Charla de seguridad sobre el cuidado de las manos

29 CFR 1910.138, 1910.212, 1910.242, 1910.132, 1926.28

Fecha _____ Instructor _____ Lugar _____

Pregunta para empezar

Levanten las manos. ¿Qué trabajo de hoy les podría costar un dedo?

Por qué es importante

Las manos están en casi todo lo que hacemos, así que andan cerca del peligro todo el día. Un dedo machucado, una cortada profunda o una quemadura con químicos los puede dejar sin poder trabajar y cambiarles la vida en la casa. Las lesiones en las manos se pueden evitar si planeamos dónde van a ir las manos, usamos la herramienta correcta y nos ponemos el guante adecuado.

Puntos clave

1 Conozcan lo que les puede lastimar las manos

Las manos se cortan, se pinchan, se machucan, se raspan y se queman, y algunos químicos se meten directo por la piel. Según la regla de OSHA sobre protección de las manos en la industria general, el empleador debe escoger la protección adecuada para las manos y exigir que se use cuando las manos estén expuestas a peligros (29 CFR 1910.138(a)). La regla menciona peligros como sustancias dañinas que se absorben por la piel, cortadas graves, raspones graves, pinchazos, quemaduras con químicos, quemaduras por calor y temperaturas extremas dañinas.

29 CFR 1910.138(a)

2 Escojan el guante según el trabajo

No hay un guante que proteja contra todo. Un guante anticorte puede no servir contra un solvente, y un guante delgado para químicos no aguanta una cuchilla. El empleador debe escoger los guantes según la tarea, las condiciones, cuánto tiempo se usan y los peligros que se identificaron (29 CFR 1910.138(b)). Los guantes deben quedar ajustados, porque un guante flojo se puede atorar o resbalar.

29 CFR 1910.138(b)

3 No metan las manos en los puntos de pellizco

Un punto de pellizco es cualquier lugar donde dos cosas se juntan y les pueden machucar la mano: puertas, compuertas de camioneta, cadenas y engranes, rodillos y cargas que se están bajando. Tengan las manos donde las puedan ver y quítenlas antes de que baje la carga. Para guiar o sostener el material, usen empujadores, cuerdas guía (tag lines) o una herramienta en lugar de los dedos.

4 Dejen las guardas puestas y bloqueen primero

Las máquinas deben tener guardas que protejan al operador y a los demás de peligros como el punto de operación, los puntos de atrapamiento y las partes que giran (29 CFR 1910.212(a)(1)). Nunca quiten una guarda ni la desactiven. Antes de destrabar una máquina o meter la mano, apáguenla y bloquéenla con candado (lockout). Los guantes flojos, los anillos y las mangas se pueden enredar en partes que giran, como el mandril de un taladro, así que no los acerquen.

29 CFR 1910.212(a)(1)

5 Usen la herramienta correcta y en buen estado

Las herramientas dañadas pueden lastimar las manos: un mango rajado, un cincel con la cabeza aplastada como hongo o una cuchilla sin filo que obliga a hacer más fuerza. El empleador es responsable de que las herramientas que se usan en el trabajo estén en condiciones seguras, incluso las que son de los propios trabajadores (29 CFR 1910.242(a)). Revisen las herramientas antes de usarlas, saquen de servicio las que estén malas y siempre corten hacia afuera, lejos del cuerpo. Escojan herramientas que les acomoden bien en la mano, y avisen si sienten hormigueo o se les duermen las manos después de usar herramientas que vibran.

29 CFR 1910.242(a)

6 Revisen sus guantes cada vez

Antes de cada uso, fíjense si tienen agujeros, cortes o partes gastadas, o si están tiesos o hinchados, y cambien los guantes dañados. No se debe usar EPP (equipo de protección personal) defectuoso o dañado (29 CFR 1910.132(e)). Reporten toda lesión en las manos, aunque sea una cortadita, para que la limpien y la curen.

29 CFR 1910.132(e)

Situación

Imagínense esto: la cuadrilla está colocando un escalón de concreto prefabricado con un minicargador (skid steer). Mientras baja la carga, un trabajador mete la mano por debajo para acomodar un taco de madera. Desde el asiento, el operador no alcanza a ver su mano. ¿Qué debería hacer la cuadrilla en lugar de eso, y quién debe decir alto?

Preguntas para la cuadrilla

1. ¿Qué tarea de este trabajo nos pone las manos más cerca de un punto de pellizco?
2. ¿Los guantes que tenemos sirven para el trabajo que estamos haciendo esta semana?
3. ¿Qué herramientas o guardas de aquí hay que arreglar o cambiar?
4. ¿A quién le ha tocado un susto con las manos que quiera contarnos?

Lo más importante

Planeen dónde van a poner las manos, usen la herramienta y el guante adecuados, y nunca metan la mano donde no la puedan ver o no la puedan sacar a tiempo.

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/seguridad-de-las-manos/

Sign-in sheet / Hoja de asistencia

Topic / Tema Hand safety / Seguridad de las manos

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.