Plan, Provide, Train When Working from Heights – Spanish



Los Riesgos

Cientos de trabajadores mueren por caídas cada año. Trabajar desde las alturas mientras se está en una escalera, trabajar en el techo – borde de ataque, claraboyas y otras aberturas y agujeros en el techo, trabajar en andamios y en puentes son sólo algunos de los peligros de las caídas a los que se enfrentan los trabajadores.

Sé un mejor supervisor

Se pueden prevenir esas muertes planificando el trabajo de forma segura, proporcionando el equipo de protección contra caídas adecuado y capacitando a todos los trabajadores sobre cuándo y cómo utilizar el equipo de forma segura.

A continuación se presentan algunas ideas básicas para desarrollar estrategias de protección contra caídas.

"**Planificar**" por adelantado para hacer el trabajo de forma segura – desarrollar un plan y asegurarse de que el equipo adecuado, el material y los trabajadores debidamente capacitados están disponibles.



En los trabajos de techado, por ejemplo, es importante conocer la inclinación del tejado y seguir el estándar apropiado en función de la pendiente. Es necesario saber esto antes de comenzar el trabajo para tener tiempo de planear la mejor manera de proteger a los trabajadores.



Recuerde, cuando se trata de protegerse contra los peligros siga la jerarquía de los controles. Elimine el peligro si es posible, si no utiliza estos métodos de protección.

“**PROPORCIONE**” el equipo adecuado y establezca a los trabajadores para la seguridad – provea protección contra caídas y el equipo adecuado para el trabajo, incluyendo los tipos adecuados de escaleras, andamios y equipo de seguridad. Luego provea una instalación segura del equipo.

Aquí hay un ejemplo para establecer un sistema personal de detención de caídas.

La longitud de la línea de vida o cordón, la posición del ancla y la distancia al nivel inferior son todos importantes. Seleccione equipos que permitan a los trabajadores operar de manera eficiente y al mismo tiempo limiten la distancia a la que podrían caer. Esto significa que debe calcular correctamente la distancia de seguridad en caso de caída para asegurarse de que un trabajador no se ponga en contacto con el nivel inferior en caso de una caída. También deberá evaluar el potencial de un efecto de péndulo o de balanceo, que podría hacer que un trabajador caído se balancee hacia un objeto cercano. Los peligros de las caídas por balanceo pueden causar lesiones graves, pero se pueden minimizar instalando el punto de anclaje por encima del área de trabajo (es decir, por encima de la pendiente del techo del trabajador) y estableciendo un rango máximo de trabajo desde el punto de anclaje de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

“ENTRENAR” a los trabajadores para que utilicen el equipo de forma segura – entrenar a los trabajadores en el reconocimiento de riesgos y en el cuidado y uso seguro de escaleras, andamios, sistemas de protección contra caídas y otros equipos que vayan a utilizar en el trabajo.

Empiece por aplicar prácticas de trabajo seguras para reducir la posibilidad de caídas. Luego, siga la capacitación supervisando a los trabajadores para asegurar que el equipo de protección contra caídas se utilice y mantenga correctamente. Finalmente, dé el ejemplo. Los empleadores, los directores de proyectos y los supervisores deben seguir las reglas que son responsables de hacer cumplir.