



SAFETY UNLIMITED, INC.

# Reunión semanal sobre seguridad

## El Trauma de Suspensión

Muchas veces, se ven los sistemas de detención de caídas como el último salvavidas para los trabajadores en alturas. El arnés de protección personal anticaídas del trabajador puede prevenir que él o ella se cae al suelo, pero no significa que no queda ningún peligro.

Muy a menudo, se pasa por alto la trauma de suspensión como un grave riesgo para los trabajadores en alturas.

***Esta es la razón por la que OSHA exige que empleadores proporcionen un pronto rescate para quienes experimentan una caída.***

El trauma de suspensión ocurre debido a un prolongado periodo de intolerancia ortostática. ¿Qué significa esto?

OSHA lo define como:

*"...el desarrollo de síntomas como aturdimiento, palpitaciones, trémulos, falta de concentración, fatiga, náuseas, mareos, dolor de cabeza, sudoración, debilidad, y el desmayo ocasional mientras estar de pie."*

La inmovilidad puede causar represamiento de la sangre en la pared venosa. Esto significa que la sangre se estanca en las piernas y reduce la cantidad de sangre que circula en el resto del cuerpo. Alguien que está de pie perderá la conciencia y caerá en una posición horizontal.

De esta manera, el corazón, las piernas y el cerebro están en el mismo plano y el cuerpo puede normalizar el flujo sanguíneo.

Cuando un trabajador está suspendido en un arnés personal anticaídas, el cuerpo no tiene manera de orientar en una posición horizontal. La sangre no puede fluir normalmente y represamiento de la sangre ocurre. Este es el trauma de suspensión. Y a menos que se rescata rápidamente al trabajador, sangrado en la pared venosa y la intolerancia ortostática ocurrirá. Esto puede provocar lesiones graves al cerebro, los riñones, y otros órganos.

## Síntomas de los que Debe Estar Pendiente:

El trauma de suspensión es relativamente raro, pero los trabajadores caídos en espera de rescate deben estar monitoreados estrechamente para síntomas de trauma de suspensión.

Los Síntomas Comunes Incluyen:

- Debilidad;
- Disnea;
- Sudoración;
- Palidez;
- Náuseas;
- Mareos;
- Sofocos;
- Frecuencia cardíaca o presión arterial inusualmente baja;
- Aumento de la frecuencia cardíaca; y
- Pérdida de la visión.

## Factores que Pueden Afectar el Grado de Riesgo de Trauma de Suspensión:

- Capacidad/Incapacidad de mover las piernas;
- Dolor;
- Heridas;
- Fatiga;
- Deshidratación;
- Hipotermia;
- Choque;
- Enfermedad Cardiovascular;
- Enfermedad Respiratoria;
- Perdida de Sangre;
- Estrés/Pánico;
- El fumar y/o Beber; y
- Otras enfermedades.

## Planes de Rescate

Los reglamentos dicen que compañías deben tener un plan establecido para el rescate rápido de un trabajador suspendido. Pero, ¿qué significa 'rápido'?

OSHA advierte que la suspensión en un dispositivo de detención de caídas puede resultar en la pérdida de conciencia, seguido por la muerte, en menos de 30 minutos.

Pero 30 minutos es mucho tiempo para que se quede colgado.

En realidad, los síntomas de trauma de suspensión pueden empezar pocos minutos después de una caída.

Estudios han encontrado que la pérdida de conciencia puede ocurrir en tan poco como siete minutos.

- Preste estrecha atención a los procedimientos de rescate que son apropiados al trauma de suspensión, y a los que evitan el síndrome de reflujo.
- Tenga un plan establecido para rescatar a los trabajadores suspendidos de forma rápida, y consígalos atención médica inmediata.
- Cuando ayude en el rescate de un trabajador suspendido, nunca coloque al trabajador en una posición horizontal.
- Mantenga que el trabajador se siente recto, con las piernas estiradas hacia delante.
- Mantenga la calma y tranquilidad del trabajador, y monitóreelo constantemente para que él o ella no desmaye y caiga en una posición horizontal.
- Consiga atención médica inmediata para trabajadores rescatados, y asegure que todo personal médico son conscientes de la posibilidad de trauma de suspensión.

### Recuerde:

La suspensión prolongada de sistemas de prevención o detención de caídas pueden causar intolerancia ortostática, que, a su vez, puede ocasionar graves lesiones físicas o, posiblemente, la muerte.

Para reducir el riesgo asociado con la suspensión prolongada en sistemas de prevención de caídas, los empleadores deben implementar planes para prevenir la suspensión prolongada en dispositivos de protección contra caídas.

**¡No quiere estar pendiente...Asegúrese ser prudente!**

