By the Numbers PPE Eye Protection – Spanish

¿LO SABÍAS?

Estadísticas reveladoras

Las lesiones oculares en el lugar de trabajo son muy comunes. El Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH) informa que cada día unos 2.000 trabajadores estadounidenses sufren lesiones oculares relacionadas con el trabajo que requieren tratamiento médico. Sin embargo, los expertos en seguridad y los oftalmólogos creen que la protección ocular actual puede disminuir la gravedad o incluso prevenir el 90 por ciento de estas lesiones oculares.

Una encuesta de la Oficina de Estadísticas Laborales sobre los trabajadores que sufrieron lesiones oculares reveló que casi tres de cada cinco no llevaban protección ocular en el momento del accidente. Estos trabajadores informaron con mayor frecuencia que creían que la protección no era necesaria para la situación.

La Oficina de Estadísticas Laborales de EE.UU. (BLS) estima que cada día 1.000 empleados reciben lesiones en los ojos.

- Casi tres de cada cinco no llevaban protección ocular.
- Los objetos voladores o las chispas causaron el 70 por ciento de los incidentes. Tres quintas partes de los objetos eran más pequeños que una cabeza de alfiler.
- Los químicos causaron una quinta parte de las lesiones oculares.
- Otras lesiones incluyen objetos que se balancean desde una posición fija o herramientas que golpean el ojo del trabajador.

El Síndrome de Visión de Computadora, también conocido como Esfuerzo Ocular Digital, describe un grupo de problemas

relacionados con los ojos y la visión que resultan del uso prolongado de la computadora, la tableta, el lector electrónico y el teléfono celular. El trabajador americano medio pasa siete horas al día en la computadora, ya sea en la oficina o trabajando desde casa.

MANTENGA EN CUENTA

La protección ocular en el lugar de trabajo es necesaria cuando se presentan los siguientes peligros potenciales para los ojos:

- **Proyectiles** (polvo, hormigón, metal, madera y otras partículas)
- **Productos químicos** (salpicaduras y humos)
- **Radiación** (especialmente luz visible, radiación ultravioleta, calor o radiación infrarroja y láser)
- **Los patógenos de la sangre** (hepatitis o VIH) de la sangre y los fluidos corporales

Los trabajadores experimentan lesiones oculares en el trabajo por dos razones principales:

- No llevaban protección ocular.
- Llevaban el tipo de protección equivocado para el trabajo.

Hay cuatro cosas que puedes hacer para proteger tus ojos de las lesiones:

- Conozca los peligros de la seguridad ocular en su trabajo.
- Elimine los peligros antes de empezar a trabajar usando los protectores de las máquinas, las pantallas de trabajo u otros controles de ingeniería.
- Use la protección ocular adecuada.
- Mantenga sus gafas de seguridad en buen estado y hágalas reemplazar si se dañan.

La selección de las gafas de protección adecuadas para una tarea determinada debe hacerse sobre la base de una **evaluación del peligro de** cada actividad.

Los tipos de protección ocular incluyen:

- **Gafas de seguridad sin receta y con receta.** Aunque las gafas de seguridad pueden parecerse a las gafas de vestir normales, están diseñadas para proporcionar una protección ocular significativamente mayor. Los lentes y los marcos son mucho más resistentes que las gafas normales. Las gafas de seguridad deben cumplir con las normas del Instituto Nacional de Normalización de los Estados Unidos (ANSI). Busque la marca Z87 en los lentes o el marco.

Las gafas de seguridad proporcionan protección ocular para las condiciones generales de trabajo en las que puede haber polvo, astillas o partículas volantes. Los protectores laterales y las gafas de seguridad envolventes pueden proporcionar una protección lateral adicional.

Los lentes de seguridad están disponibles en plástico, policarbonato y materiales Trivex. Aunque los cuatro tipos deben cumplir o superar los requisitos mínimos de protección de los ojos, los lentes de policarbonato proporcionan el mayor nivel de protección contra los impactos.

- Las gafas proporcionan protección contra impactos, polvo y salpicaduras químicas. Al igual que las gafas de seguridad, las gafas de seguridad son altamente resistentes a los impactos. Además, proporcionan un escudo seguro alrededor de todo el ojo y protegen contra los peligros que vienen de cualquier dirección. Las gafas protectoras se pueden usar sobre gafas graduadas y lentes de contacto.
- **Escudos faciales y cascos.** Las pantallas faciales completas protegen a los trabajadores expuestos a productos químicos, al calor o a patógenos transmitidos por la sangre. Los cascos se usan para soldar o trabajar con materiales fundidos. Las pantallas faciales y los cascos no deben ser los únicos lentes de protección. Deben usarse junto con gafas o anteojos de seguridad, de modo que los ojos estén protegidos cuando se levanta la pantalla.
- **Protección especial.** Para soldar o trabajar con láser deben utilizarse cascos o gafas con filtros especiales para

proteger los ojos de la exposición a la radiación óptica.