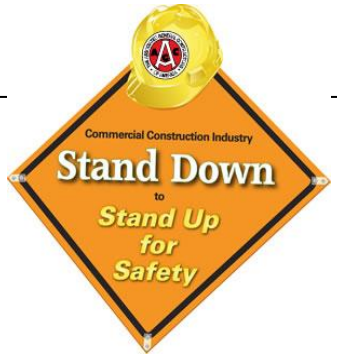


Safety Stand Down – May 5-16, 2025

Protección de caídas/Exposiciones de caídas

OSHA identifica caídas como una de las cuatro causas que conducen a fatalidades en la industria de la construcción. Esta razón es por la cual los empleados deben ser entrenados para reconocer exposiciones de caída y tener autoridad para tomar acciones correctivas.

I. A la mayoría de la gente le toma cerca de 1/3 de segundo enterarse de una caída. Toma otro 1/3 de segundo para que el cuerpo reaccione. Una persona puede caerse hasta 7 pies en 2/3 de segundo.

II. Cada año en los E.E.U.U. las caídas constituyen constantemente al número más grande de fatalidades en la industria de la construcción.

III. Acontecimientos circundantes a caídas a menudo implican un número de factores, incluyendo superficies de trabajo inestables, el uso erróneo del equipo de protección de caída, factores ambientales y error humano. Los estudios han demostrado que el uso de los sistemas de barandas, sistemas de detención de caídas, redes de seguridad, cubiertas, sistemas de restricción y sistemas de dispositivos de posición puede prevenir muchas muertes y lesiones de caídas.

IV. Los peligros de caída son previsibles. Usted puede identificarlos, eliminar la exposición a ellos, o controlarlos antes de que den lugar a lesiones o a la muerte. Algunos de los factores que contribuyen a los accidentes y a las fatalidades de caída incluyen: andamios; escaleras; agujeros; azoteas; superficies de trabajo elevadas y entrenamiento incorrecto.

V. Analizar el área de trabajo es otro paso importante en la prevención del peligro de caída. Analizar el área de trabajo puede incluir: el repaso de planes antes que el trabajo comience; anticipar futuros peligros de caída como el trabajo progrese; repasando peligros actuales en el sitio de trabajo, y desarrollar una lista de pre planeación. La supervisión/persona competente debe examinar todo el trabajo que implica peligros de caída mientras que se está realizando el trabajo.

VI. Esté enterado de ésos que trabajan sobre y debajo de usted. Protéjase a usted mismo y a otros contra objetos que caen con uno de los siguientes: cascos, pabellones, barandas, paneles y pantallas, barricadas o cercas.

PROTECCIÓN DE CAIDA PERSONAL
INSPECCIÓN DE EQUIPO

Los sistemas de protección de caída se deben examinar antes y después de cada uso. Los usuarios deben leer siempre las instrucciones y las etiquetas proveídas por el fabricante de la protección de caída antes de usar y calcular cuidadosamente la separación de caída antes de trabajar en alturas. El desgaste, daños o corrosión regular pueden causar daño dificil de ver que podría dar lugar a fallos del arnés o cuerda de retención. Si usted lo necesita, lo necesita trabajando correctamente. Las siguientes, son pautas para inspeccionar el equipo de protección de caída:

Correas
Las correas deben ser examinadas visualmente por desgaste o fibras cortadas, químicos, quemaduras, daño de corrosión o puntadas quemadas.

Arnes de cuerpo completo:
Anillos D y su metal o cojines plásticos de desgaste (si tiene) se deben checar para saber si hay distorsión, grietas, roturas y bordes ásperos o agudos.
Las hebillas se deben examinar por desgaste o distorsión inusual, grietas y bordes ásperos o agudos. Compruebe los rodillos para saber si hay distorsión. Las correas de lengüeta no deben tener agujeros perforados adicionales.

Cuerda de Retención:
Los ganchos de presión y componentes necesitan ser examinados por distorsiones, grietas, corrosión, o superficies marcadas con hoyos. Las cuerdas de retención deben ser examinadas en cada lado de las correas para revelar cualquier rotura o corte. Las correas se deben también examinar por hinchazón, descoloración, grietas, o quemadas. Éstas son muestras de químico o de daño por calor.

Puntos de Anclaje
Los puntos de anclaje (a qué se amarra) deben poder sostener un coche.

Absorbedores de Choques
Absorbedores de choque se deben examinar por marcas de advertencia o muestras de despliegue. Si hay muestras de tensión descontinúe su uso y quite de servicio

Almacenamiento:
El equipo se debe almacenar donde no esté expuesto al clima y donde no pueda ser dañado por otras herramientas, equipo o todo lo demás.

Reemplazo:
Si tu arnés o cuerda de retención se daña, o no pasa una inspección regular, invite a su supervisor o persona de seguridad que lo revise y solicite uno nuevo.

Artículo	Aprobado	No aprobado
Arness		
Cuerda de Retención		
Correa de anclaje o retractable		
Punto de Anclaje		
Almacenamiento		

Nombre: _____ Compañía: _____ Fecha: _____

INSPECCIÓN DE LINEA RETRACTABLE DE SALVAMIENTO

Checa la Cubierta
Antes de que cada uso, examine la cubierta de la unidad por sujetadores flojos y doblados, agrietado, torcido, usado, que funcione incorrectamente o piezas dañadas. Cheque los componentes para saber si están dañados.

Conexión del Anclaje
Cerciórese de que el carabineer esté asentado correctamente y en la posición bloqueada entre el eslabón giratorio del accesorio/el punto respecto al dispositivo y al punto de anclaje.

Cuerda de Salvamiento
La cuerda de salvamento se debe inspeccionar regularmente para saber si hay daños. Checa por contracción y tensión sacando varios pies de cuerda de salvamento y permita que se contraiga nuevamente dentro de la unidad. Mantenga siempre una tensión ligera en la cuerda de salvamento cuando se contrae. Examine para saber si hay cortes, quemaduras, corrosión, torceduras, estrelladuras o áreas gastadas. Examine cualquier costura (las cuerdas de salvamento de la tela) para saber si hay costura floja, rota o dañada.

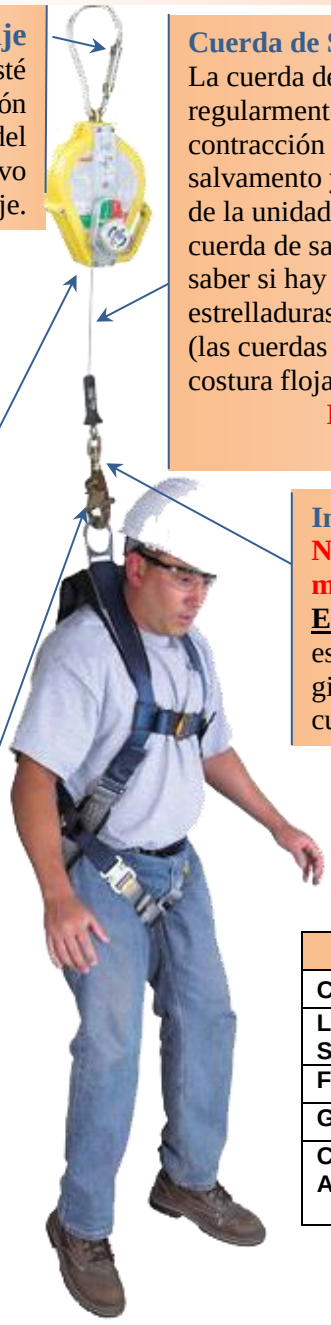
No use la unidad si la cuerda no se retracta.

Mecanismo de Freno
El mecanismo que frena puede ser checado agarrando la cuerda de salvamento sobre el indicador de la carga y aplicando un tirón constante agudo hacia abajo que contraiga los frenos. No debe haber resbalamiento de la cuerda de salvamento mientras que se contraen los frenos. Una vez que se afloje la tensión, los frenos se soltaran y la unidad volverá al modo retractable.

No use la unidad si los frenos no se aplican.

Indicator de carga
No utilice si el gancho rápido demuestra muestras del daño

EJEMPLO: Este indicador está situado en el eslabón giratorio del gancho. El ojo del eslabón giratorio alargará y expondrá un área roja cuando haiga sido expuesto a fuerzas de caida.



Ganchos de presión
Checa los ganchos de presion para asegurarte que funciona libremente, las cerraduras, y el eslabón giratorio funciona suavemente.

No utilice si el gancho demuestra muestras de daño.

Articulo	Aprovado	No aprovado
Cubierta		
Linea Salvamiento		
Frenos		
Ganchos		
Conección Anclaje		

Nombre: _____ Compañía: _____ Fecha: _____