de un trabajador se amarre al mismo anclaje a menos que esté diseñado y aprobado por un ingeniero.
- No desenganche de la protección contra caídas mientras está expuesto a una caída mayor a 6 pies.
- No permite que otra persona arregle su equipo a menos que, compruebe que ha sido realizado correctamente antes de utilizar el equipo.
- No utilice un anclaje que no está independiente de cualquier anclaje utilizado para apoyar o suspender plataformas.

¡Es cansado siempre trabajar seguro...pero es mejor que tomar el camino duro!

