



SAFETY UNLIMITED, INC.

Reunión semanal sobre seguridad

Prevención y Protección Contra Caídas

Las caídas son la segunda causa principal de los accidentes y lesiones incapacitantes o mortales 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.

Según el Instituto Nacional de Salud y Seguridad Ocupacional (NIOSH), la mayoría de estas muertes y lesiones incapacitantes son el resultado de caídas desde alturas de seis pies o menos.

Donde existe un peligro de caída, hay dos opciones aceptables; uno, eliminar el peligro, o dos, proporcionar protección contra él.

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.

Idealmente, lo mejor es eliminar totalmente el riesgo.

La protección contra caídas se define como cualquier medio o sistema utilizado para proteger a los empleados de caer de una superficie para caminar/trabajar elevada.

La protección contra caídas implica la eliminación, prevención y/o control de riesgos de caída.

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

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

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.

Equipo de Detención de 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.
 - Está diseñado para salvar la vida de un trabajador si él/ella se cae. Él/ella puede llevar Equipo de Protección Personal (EPP) que consta de un arnés de cuerpo y cordón conectado a una línea salvavidas o un punto de anclaje.

Restricción de Caídas:

La restricción de caída incluye artículos como una barandilla de protección o una pared de parapeto. También puede consistir en un sistema personal de retención de caídas, que le impide llegar a un punto de "caída" desprotegido. Las barandillas (en andamios, elevadores aéreos, y en el perímetro de los edificios) se consideran sistemas de retención de caídas -- un tipo específico de protección de caídas.

Detención de Caídas:

Detención de caídas le detiene si se está cayendo. Si usted está en riesgo de caer 6 pies en la industria de la construcción o 4 pies o más en la industria general, debe utilizar el equipo de protección contra caídas adecuado.

- Un tipo de equipo adecuado de protección contra caídas es el sistema personal de detención de caídas.
- Todo el sistema personal de detención de caídas debe ser capaz de soportar las tremendas fuerzas de impacto involucradas en una caída.
- ¡Una persona sin protección tendrá una caída libre de 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 absorbente de impactos o un agarrador de cuerda, un salvavidas vertical, y un anclaje estable capaz de soportar una carga de 5000 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.
- Asegúrese que una persona competente seleccione los puntos de anclaje.

Protección Contra Caídas: COSAS NO HACER:

- No se amarre a tuberías de ventilación o a un 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 guardarraíes 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.

Resumen:

Hay muchos factores que pueden causar o contribuir a una caída que ocurre en el lugar de trabajo. Condiciones inseguras, junto con acciones arriesgadas por trabajadores mientras trabajan en alturas, es una receta para el desastre. No se ponga a sí mismo ni a otro trabajador en una posición en la que pueda ocurrir una lesión debido a una caída.

¡¡UNA CAIDA PERJUICIAL...PODRÍA SER SU FINAL!!

