Charla de seguridad sobre trabajo en alturas

29 CFR 1926.501, 1926.502, 1910.28, 1926.503, 1910.30

Fecha _____ Instructor _____ Lugar _____

Pregunta para empezar

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

Por qué es importante

Las caídas no pasan solo en las obras grandes. Un trabajito rápido en un techo, una losa o la orilla de una plataforma puede ser igual de peligroso. Las orillas abiertas, los hoyos sin tapar, las superficies débiles y los arneses sin revisar son peligros que podemos controlar antes de que alguien suba, porque durante una caída ya no hay tiempo de arreglar nada.

Puntos clave

1. **Sepan desde qué altura se exige protección**
   En construcción, si alguien trabaja en una superficie con un lado u orilla sin protección a 6 pies o más sobre un nivel más bajo, debe estar protegido con barandal, red de seguridad o un sistema personal de detención de caídas. En la industria general, la altura es de 4 pies (29 CFR 1910.28(b)(1)(i)). Las escaleras, los andamios y las plataformas elevadoras tienen sus propias reglas, así que averigüen cuáles aplican antes de subir.
   29 CFR 1926.501(b)(1)

2. **Revisen la superficie antes de confiarse**
   Antes de que alguien trabaje en un techo, una losa o una plataforma, el empleador debe comprobar que tiene la resistencia y la integridad estructural para aguantar a los trabajadores con seguridad. La madera podrida, los paneles de techo frágiles y los tragaluces pueden ceder sin aviso. Si no están seguros de que una superficie los aguanta, no se paren ahí y pregunten.
   29 CFR 1926.501(a)(2)

3. **Tapen y protejan todos los hoyos**
   Es fácil no ver los hoyos, incluidos los tragaluces. En construcción, a los trabajadores se les debe proteger con tapas para que no se tropiecen en un hoyo, ni metan el pie o se caigan por él. Una buena tapa está asegurada para que no se deslice y marcada para que nadie la quite pensando que es material de desecho. Nunca se paren ni se sienten sobre un tragaluz.
   29 CFR 1926.501(b)(4)(ii)

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

4 Revisen su arnés cada vez

En construcción, el sistema personal de detención de caídas se debe revisar antes de cada uso para ver si tiene desgaste, daños u otro deterioro, y las partes defectuosas se deben sacar de servicio. En la industria general, la revisión se exige antes del primer uso en cada turno (29 CFR 1910.140(c)(18)). Revisen las correas, las costuras, las hebillas, las argollas en D, los ganchos y la línea de vida (lanyard). Engánchense solo a un anclaje hecho para detener caídas, nunca a un barandal.

29 CFR 1926.502(d)(21)

5 Fíjense en lo que cae, no solo en quién se cae

Cuando los trabajadores están expuestos a objetos que caen, cada uno debe usar casco. El empleador también debe usar rodapiés, mallas o barandales, un techo protector, o acordonar el área de abajo. Mantengan las herramientas amarradas y el material lejos de la orilla.

29 CFR 1926.501(c)

6 Planeen el rescate antes de la caída

Un trabajador que queda colgado del arnés todavía necesita que lo alcancen rápido. En construcción, el empleador debe tener previsto un rescate rápido en caso de caída, o asegurarse de que los trabajadores puedan rescatarse solos. En la industria general, el empleador debe tener previsto el rescate rápido de cada trabajador que se caiga (29 CFR 1910.140(c)(21)). Conozcan el plan antes de engancharse, no después.

29 CFR 1926.502(d)(20)

Situación

Imagínense esto: una cuadrilla chica está terminando el techo de un edificio comercial. Quitaron el barandal de una orilla para meter una carga de material y nunca lo volvieron a poner. Un trabajador da unos pasos hacia atrás para ver el trazo, cerca de la orilla abierta, mientras otro desenreda un arnés que nadie revisó hoy en la mañana. ¿Qué debe pasar antes de que alguien vuelva a trabajar allá arriba?

Preguntas para la cuadrilla

1. ¿Dónde hay orillas abiertas, hoyos y tragaluces en esta obra ahorita?
2. ¿Quién revisó su arnés y su línea de vida hoy en la mañana, y qué buscó?
3. Si alguien se cae y queda colgado del arnés, ¿cómo lo bajamos rápido?
4. ¿Qué casi accidentes hemos tenido con orillas o hoyos, y sí arreglamos la causa?

Lo más importante

Antes de subir, sepan qué los protege de una caída, revisen su equipo y asegúrense de que cada orilla y cada hoyo estén protegidos.

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/trabajo-en-alturas/

Sign-in sheet / Hoja de asistencia

Topic / Tema Working at heights / Trabajo en alturas

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.