Prevent Injuries From Falling Objects Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La caída de objetos, como materiales de trabajo y herramientas, supone un grave problema de seguridad siempre que se trabaja por encima de la cabeza o en un lugar elevado. Este peligro suele olvidarse hasta que un accidente o una lesión nos lo recuerdan con crudeza.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS Y RIESGOS DE LA CAÍDA DE OBJETOS

Los objetos que caen con más frecuencia en una obra son las herramientas que dejan caer sus compañeros. Los cubos, herramientas, martillos y trozos de madera o metal mal colocados pueden caer y lesionar a varios trabajadores.
Uno de los escenarios más peligrosos en el trabajo es cuando a alguien se le cae algo mientras trabaja en altura o un objeto se desprende inesperadamente de un borde, lo que puede provocar terribles lesiones o la muerte de los empleados. Los empleadores deben disponer de un procedimiento de trabajo seguro para los empleados que trabajan en altura, así como capacitar adecuadamente a todos los empleados implicados. Es necesario inspeccionar periódicamente los equipos y las plataformas de trabajo para garantizar la seguridad de las personas que trabajan en altura, así como de las que se encuentran debajo de las zonas de trabajo.
Las lesiones más comunes que sufren los trabajadores por la caída de objetos son contusiones, fracturas, torceduras y esguinces. Los objetos que suelen caer van desde objetos grandes, como cerchas de tejado y vigas de acero, hasta objetos pequeños, como elementos de fijación y pequeñas herramientas de mano.

COMO PROTEGERSE

REDUZCA EL RIESGO DE CAÍDA DE OBJETOS

- Procure mantenerse alejado de las zonas con señales que adviertan de la posibilidad de caída de objetos.
- Manténgase alejado de las zonas de peligro con barricadas.
- Nunca camine o permanezca en la zona de caída debajo de una grúa, polipasto, cargador frontal u otras piezas de equipo pesado.
- No camine ni permanezca debajo de escaleras o andamios, ni en ningún otro lugar en el que se estén realizando trabajos por encima de la cabeza, ya que es probable que caigan objetos y escombros.
- Utilice siempre el equipo adecuado para cada trabajo o tarea.
- No apile materiales u objetos demasiado altos.
- Tómese el tiempo necesario para apilar los materiales de forma que se evite que resbalen, se caigan o se desplomen.
- Inspeccione las herramientas y equipos antes de utilizarlos.
- No utilice nunca equipos o herramientas defectuosos o en mal estado.
- No supere la capacidad de elevación de una grúa, montacargas o polipasto.
- Cuando realice trabajos por encima de la cabeza, asegure correctamente sus herramientas y equipos.
- Utilice cuerdas de seguridad para evitar que las herramientas se caigan.
- Mantenga el material a 3 pies del borde de ataque, excepto el material necesario para el trabajo en curso.
- Retire los objetos de todos los bolsillos sueltos o sin cierre, especialmente los bolsillos superiores de la camisa, como teléfonos, bolígrafos y herramientas.
- No cuelgue objetos sobre las barandillas.
- Asegure todos los objetos cuando trabaje en una superficie elevada.
- Asegúrese de que los rodapiés están colocados y se inspeccionan con frecuencia.

- Cascos y equipos de protección individual para todas las personas que se encuentren en zonas con riesgo de caída de objetos.
- Aísle con cuerdas, si es posible, la zona en la que pueda haber riesgo de caída de objetos.
- Inspeccione todos los EPP antes de utilizarlos para confirmar que siguen cumpliendo las recomendaciones de los fabricantes.
- Comuníquese a menudo. Trabaje en equipo para evitar la complacencia y permanezca atento a estos procedimientos en todo momento.

LAS MEJORES MEDIDAS PARA EVITAR LESIONES POR CAÍDA DE OBJETOS

Los ojos de un empleado son la mejor herramienta para prevenir lesiones. Con ellos, un empleado puede detectar los peligros y tomar las medidas necesarias para evitar lesiones.

1. **Advierta.** Cuando se trabaja en una obra en la que existe la posibilidad de que caigan objetos, debe haber una advertencia adecuada para el empleado y otras personas que puedan entrar en la obra. Las formas de hacerlo incluyen la comunicación verbal de los peligros y la colocación de señales que indiquen que hay que tener cuidado con la caída de equipos. Otra forma de garantizar la seguridad de los invitados en el lugar de trabajo es tener un empleado a cargo de escoltarlos que sea consciente de las áreas que tienen potencial de caída de objetos.
2. **Asegure las cargas.** Si un empleado tiene que elevar una carga a un nivel superior, debe asegurarse de que la carga está bien sujeta. En el caso de levantar un palé con pilas de cajas, una envoltura de plástico puede proporcionar estabilidad y evitar que los objetos se caigan. Si se utiliza envoltura de plástico no hay que olvidar que el plástico puede estirarse debido al alto calor en la parte superior de las estanterías y puede hacer que la carga se desplace. Para cargas más pesadas los empleados pueden utilizar correas metálicas o de tela para asegurarlas.
3. **Mueva la carga correctamente.** Al mover una carga es

importante no levantarla, bajarla ni balancearla nunca por encima de la cabeza de nadie. En las zonas donde las cargas se colocan en estantes altos con la posibilidad de caerse por el otro lado, asegúrese de que hay un vigilante que evita que los empleados entren en el peligro trasero y que puede ayudar a instruir al empleado que coloca la carga. Si es posible, restrinja estas operaciones de apilamiento y movimiento pesado a las horas en que haya menos personas presentes.

4. **Mantenga limpio el lugar de trabajo.** Las herramientas y los escombros son una de las principales causas de caída de objetos. Para mitigar este peligro, los empleados deben asegurarse de que las zonas de trabajo estén limpias y ordenadas. Cuando un trabajador termine de utilizar una herramienta, debe guardarla en el lugar adecuado.
5. **Controles administrativos.** Los controles administrativos son una buena forma de prevenir o detener la caída de objetos en el lugar de trabajo. Ejemplos de este tipo de controles incluyen la instalación de tablas en los laterales de las zonas de trabajo elevadas o andamios para evitar que los objetos caigan por el borde, el uso de barras en las zonas de almacenamiento para evitar que el material caiga, el uso de redes para capturar los objetos que caen, la implementación de vallas u otras barricadas para mantener a los trabajadores y a los invitados fuera de las zonas de caída y la programación del trabajo para un momento en el que la cantidad de personas en los niveles inferiores sea mínima.
6. **Equipos de protección.** Cuando todo lo demás falla, la última línea de defensa es el equipo de protección personal. Cualquiera que vaya a estar en una zona donde exista el riesgo potencial de caída de objetos debe llevar casco y calzado con puntera de acero. Ambos equipos deben ser inspeccionados antes de su uso y deben estar en buenas condiciones de funcionamiento y ajustarse correctamente.

CONCLUSIÓN

Siempre que exista riesgo de caída de objetos en un lugar de trabajo, el empleador está obligado a proporcionar protección a los trabajadores y visitantes del lugar. Los cascos y el calzado de seguridad son ejemplos de protección personal contra la caída de objetos.