



SAFETY UNLIMITED, INC.

# Reunión semanal sobre seguridad

## Lesiones en las Manos

Cada año en los Estados Unidos más de 16 millones de personas sufren lesiones en las manos. Más de 250.000 de estas lesiones son graves e incapacitantes.

La mano es una de las partes más complejas de su cuerpo. El movimiento de los tendones, huesos, tejidos, y nervios le permite agarrar y hacer una amplia variedad de trabajos complejos.

Sin las manos sería extremadamente difícil hacer tareas rutinarias sencillas, como abrir puertas, usar un tenedor o atar los zapatos.

Mete el pulgar en la palma de la mano e imagina tratar de atarte los zapatos. Sería extremadamente difícil.

Las lesiones en las manos son difíciles de reparar debido a la complejidad de la mano. Después de una lesión en la mano, la mano puede no funcionar igual como antes de la lesión debido a la pérdida de movimiento, destreza, y agarre.

Más del 25% de todas las lesiones industriales involucran la mano, la muñeca, y los dedos.

### Lesiones típicas incluyen:

- Heridas punzantes;
- Laceraciones;
- Dedos rotos;
- Contusiones;
- Quemaduras térmicas; y
- Quemaduras químicas.

### Estas lesiones ocurren al:

- Cortar o utilizar una herramienta afilada;
- Usar herramientas manuales;
- Alcanzar hacia partes móviles;
- Trabajar con productos químicos; o
- Tocar algo peligroso (eléctrico o térmico).

## Entonces, ¿cómo podemos reducir lesiones en las manos?

Un estudio reciente encontró que el uso de guantes redujo el riesgo relativo de lesiones en un 60 por ciento. El estudio también mostró que los trabajadores informaron que habían usado guantes solamente el 27 por ciento del tiempo de trabajo. Solamente el 19 por ciento informaron que usaban guantes en el momento de la lesión.

**Los guantes solo son efectivos cuando los utiliza.**

### Lista de verificación para protección de las manos:

1. Esté alerta a los posibles peligros de las manos antes de que ocurra un accidente.
2. Esté alerta a posibles puntos de pellizco sin desprotegidos.
3. Utilice siempre palos de empuje, protectores, escudos, y otros dispositivos de protección cuando sea apropiado. Nunca quite las guardas de protección.
4. Use cepillos para quitar los escombros de maquinaria.
5. Inspeccione el equipo y la maquinaria antes y después de cada tarea laboral para asegurarse de que está en buen estado de funcionamiento.
6. Desconecte la alimentación y siga los procedimientos de bloqueo con candado y etiqueta establecidos antes de reparar o limpiar la maquinaria.
7. Nunca use guantes, joyas, o ropa suelta cuando trabaja con piezas de máquinas móviles.
8. Utilice el equipo de protección personal adecuado (guantes, guardas de protección, puños del antebrazo, cremas de barrera para la piel, etc.) para la tarea específica que está realizando.
9. Cuando use guantes, asegúrese de que se ajusten correctamente y estén clasificados para la tarea específica que está realizando.
10. Seleccione herramientas diseñadas para mantener las muñecas rectas y evitar problemas repetitivos de movimiento/uso excesivo.

### Resumen:

No olvide que las manos también están sujetas a cortes, moretones, quemaduras, y pinchazos. El manejo de objetos afilados o calientes, materiales ásperos, y materiales con astillas sin la protección necesaria son formas seguras de recibir lesiones en la mano.

Una precaución necesaria que se debe tomar es usar guantes de trabajo aprobados. No todos los guantes protegen de todo tipo de lesión en las manos. Compruebe la idoneidad del guante para la tarea antes de usarlos.

**¡¡MANTENGA UN AGARRE EN LA VIDA...PROTEJA LAS MANOS!!**

