Charla de seguridad sobre protección contra caídas

29 CFR 1926.501, 1926.502, 1926.503

Fecha _____ Instructor _____ Lugar _____

Pregunta para empezar

¿En qué parte de esta obra podría caerse alguien hoy a un nivel más bajo, y qué se lo está impidiendo?

Por qué es importante

Una caída de altura los puede matar o cambiarles la vida para siempre, y pasa en un abrir y cerrar de ojos. Las caídas vienen de condiciones inseguras, como una orilla abierta o una tapa suelta, y de actos inseguros, como desengancharse para alcanzar un poquito más allá. La protección solo funciona si se pone antes de empezar el trabajo y se usa siempre.

Puntos clave

1 Sepan cuándo es obligatoria la protección

En construcción, todo trabajador que esté en una superficie con un lado u orilla sin protección a 6 pies o más sobre un nivel más bajo debe estar protegido contra caídas. Las opciones son barandales (guardrails), redes de seguridad o un sistema personal de detención de caídas. Los barandales y las tapas protegen a todos a la vez, así que pónganlos primero donde se pueda.

29 CFR 1926.501(b)(1)

2 Aseguren y marquen todas las tapas de hoyos

Es fácil no ver los hoyos en pisos y techos, incluidos los tragaluces (skylights). Las tapas tienen que quedar aseguradas para que el viento, el equipo o los trabajadores no las muevan de su lugar, y según 29 CFR 1926.502(i)(4) deben llevar un código de color o la palabra HOLE (hoyo) o COVER (tapa). Nunca quiten una tapa a menos que ese hoyo esté protegido de otra forma.

29 CFR 1926.502(i)(3)

3 Revisen el arnés antes de cada uso

El sistema personal de detención de caídas está formado por un anclaje, conectores y un arnés de cuerpo completo, y puede incluir una línea de sujeción (lanyard), una línea de vida o un dispositivo de desaceleración (29 CFR 1926.500(b)). Se tiene que revisar antes de cada uso para ver si hay desgaste, daños u otro deterioro, y las piezas defectuosas se tienen que sacar de servicio. Fíjense si hay cintas cortadas o deshilachadas, marcas de quemaduras y ganchos que no cierran ni se traban. La detención de caídas los para después de que se caen; un sistema de restricción ni siquiera los deja llegar a la orilla.

29 CFR 1926.502(d)(21)

4 Amárrense a un anclaje que los aguante

Los anclajes para detención de caídas tienen que aguantar por lo menos 5,000 libras por cada trabajador enganchado, o estar diseñados, instalados y usados como parte de un sistema completo con un factor de seguridad de por lo menos dos, bajo la supervisión de una persona calificada (29 CFR 1926.502(d)(15)(i) y (ii)). Nunca se amarren a un barandal (29 CFR 1926.502(d)(23)). Si no están seguros de que un anclaje sirve, paren y pregunten antes de engancharse.

29 CFR 1926.502(d)(15)

5 Planeen el rescate antes de que alguien se amarre

El arnés detiene la caída, pero de todos modos alguien tiene que bajarlos pronto. La compañía debe tener listo un rescate rápido en caso de una caída, o asegurarse de que los trabajadores puedan rescatarse solos. Antes de empezar, sepan cuál es el plan de rescate, dónde está el equipo de rescate y quién llama para pedir ayuda.

29 CFR 1926.502(d)(20)

6 Capacítense y manténganse al día

Todo trabajador que pueda estar expuesto a peligros de caída debe recibir capacitación para reconocerlos y en los procedimientos para reducirlos. Hay que volver a capacitarlos cuando los cambios en el lugar de trabajo o en el equipo hacen que su capacitación ya no sirva, o cuando ya no tienen el conocimiento y la habilidad para usar el equipo (29 CFR 1926.503(c)). Si no los han capacitado en el sistema que van a usar, díganlo antes de subirse.

29 CFR 1926.503(a)(1)

Situación

Imagínense esto: su cuadrilla está armando la estructura del segundo piso de un edificio. Un carpintero quita la tapa de triplay (plywood) de un hoyo en el piso para pasar un cable, y luego se va por una herramienta. La tapa queda apoyada en la pared, y un ayudante nuevo viene caminando de espaldas por el piso, jalando una manguera hacia el hoyo. ¿Qué se debió hacer antes de quitar esa tapa, y quién de esta cuadrilla diría algo?

Preguntas para la cuadrilla

1. ¿Dónde hay orillas abiertas, hoyos y tragaluces en nuestra obra ahora mismo, y cómo está protegido cada uno?
2. ¿Quién nos enseña cómo revisar un arnés y su línea de sujeción, y cuándo lo sacarían de servicio?

3. ¿Qué puntos de anclaje estamos usando, y cómo sabemos que aguantan lo suficiente?
4. Si alguien se cae y queda colgando del arnés, ¿quién hace qué en los primeros minutos?

Lo más importante

Antes de trabajar cerca de una orilla o un hoyo, asegúrense de que la protección esté puesta, que su equipo esté revisado y que conozcan el plan de rescate.

Se puede compartir y adaptar sin fines comerciales bajo la licencia CC BY-NC-SA 4.0 (creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0). Crédito: ToolboxKits, toolboxkits.com/es/temas/proteccion-contra-caidas/

Sign-in sheet / Hoja de asistencia

Topic / Tema Fall protection / Protección contra caídas

Date / Fecha _____

Trainer / Instructor _____ Location / Lugar _____ Company / Empresa _____

#	Name Nombre	Signature Firma	Company Empresa	Date Fecha
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

Trainer signature / Firma del instructor _____ Time / Hora _____

ToolboxKits, de ALC Media LLC. No está afiliado con OSHA ni con el Departamento de Trabajo de EE. UU. No es asesoría legal.