Caught or Crushed Injuries Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

LESIONES POR ATRAPAMIENTO O APLASTAMIENTO

Cada año, los trabajadores sufren aproximadamente 125.000 lesiones por atrapamiento o aplastamiento que se producen cuando partes del cuerpo quedan atrapadas entre dos objetos o se enredan con la maquinaria. Estos peligros también se conocen como “puntos de pellizco”. Las fuerzas físicas aplicadas a una parte del cuerpo atrapada en un punto de pellizco pueden variar y causar lesiones que van desde moratones, cortes y escamas hasta partes del cuerpo destrozadas y amputadas, e incluso la muerte. Los trabajadores del campo, de la industria y de la oficina se ven afectados en cierta medida por los riesgos de atrapamiento o aplastamiento.

CONSTRUCCIÓN, MAQUINARIA PESADA Y EQUIPOS

Las lesiones por aplastamiento son extremadamente muy comunes en el peligroso mundo de la construcción. Se encuentran entre las “cuatro fatales” causas principales de muerte de los trabajadores de la construcción. La lista de los cuatro fatales incluye las caídas, los golpes con objetos, las electrocuciones y los accidentes por atrapamiento o aplastamiento.

CUÁL ES EL PELIGRO

LOS RIESGOS DE ATRAPAMIENTO/APLASTAMIENTO NO SE LIMITAN A LA MAQUINARIA/EQUIPO

Las puertas, los cajones de los archivos y las cajas pesadas pueden pellizcar los dedos de las manos y de los pies. Tenga cuidado donde coloca los dedos. Compruebe el peso antes de levantar, transportar y colocar cajas; una carga incómoda o pesada puede resbalar y pellizcarle las manos o los pies. Pida ayuda o

utilice dispositivos de manipulación de materiales para mover artículos grandes y/o pesados.

LESIONES POR ACCIDENTES DE APLASTAMIENTO

Cuando dos objetos grandes aplastan un cuerpo humano, el daño muscular se produce instantáneamente. La presión extrema ejercida sobre las células musculares corta el flujo sanguíneo y puede provocar la muerte del músculo. La gravedad de una lesión por aplastamiento dependerá de la fuerza de los objetos implicados en el accidente y de la parte del cuerpo que haya sido aplastada. Si la persona quedó atrapada entre dos objetos durante un periodo de tiempo prolongado, es posible que no sobreviva al accidente.

Condiciones de trabajo que contribuyen a los peligros de quedar atrapado o entre dos objetos:

- Maquinaria con piezas móviles sin protección o que no se bloquea durante el mantenimiento
- Excavaciones y zanjas sin protección
- Equipos pesados que vuelcan
- Derrumbamiento de muros durante la demolición
- Trabajo entre materiales móviles y estructuras, vehículos o equipos inmóviles

En casi todas las obras se utiliza maquinaria que tiene piezas móviles o giratorias o que requiere mantenimiento o reparación en algún momento de la construcción. Si la maquinaria no está adecuadamente protegida o des energizada durante el mantenimiento o la reparación, pueden producirse lesiones por atrapamiento o entre los peligros, que van desde amputaciones y fracturas hasta la muerte.

Las máquinas o herramientas eléctricas no protegidas pueden hacer que la ropa o partes del cuerpo queden atrapadas en ellas. Si los dispositivos no están des energizados (bloqueados) cuando están en reparación, pueden entrar en ciclo o encenderse de otra manera y agarrar una parte del cuerpo o la ropa y causar lesiones o la muerte.

El principal peligro relacionado con el enterramiento en o por es

el derrumbe de zanjas y excavaciones sin protección. Los derrumbes pueden aplastarle o asfixiarle. Las zanjas pueden contener atmósferas peligrosas; puede ahogarse en el agua, las aguas residuales o los productos químicos de las zanjas; y si trabaja cerca de los servicios públicos subterráneos, también podría sufrir quemaduras, electrocución o explosiones de vapor, agua caliente, gas o electricidad.

COMO PROTEGERSE

CAPACITACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DEL AMPLASAMIENTO PARA LOS TRABAJADORES

Los peligros de aplastamiento existen cuando los trabajadores pueden quedar atrapados en o entre dos peligros. Si el impacto por sí solo puede ser mortal, el peligro se considera un peligro de "impacto": el peligro es que el trabajador sea golpeado por un objeto.

Un peligro de aplastamiento, por el contrario, es un peligro de "atrapamiento": el peligro para el trabajador reside en quedar atrapado entre dos objetos, uno o ambos de los cuales pueden estar en movimiento, y resultar herido o muerto, ya sea por aplastamiento físico o por asfixia resultante de la compresión de la caja torácica.

Obtenga capacitación e infórmese sobre los riesgos de atrapamiento/aplastamiento y los puntos de pellizco específicos de sus tareas, herramientas y equipos para poder tomar precauciones.

Vístase adecuadamente para el trabajo con pantalones y mangas que no sean demasiado largos ni demasiado holgados. Las camisas deben ser ajustadas o metidas por dentro. Evite llevar joyas sueltas y colgantes. Recójase el pelo largo y recoja las trenzas y coletas por detrás o dentro de la ropa. Utilice guantes adecuados y bien ajustados para su trabajo.

Busque posibles puntos de pellizco antes de comenzar una tarea. Tómese el tiempo necesario para planificar sus acciones y decidir los pasos necesarios para trabajar con seguridad. Preste toda su

atención al trabajo. La mayoría de los accidentes se producen cuando los trabajadores están distraídos, así que evite las payasadas, las ensoñaciones y las multitareas en el trabajo.

LAS MEJORES PRÁCTICAS DE TRABAJO PARA PREVENIR Y PROTEGER CONTRA LOS PELIGROS DE ATRAPAMIENTO O DE INTERFERENCIA:

- Utilice maquinaria debidamente protegida.
- Las correas, los engranajes, los ejes, las poleas, las ruedas dentadas, los husillos, los tambores, los volantes, las cadenas u otras piezas recíprocas, giratorias o móviles de los equipos deben estar protegidos si usted está expuesto al contacto con dichas piezas.
- Apague los vehículos antes de realizar trabajos de mantenimiento o reparación. Si es posible, bloquee la fuente de energía del equipo. El tipo de fuente de energía puede ser eléctrica, neumática, de combustible líquido, hidráulica o accionada por pólvora. Baje o bloquee las cuchillas de los buldócer, rascadores y equipos similares antes de realizar reparaciones o cuando el equipo no esté en uso.
- No se coloque nunca entre los materiales en movimiento y una estructura inamovible, un vehículo o materiales apilados.
- Asegúrese de que todas las cargas transportadas por el equipo son estables y seguras. Manténgase fuera del radio de giro de las grúas y otros equipos. Utilice el cinturón de seguridad, si es necesario, para evitar ser arrojado de un vehículo y luego ser potencialmente aplastado por el vehículo si se vuelca.
- Protéjase en las obras de excavación y no trabaje en una zanja sin protección de 1,5 metros de profundidad o más.

CONCLUSIÓN

Las lesiones por atrapamiento o aplastamiento y/o por “punto de pellizco” son extremadamente comunes en el mundo de la construcción. También son comunes en las fábricas y en cualquier lugar donde se utilice maquinaria pesada. Los trabajadores de cuello blanco están sometidos a “puntos de pellizco” con puertas, cajones de archivos y cajas pesadas que pellizcan los dedos de las

manos y los pies.