



Reunión semanal sobre seguridad

Seguridad de las Manos

Las lesiones en las manos representan el 80 por ciento de todas las lesiones ocupacionales. Esto se debe a que las manos están involucradas en casi todas las actividades en el trabajo. ¿Se imagina alguna ocupación que no haga uso de la mano? Las manos son tan importantes debido a su utilidad. Nos proporcionan la destreza necesaria para realizar la mayoría de las actividades diarias. De hecho, las manos, como herramientas, son tan versátiles y pueden realizar muchas más funciones intrincadas que cualquier herramienta conocida desarrollada por el hombre.

Proteger los dedos y las manos es importante para su trabajo y calidad de vida. Las lesiones en las manos relacionadas con el trabajo son una de las principales razones por las que los trabajadores terminan en la sala de emergencias y faltan al trabajo. El daño a los nervios en los dedos y las manos, la pérdida de un dedo, una quemadura en la piel o una reacción alérgica, pueden afectar negativamente la calidad de su trabajo, su productividad o, peor aún, poner fin a su carrera y disminuir su calidad de vida. El costo de este tipo de lesiones y enfermedades para la industria de la construcción se estima en cientos de millones de dólares cada año.

No es de extrañar que las manos sean muy útiles en nuestros trabajos. Hay muchas condiciones peligrosas en el trabajo a las que la mano siempre está expuesta. Bordes afilados, puntos de pellizco, objetos que sobresalen, astillas, cuchillas expuestas en maquinaria sin resguardos de protección, y muchos más. Estas condiciones pueden no ser siempre obvias al trabajador.

Causas de Lesiones en las Manos:

¿Cuántas veces ha agarrado un objeto punzante, tocado una superficie caliente, sentido dolor en la mano debido a cómo agarraba una herramienta o torcía su muñeca? ¿Se ha acercado a que se atrapen o aplasten la mano o dedo, o ha entrado su piel en contacto con un material químico o cáustico? Si se puede pensar en una sola vez para cualquiera de estos, es una vez demasiada.

Hay muchos peligros en los sitios de construcción que pueden resultar en una lesión en la mano, incluyendo:

- **Pinchazos, cortes, o laceraciones** – causados por el contacto con bordes afilados, puntiagudos, o dentados en equipos, herramientas, o materiales;
- **Quedar aplastado, tener fracturas, o amputaciones** – causadas por el contacto con engranajes, cinturones, ruedas, y rodillos, la caída de objetos, y cuando anillos, guantes, o ropa quedan atrapados y arrastran la mano a una zona de peligro;
- **Tensiones, esguinces, y otras lesiones musculoesqueléticas** – causadas por el uso de la herramienta incorrecta para el trabajo, o una que es demasiado grande, pequeña, o pesada para su mano;
- **Quemaduras** – causadas por contacto directo con una superficie caliente o un producto químico; y
- **Dermatitis y otros trastornos de la piel** – causados por el contacto directo con productos químicos en productos y materiales.

Medidas Preventivas:

Siga las prácticas de trabajo y use el equipo y los guantes proporcionados por su empleador. Los guantes y los procedimientos de seguridad no funcionarán si no se usan o no se siguen. Tenga en cuenta las tareas del trabajo, el equipo, y los materiales que pueden crear un riesgo de lesión en las manos o que ponen su piel en contacto con un producto químico, y conozca los pasos que se deben tomar para prevenir exposiciones y lesiones.

- Siempre manténgase alerta y enfocado en mantener las manos seguras, no solo al comienzo del trabajo o cuando empiece una tarea laboral.
- Mantenga los resguardos de protección en la maquinaria y deje las herramientas eléctricas en su lugar: no los retire ni los reposicione.
- No ponga las manos o los dedos cerca de las partes móviles de una herramienta o equipo eléctrico. Asegúrese de que la maquinaria, el equipo, y las herramientas eléctricas estén completamente apagados antes de intentar reemplazar, limpiar, o reparar piezas: siga los procedimientos de interrupción de energía usando candado y etiqueta.
- Identifique las características de seguridad de las herramientas y los equipos antes de utilizarlos, como los interruptores de apagado de emergencia.
- Compruebe las herramientas y el equipo para asegurarse de que están en buen estado de funcionamiento antes de comenzar una tarea laboral.
- Mantenga las manos y los dedos alejados de los bordes afilados (cuchillas, clavos que sobresalen, etc.). Nunca corte hacia la palma de su mano.
- Use guantes que se ajusten a la mano y sean adecuados para el trabajo que se realiza – no todos los guantes protegen contra todos los peligros.
- No lleve anillos, otra joyería, o artículos de ropa sueltos que podrían quedar atrapados en un objeto en movimiento.

Resumen:

Las lesiones en las manos son un problema común de seguridad en el lugar de trabajo; no es de extrañar ya que se hace tanto trabajo con las manos. Usted necesita ser capaz de seleccionar los guantes que mejor protegerán contra cada peligro para las manos en su lugar de trabajo. El guante equivocado no proporcionará la protección adecuada.

¡¡PROTÉJASE LAS MANOS...PROTEJA SU FUTURO!!

