Dont Get Caught in the Crush Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los accidentes por aplastamiento se producen cuando el cuerpo o cualquier parte del mismo queda aprisionado entre dos objetos en movimiento o atrapado entre un objeto móvil y otro inmóvil. Los accidentes por aplastamiento leves pueden costar muy caros a los trabajadores: dolor, incapacidad y pérdida del puesto de trabajo. Los accidentes por aplastamiento graves pueden costar la vida.

CUÁL ES EL PELIGRO

¿DÓNDE SE PRODUCEN LAS LESIONES POR APLASTAMIENTO?

Las lesiones por aplastamiento son muy frecuentes 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 las “cuatro fatales” incluye caídas, golpes con objetos, electrocuciones y atrapamientos en o entre accidentes. Las lesiones por aplastamiento también son frecuentes en fábricas y en cualquier lugar donde se utilice con frecuencia maquinaria pesada.

LESIONES POR APLASTAMIENTO EN OBRAS ESPECÍFICAS

Trabajar en máquinas con piezas móviles. Los riesgos de lesiones por aplastamiento y amputación pueden ser elevados para los trabajadores que trabajan con o cerca de maquinaria que requiere que una parte del cuerpo del trabajador entre en contacto con una pieza móvil. Máquinas como punzonadoras, prensas de freno y cizallas mecánicas son habituales en los entornos industriales.

Derrumbamiento o caída de materiales de construcción. Los accidentes en los que caen o se desploman materiales de construcción pueden provocar lesiones por aplastamiento y víctimas

mortales. Por ejemplo, el desplome de un andamio puede hacer que un trabajador que se encuentre debajo resulte aplastado por los materiales y tirantes del andamio. Además, el trabajo en zanjas o excavaciones también puede crear un grave peligro de aplastamiento para los trabajadores. Aunque los cascos pueden proteger la cabeza de los trabajadores, no protegen otras zonas vulnerables del cuerpo.

Atropello. El atropello de trabajadores por equipos de gran tamaño, como cargadoras compactas o montacargas, también puede causar lesiones por aplastamiento.

Contacto con equipos en movimiento. Los trabajadores pueden quedar atrapados o ser golpeados por vehículos y máquinas motorizados durante operaciones que requieren la carga o descarga de materiales.

PROBLEMAS MÉDICOS DE LAS LESIONES POR APLASTAMIENTO

Daños en los tejidos: Las lesiones por aplastamiento pueden interrumpir el flujo sanguíneo, privando de sangre a los tejidos delicados que dependen de ella para obtener oxígeno.

Infecciones: Las lesiones por aplastamiento entrañan un alto riesgo de infección, especialmente cuando se dañan los tejidos y los músculos. Cuando se retiran capas de piel, se expone el tejido más profundo a los elementos y aumenta el riesgo de infección.

Síndrome compartimental: El síndrome compartimental es una complicación muy grave que comienza con un dolor inmenso y, a continuación, provoca una inflamación con sangre, que puede llegar a paralizar la zona. Este síndrome puede provocar la muerte de tejidos y músculos, y a menudo requiere la amputación para corregirlo.

Síndrome de aplastamiento: También conocido como síndrome de Bywater, el síndrome de aplastamiento es una afección médica que provoca un choque importante en los órganos e insuficiencia renal. Los síntomas del síndrome de aplastamiento aparecen una hora después del incidente.

COMO PROTEGERSE

CONTROL DE LOS RIESGOS DE APLASTAMIENTO MEDIANTE FORMACIÓN Y RECICLAJE – ESTRATEGIAS

- **Protección:** Asegurarse de que la maquinaria está debidamente protegida evitará muchas lesiones por aplastamiento, muertes y amputaciones.
    - Prohíba a los trabajadores retirar las protecciones mientras la maquinaria esté en uso.
    - Asegúrese de que las protecciones no crean un peligro adicional. En algunos casos, los trabajadores han resultado heridos al quedar atrapados entre el equipo y el resguardo.
- **Bloqueo y sujeción de objetos:** Deben asegurarse las máquinas, sustancias u objetos que puedan desplazarse, girar o moverse inesperadamente.
    - Un programa eficaz de bloqueo y etiquetado ayudará a garantizar que los trabajadores puedan identificar todas las fuentes de energía potencialmente peligrosa y controlarlas eficazmente.
    - Los equipos elevados deben estar bien sujetos para que no puedan caerse.
    - Los equipos no deben estacionarse ni almacenarse en posición elevada. Asegúrese de que las cucharas de las excavadoras, las horquillas de las carretillas elevadoras y otros equipos elevados estén bajados cuando no se utilicen.
    - Los materiales almacenados deben apilarse y asegurarse de forma que se evite su desplome.
- **Aumentar la concienciación sobre los peligros de aplastamiento**: Los trabajadores deben ser conscientes de la presencia de equipos móviles en su zona de trabajo, y asegurarse de que nunca se encuentran entre equipos en movimiento, como carretillas elevadoras, y estructuras inamovibles, otros vehículos o materiales apilados.
    - Restrinja el tránsito en la zona de trabajo para que sólo esté presente el personal esencial.

- Separe el tránsito de peatones y vehículos en la medida de lo posible.
- Forme a los trabajadores para que sepan identificar las zonas en las que existe peligro de aplastamiento, de modo que puedan mantenerse fuera de la zona de peligro.

VISIÓN GENERAL DEL TRABAJADOR ATENTO (ESTAR ALERTA)

Hay cosas sencillas que los trabajadores pueden hacer para reducir las probabilidades de sufrir lesiones por aplastamiento. La primera, y más importante, es que los trabajadores sepan cuándo se están colocando ellos mismos o alguna de las partes de su cuerpo en una situación de posible lesión.
Los trabajadores deben ser siempre conscientes de dónde se encuentran en relación con el equipo móvil que les rodea.
Cuando se encuentren en estas situaciones, los trabajadores deben dejar espacio suficiente para compensar un fallo del equipo o un error del operario. Los trabajadores deben mantenerse en todo momento dentro del campo de visión de los operadores de los equipos.
Los trabajadores deben procurar mantenerse alejados de cualquier carga para evitar la posibilidad de ser aplastados desde arriba. “Si está en el aire, es peligroso”. Los empresarios nunca deben permitir que una carga suba, baje o se balancee por encima de la cabeza de un trabajador. También es responsabilidad del trabajador desconectar, bloquear o etiquetar todas las fuentes de energía, y comprobar que están apagadas, antes de intentar trabajar o despejar un equipo que pueda moverse o activarse.

CONCLUSIÓN

Los accidentes que provocan lesiones por aplastamiento son el resultado de normas y prácticas de seguridad poco estrictas. Cuando empresarios y trabajadores cumplen y hacen cumplir las normas de seguridad, es menos probable que se produzcan lesiones por aplastamiento.