

# Sistema de protección: Prevención y Detención

## Introducción:

### ¿Por qué hablar sobre los sistemas de protección: prevención y detención?

- ✓ Hoy vamos a mostrar un video sobre Joe. Joe era un "Formen" y constructor de techos y murió al caer por un tragaluz. Al final del video vamos a hablar sobre lo que pasó. Aunque el video es sobre tragaluces, hablaremos sobre los peligros de caídas en el lugar de trabajo y cómo prevenirlos al usar las protecciones anticaídas.
- ✓ Las caídas son la principal causa de accidentes o muerte en la industria de la construcción.
- ✓ Las caídas no solo resultan en muerte, también pueden causar accidentes graves que resultan en días fuera del trabajo o incapacitados a largo plazo.

**Mostrar el video:** *CDPH/FACE: Prevención de caídas por tragaluces* (5-6 minutos)

### Preguntas que usted debe hacer después de mostrar el video:

1. Al inicio del video, los trabajadores trabajan cerca de los tragaluces. ¿Con qué frecuencia se ve esto?
2. ¿Cuáles fueron las razones principales por las cuales se cayó Joe por el tragaluz?
3. ¿Qué se puede hacer diferente para trabajar más seguro alrededor de tragaluces o agujeros de techo?

#### ***Vamos hablar sobre la seguridad al utilizar los sistemas de protección:***

4. ¿Cuáles son las diferencias entre el sistema de prevención y el sistema de detención contra caídas?
5. ¿Qué es el plan de rescate del sistema de protección contra caídas de la compañía?  
¿Qué no es un plan de rescate?
6. Demuestre la manera correcta de ponerse el equipo de sistema de protección o detención. Mientras esto suceda, invite a los trabajadores a hacer preguntas y a ofrecer sugerencias durante la demostración.

**⇒ Puntos Claves que se deben cubrir:** *(es mejor demostrar)*

**General**

- Se requiere un sistema de protección a la altura de 7 ½ pies. La altura puede cambiar según la tarea de trabajo (vea el Guía de Bolsillo).
- Los elevadores aéreos ("scissor lift") de la obra deben estar sujetado a la canasta.
- Los equipos de protección contra caídas deberán ser inspeccionados diariamente y dos veces al año por una persona competente.
- 3 componentes principales del sistema personal de protección: 1) Punto de amarre 2) Arnés de cuerpo completo (o cinturón de seguridad contra caídas) 3) Conector (cuerda de seguridad).
- El atador del arnés donde se encuentra el anillo D se debe colocar al centro de la espalda del portador, cerca del nivel del hombro.

**Sistema personal de protección: prevención**

- Se debe instalar de cierta manera tal que el trabajador no esté sujeto a una caída libre. El trabajador puede solamente alcanzar hasta el área de trabajo.
- Los puntos de amarre deben ser capaces de soportar 4 veces la carga prevista.
- Arnés o cinturones de seguridad pueden ser usados como parte del sistema de protección o detención.
- Cuerdas de seguridad deben estar conectadas a una parte estructural o cuerda salvavidas.
- Se debe establecer movimiento al trabajador solamente hasta la área de trabajo.
- Para movimiento horizontal, se debe instalar las cuerdas de seguridad para recorrer de lado a lado.

**Sistema personal de protección: detención**

- Se requiere usar un arnés de cuerpo completo. No se debe usar un cinturón de seguridad.
- El punto de amarre (anclaje) debe ser capaz de soportar 5,000 libras por cada trabajador.
- No permite la caída libre del trabajador que sea más de 6 pies. Así, el trabajador no está en contacto con un nivel inferior.
- Si se usan amarres de cuerdas, éstos deben ser reajustados para no permitir la caída libre que sea más de 6 pies.
- Para conectar un arnés de cuerpo completo con un punto de amarre es necesario usar una cuerda de seguridad o una cuerda salvavidas con amortiguador de impacto y sus conectores. Nunca conecte cuerdas de seguridad juntas.

**Plan de rescate**

- Se deberá implementar un plan de rescate y protección contra caídas. (9-11 no es plan de rescate).
- El plan de rescate debe estar diseñado para subir o bajar al trabajador a un lugar seguro.
- Todos los trabajadores deben recibir entrenamiento que les explique qué hacer en caso de que se caigan o sean testigos de caídas de otros trabajadores.

**Ejercicios que el empleador debe hacer después del entrenamiento:** Por ejemplo: Asegure que los trabajadores reciban entrenamiento sobre la protección contra caídas y que el entrenador sea una persona competente.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

**Después del entrenamiento, algunas prácticas de seguridad que los trabajadores deben realizar:** Por ejemplo: Ajuste el arnés durante el día para mantener el anillo D al centro de la espalda, cerca al nivel del hombro.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_