Getting a Hand on safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

MANTENER LAS MANOS SEGURAS EN EL LUGAR DE TRABAJO – LA SEGURIDAD DE LAS MANOS EMPIEZA EN LA CABEZA

¡Preste atención! Dos sencillas palabras que exigen una acción, una advertencia y quizás incluso le salven de una lesión grave o de la muerte. Es difícil mantener la concentración.

La mente divaga. Forma parte de nuestra naturaleza como seres humanos. Llega al trabajo, se toma un café rápido y empieza con su primera tarea del día: cortar madera contrachapada. Antes de que se dé cuenta, ha repasado mentalmente la mitad de su lista de tareas ha fantaseado con sus próximas vacaciones, ha practicado la charla que usted debe tener con su jefe y… ¡se ha cortado el dedo meñique!

Las tareas rutinarias nos adormecen con una sensación de seguridad. "Sé lo que estoy haciendo. No necesito prestar mucha atención". Mantener la concentración cuando se está cansado, aburrido o distraído es extremadamente difícil, pero aún más crítico para mantenerse seguro. Para practicar la seguridad de las manos en el trabajo, **empieza por la cabeza.**

CUÁL ES EL PELIGRO

ASEGÚRESE DE QUE, ANTES DE CADA TAREA, SE HACE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS PARA EVITAR LESIONES EN LAS MANOS

- ¿Conoce los riesgos para las manos al realizar la tarea? ¿Qué peligros puede haber en el lugar donde se van a poner las manos y los dedos?
- ¿Se está utilizando la herramienta adecuada para el trabajo?
- ¿Ha recibido capacitación sobre el uso correcto de la

herramienta que está utilizando?

- ¿Se ha tenido en cuenta el movimiento inesperado de la herramienta, la pieza o el material que podría provocar una lesión en la línea de fuego?
- ¿Se ha preguntado qué puede salir mal?
- ¿Qué ocurre si la herramienta se resbala? ¿Hay algo que pueda golpear? ¿Podría cortarse con algo?
- ¿Puede quemarse?
- Si hay un líquido, ¿podría ser perjudicial para su piel o su cuerpo?
- ¿Se ha protegido las manos y los dedos con el EPP adecuado?

RIESGOS COMUNES PARA LAS MANOS Y LOS DEDOS

- Maquinaria pesada
- Herramientas manuales y eléctricas
- Equipos eléctricos
- Ambientes extremadamente calientes o fríos
- Productos químicos

COMO PROTEGERSE

TIPOS COMUNES DE GUANTES

- Guantes de uso general, ideales para la manipulación de materiales ligeros y de limpieza
- Guantes de cuero, que pueden proteger contra chispas, quemaduras, temperaturas moderadas y objetos o superficies rugosas
- Guantes resistentes a los productos químicos, que pueden proteger contra diferentes riesgos químicos
- Guantes resistentes a los cortes, que pueden proteger contra cortes, pinchazos y laceraciones
- Guantes anti vibratorios, que pueden proteger contra la fatiga producida por equipos que vibran, como sierras de cadena y martillos neumáticos.
- Guantes aislantes de la electricidad, que pueden proteger contra los riesgos eléctricos, como los cables con corriente.

CÓMO LOS EMPLEADOS PUEDEN PROTEGER LAS MANOS EN EL TRABAJO

- Lleve ropa de protección y no se la quite.
- Utilice guantes de trabajo adecuados cuando manipule materiales ásperos y cuando las manos estén directamente implicadas en el levantamiento o movimiento de objetos. Asegúrese de que los guantes de trabajo ofrecen la combinación adecuada de destreza y protección necesaria para el trabajo/tarea.
- Tómese el tiempo necesario para retirar o doblar los clavos que sobresalen, las astillas y los bordes afilados de los materiales antes de empezar a trabajar con ellos.
- Utilice siempre los protectores de la maquinaria.
- Cuando mueva objetos con una carretilla o un camión, asegúrese de que tiene espacio suficiente para pasar por las puertas y los espacios pequeños con suficiente espacio libre para la carretilla y las manos.
- Mantenga las manos libres de grasa y aceite: las manos resbaladizas pueden causarle problemas. Si se mancha las manos de grasa o aceite, límpielas inmediatamente.
- Por seguridad, no lleve anillos cuando trabaje: un anillo atrapado en la maquinaria o en un objeto que sobresalga puede dañar gravemente un dedo.
- Utilice guantes para recoger vidrios rotos, clavos u otros objetos afilados, incluso al barrer. Nunca intente manipular estos objetos con las manos descubiertas.
- Mantenga las manos en lugares donde pueda verlas. Evite ponerlas fuera de su línea de visión.
- Trabaje de forma más inteligente en lugar de trabajar más rápido.
- No cuente con sus reflejos para salvar sus manos y dedos.

CONCLUSIÓN

Estar cansado, aburrido o distraído en el lugar de trabajo significa que no se está concentrando en las tareas laborales en la medida que debería. Es aquí donde y cuando se producen los accidentes laborales. Las lesiones en manos y dedos suelen ser el resultado.