

# MAREK

Volumen XXX

Número 45

04 de noviembre del 2019

TBT para 11-04-19

**Tema Mandatorio: Aviso a supervisores & consejeros de seguridad:** Lea y prepare una **DEMONSTRACION** de **HARNES DE CUERPO COMPLETO**. Asegúrese de que los empleados entiendan la importancia de usar un harnes de cuerpo completo apropiadamente, use un voluntario para la demostración.

## EQUIPO DE PROTECCION DE CAIDA

Una herida por causa de una caída es un problema mayor en la construcción. Más de 20,000 gente es matada cada año debido a una caída. Sólo accidentes de tráfico causan esta tragedia.

Los peligros que están en los trabajos se agrupan en tres categorías generales:

- **Las Caídas en el mismo nivel.**
- **Las Caídas de un área elevada.**
- **Ser golpeado por un objeto que cae.**

Resbalar, tropezar o chocar contra algo causa generalmente las caídas en el mismo nivel. Resbalar podría ser debido a un pasillo con lodo, aceite o grasa en el piso, un pedazo pequeño de tubo o un objeto tirado, estos son solo unos pocos ejemplos. Podemos evitar estos peligros en dos maneras: Primero, practica la limpieza y buen mantenimiento, mantener el área limpia y ordenada; segundo, estar alerta y vigilar por dónde camina.

Una superficie irregular, las líneas o las mangas pueden causar tropiezos a través de pasillos, las herramientas que no están en su lugar apropiado, la mala iluminación y muchos otros. Para evitar los peligros de tropiezo, practique y mantenga la buena limpieza, vigile su paso y mantenga sus zapatos de seguridad bien amarrados y en buen estado.

Sea especialmente cuidadoso cuándo trabaja en zancos. Si usted está elevado, una caída de aún unos pocos pies hasta el piso puede ser muy dolorosa. El potencial para tropezar y resbalar es también mucho más grande. Mantenga el área de trabajo seca y limpia. Cerciórese que las correas están en buen estado y abrochadas.

Algunos artículos disponibles para la protección de caídas son:



**Self-retractable  
Lanyard**



**Body harness**



**Beam Clamp**



**Twin Lanyard**



**Web-sling Lanyard**

**Cerciórese que puede reconocer los peligros de caída y que usted sepa los procedimientos que usted debe seguir para aminorar los peligros. Para usar cualquiera de los sistemas y equipo descritos arriba, usted debe ser entrenado por su supervisor o consejero de seguridad.**