



Reunión semanal sobre seguridad

Protección contra Caídas

Caídas son una de las causas más comunes de accidentes graves y muertes relacionadas con el trabajo. En sus lugares de trabajo, empleadores deben adoptar medidas para impedir que los empleados se caigan de plataformas elevadas, estaciones de trabajo elevadas, y prevenir que se caigan en agujeros en el suelo y paredes.

Las caídas son la segunda causa principal de muertes ocupacionales y lesiones incapacitantes en los Estados Unidos. Cada año, más de 500 trabajadores mueren en accidentes relacionados con caídas y más de 300,000 trabajadores sufren una lesión incapacitante. La mayoría de estas muertes y lesiones incapacitantes, según el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH), son el resultado de caídas desde elevaciones de seis pies o menos.

Donde existe un peligro de caída, hay dos opciones aceptables; uno, eliminar el riesgo, o dos, proporcionar protección contra ella. Idealmente, lo mejor es eliminar el riesgo por completo.

Se define la protección contra caídas como cualquier medio o sistema utilizado para proteger a empleados contra la caída de una superficie de camino/trabajo elevado. Protección contra caídas involucra la eliminación, prevención y/o control de peligros de caída.

Siempre que sea posible, los empleadores deben siempre establecer pisos, barandillas, tabloncillos de pie, u otras barreras físicas temporales para prevenir caídas en lugar de hacer que trabajadores dependan de redes o estar atado a líneas salvavidas para protección contra caídas. Cuando no sea posible, se debe utilizar equipo de protección personal contra caídas o redes de seguridad. El trabajo no debe continuar a menos que la protección contra caídas necesaria está en su lugar. El uso de la protección contra caídas puede prevenir lesiones graves y salvar la vida.

Se Divide el Equipo de Protección Contra Caídas en Dos Categorías:

La primera categoría es el equipo de la prevención de caídas. Barandillas y revestimientos en las aberturas del piso, además de puertas de interbloqueo de seguridad sobre plataformas elevadas están diseñados para prevenir caídas. Un arnés de cuerpo llevado por el trabajador puede ser utilizado también para atar él/ella a una zona lejos del peligro de caída.

La segunda categoría es el equipo anticaída. Estos sistemas están diseñados para salvar la vida de un trabajador si se cae. Él/ella puede usar 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 elementos tales como una baranda 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. Se consideran los barandales el tipo de protección contra caídas clasificado como restricción de caídas.

Un sistema personal de detención de caídas incluye un arnés de cuerpo completo, un cordón amortiguador o un agarre de cuerda y línea de vida vertical, y un anclaje de sonido capaz de soportar una carga de 5,000 libras.

Detención de Caídas:

Detención de caída LE DETIENE si se está cayendo. Si corre el riesgo de caerse (Industria General 4' y Construcción 6') debe utilizar el equipo de protección contra caídas adecuado. Un tipo de equipo de protección contra caídas apropiado es el sistema de detención de caídas personales. Todo el sistema de detención de caídas personal debe ser capaz de soportar las fuerzas de impacto tremendas que involucrados en una caída. ¡Una persona sin protección caerá libremente 4 pies en 1/2 segundo y 16 pies en 1 segundo!

Un sistema personal de detención de caídas incluye un arnés de cuerpo completo, un cordón amortiguador o una cuerda de agarre y líneas salvavidas vertical, además de un anclaje firme capaz de soportar una carga de 5.000 libras.

SÍ - QUE SE DEBE 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 amañados de manera que los empleados no están a riesgo de una caída libre de más de 6 pies (o contactar cualquier nivel inferior);
- Amárese por encima de su cabeza. Una persona de seis pies que se amarra a los pies podría tener una caída libre de hasta 12 pies;
- Coloque su anclaje directamente encima/detrás de su área de trabajo para evitar peligros potenciales de caída de oscilación;
- Utilice el cordón más corto posible. Cuanto más corto sea el amañado, más corto será la caída;
- Asegure que los puntos de anclaje están seleccionados por una persona competente; y
- Tenga equipo de prevención de caídas, como barandillas y revestimientos en las aberturas del piso y use enclavamiento de seguridad.

NO - QUE NO SE DEBE HACER

- No se amarre a tuberías de ventilación o a una área no designada o no estructurada;
- No ate un nudo en el cordón. Esto reducirá su fuerza;
- No utilice tuberías de agua, conductos eléctricos, accesorios de iluminación, o las barandillas como puntos de anclaje;
- No utilice ningunos cordones sin ganchos y carabinas de auto cierre;
- No une varios cordones juntos para llegar a un anclaje;
- No permite que más de un trabajador se ate al mismo anclaje a menos que esté diseñado y aprobado por un ingeniero;
- Nunca se debe desenganchar de protección contra caídas mientras se está expuesto a una caída mayor de 6 pies;
- No permita que otra persona maneja su equipo a menos que usted compruebe después que ha sido realizado correctamente; y
- No utilice un anclaje que no es independiente de cualquier anclaje utilizado para apoyar o suspender plataformas

Si usted use cualquier tipo de equipo de protección contra caídas, incluso el equipo de protección personal contra caídas o redes de seguridad, compruebe que utiliza el equipo correcto para el trabajo— que sea etiquetado que ha cumplido con los requisitos del Instituto Americano de Estándares de Seguridad (ANSI/American National Standards Institute)—y que el equipo esté en buen estado.

¡¡LOS QUE SE ARRIESGAN SON LOS QUE CAUSAN ACCIDENTES!!

Hoja de Registro para Junta de Seguridad

Supervisor:	Asunto:
Local:	Fecha:
Realizada por:	Firma de Instructor:

[illegible]