Eye Protection – Seeing is Believing Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El tipo de protección ocular -gafas de seguridad, gafas, protectores faciales o cascos- debe cumplir los requisitos de la Administración de Seguridad y Salud en el Trabajo (OSHA) y del Instituto Nacional de Normalización de Estados Unidos (ANSI).

CUÁL ES EL PELIGRO

TIPOS DE PROTECCIÓN OCULAR

Gafas de seguridad básicos. Un par de gafas de seguridad básicas proporciona protección cuando existe la posibilidad de que entren partículas en el ojo por la parte delantera. Las lentes de seguridad en monturas de gafas normales no se consideran gafas de seguridad adecuadas. La mayoría de las gafas de seguridad básicas no ofrecen protección lateral, pero algunas gafas de seguridad disponen de protección lateral permanente o desmontable para proteger el ojo por arriba, por abajo y por los lados. Cuando elija unas gafas de seguridad con protección lateral, asegúrese de que los laterales no interfieren con su visión periférica.

Gafas de protección graduadas. Las gafas de seguridad graduadas son de plástico o de metal y están disponibles con cristales bifocales y tintados. Tenga cuidado cuando elija lentes tintadas, ya que estas lentes tardan en desaparecer, lo que puede ser peligroso cuando se pasa con frecuencia del interior al exterior de las áreas de trabajo. Elija lentes tintadas cuando las actividades puedan incluir destellos brillantes de luz.

Gafas. Las gafas proporcionan una protección económica desde todos los ángulos porque se ajustan perfectamente a los ojos. Este tipo de protección ocular es especialmente adecuado para trabajos como el manejo de motosierras, el amolado y el remachado. Las gafas son

especialmente útiles porque suelen ajustarse a la mayoría de las gafas graduadas y suelen estar ventiladas con una solución antivaho. Dos de los modelos más comunes de gafas son las de copa o las de malla metálica. Si se trabaja con productos químicos, elija gafas con orificios de ventilación descentrados.

Caretas faciales. Las caretas faciales son una protección secundaria y deben llevarse junto con las gafas o las caretas. Este tipo de protección ocular está especialmente diseñado para proteger al usuario del calor, el resplandor y los objetos voladores. Los protectores faciales pueden acoplarse a los cascos para aquellos trabajos que también requieran protección para la cabeza.

Cascos y gafas de soldador. Los cascos de soldador están equipados con lentes filtrantes especiales que protegen los ojos de los fuertes rayos ultravioleta e infrarrojos que pueden dañar permanentemente los ojos y causar ceguera. Las gafas de soldador tienen varios tonos de lentes filtrantes para proteger de las chispas, los rayos y las partículas voladoras. Hable con su distribuidor local para determinar el tono de lente filtrante que necesita para los distintos tipos de soldadura. Existen lentes fijas o elevadas para los cascos de soldadura y las gafas.

COMO PROTEGERSE

CAPACITAR A LOS TRABAJADORES EN EL USO DE LOS EQUIPOS DE SEGURIDAD – MANDATOS DE LA OSHA

- Lea las instrucciones sobre la protección de los ojos que aparecen en las etiquetas y en las hojas de datos de seguridad de los materiales.
- Asegúrese de que la protección ocular se ajusta y protege contra los peligros específicos del trabajo.
- Compruebe que las gafas ofrecen protección frontal y lateral para evitar que los peligros pasen por debajo o alrededor del protector.
- Utilice gafas debajo de los protectores faciales. Las pantallas y los cascos de soldador por sí solos no

proporcionan una protección ocular completa.
- Asegúrese de entender cuándo debe usar la protección ocular y cómo usarla y ajustarla correctamente.
- Si lleva lentes de contacto, no las lleve en zonas donde exista la posibilidad de que le entren cuerpos extraños en los ojos. Las motas de polvo e incluso los líquidos pueden alojarse bajo las lentes de contacto.
- Mantenga limpias y en buen estado las gafas de seguridad u otros protectores oculares.

LISTA DE COMPROBACIÓN DE LA SEGURIDAD OCULAR

Cree un entorno de trabajo seguro

- Reduzca al mínimo los riesgos de caída o inestabilidad de los residuos
- Asegúrese de que las herramientas funcionan y de que los dispositivos de seguridad (protectores de las máquinas) están en su sitio
- Asegúrese de que los trabajadores (especialmente los voluntarios) sepan utilizar las herramientas correctamente
- Mantenga a los transeúntes fuera del área de peligro

Evaluar los riesgos de seguridad

- Identifique los principales peligros del lugar
- Identifique los peligros que suponen los trabajadores cercanos, la maquinaria de gran tamaño y la caída/desplazamiento de materiales/objetos

Utilice la protección ocular y facial adecuada

- Seleccione la protección ocular adecuada para el peligro
- Asegúrese de que la protección ocular está en buenas condiciones
- Asegúrese de que la protección ocular se ajusta y permanece en su sitio

Utilice buenas prácticas de trabajo

- Precaución: cepille, sacuda o aspire el polvo y los residuos de los cascos, el pelo, la frente o la parte superior de la

protección ocular antes de quitarse la protección
- No se frote los ojos con las manos o la ropa sucia
- Limpie las gafas regularmente

Cómo ajustarse

- Las gafas de protección deben ajustarse cómodamente, pero de forma segura
- Las gafas deben ajustarse con el centro de la lente delante de los ojos
- Ajuste las correas para que las gafas queden bien ajustadas contra el puente de la nariz y colóquelas en la parte posterior de la cabeza para un buen ajuste
- Las patillas de las gafas deben tocar el lateral de la cabeza y curvarse detrás de las orejas

CONCLUSIÓN

Imagine que no puede ver por ambos ojos. Luego imagínese que no puede ver en absoluto. Ahora, ¿se toma en serio el hecho de tomar todas las precauciones y medidas para proteger su vista en su lugar de trabajo?