

Más vale perder un minuto en la vida que la vida en un minuto



4

Reconstruyendo después de un huracán y cuidando nuestra salud

Cómo trabajar en techos sin arriesgar la salud



Identifique aciertos y errores en el dibujo



Peligro de inestabilidad de una estructura

La reparación e instalación de techos es una de las tareas de reconstrucción inmediata después de un desastre natural. Sin embargo, este trabajo es una de las mayores causas de accidentes laborales que van desde lesiones menores hasta la muerte. No se convierta en una estadística más. Siga las recomendaciones que brinda este panfleto.

Vea, valore y cuando se sienta seguro ...suba la escalera



Reconozca y analice los riesgos antes de empezar la jornada. También reconozca si esta capacitado para hacer el trabajo. Si hay mucho riesgo, y su vida corre peligro, simplemente diga **NO**. La salud es más importante. Aunque no se vea, algunos edificios quedan dañados después del paso del huracán. Los techos no están seguros y estables. Las autoridades correspondientes deben chequear la estabilidad de la estructura.



Busque la manera y el lugar más apropiado y seguro para subirse y bajarse de la escalera.



Si trabaja a una altura de 6 pies o más, use un sistema de protección de caídas. Este sistema se usa para proteger al trabajador de una caída del nivel de trabajo. Consiste en un anclaje, conector, arnés y una cuerda de seguridad, dispositivo de desaceleración, cuerda salvavidas o una combinación adecuada de todos estos. Usted debe ser capacitado antes de usar este equipo de protección y debe haber una persona competente que evalúe los peligros y que proporcione entrenamiento y monitoree los riesgos.



Los andamios y escaleras deben instalarse de manera segura y estar en buenas condiciones. Una persona competente debe chequear el andamio. En este caso, una persona competente es alguien capacitado para identificar riesgos existentes y peligros previsible en los alrededores, o condiciones de trabajo que exponen la salud de los trabajadores y que tenga la autoridad de tomar medidas correctivas inmediatas.



Mantenga el área de trabajo limpia. Elimine cualquier objeto que pueda caerse o causar una caída. Siga los protocolos de seguridad, siempre use casco cuando se haya identificado que hay peligros presentes sobre su cabeza.



No trabaje si las condiciones del clima no son óptimas. Si es un trabajo de emergencia tome todas las precauciones necesarias



Sube la escalera como viejo y llegarás como joven



Determine cuál es la escalera más apropiada para el trabajo a realizar.



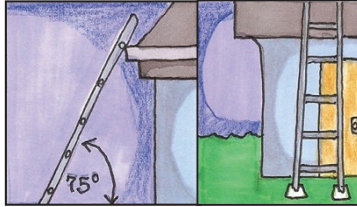
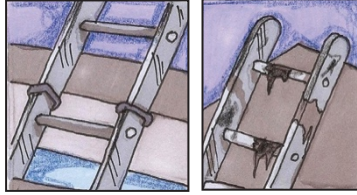
Limpie bien la escalera para prevenir resbalones y no la utilice si está en malas condiciones.



Coloque la escalera en una superficie firme y nivelada. No la sitúe frente a puertas o cerca de cables eléctricos.



Afiance la escalera en la parte de arriba y en la parte de abajo. Clave la escalera en la parte de arriba o asegúrela con alambre o sogas a un lugar seguro. En la parte de abajo, asegúrela contra cualquier movimiento bloqueándola, amarrándola o usando otro método adecuado.



Siempre mantenga los tres puntos de apoyo, no extienda su cuerpo más allá del marco de la escalera y no baje de espaldas en la escalera, siempre hágalo mirando de frente a la escalera, y no pinte las escaleras.



Cuando incline una escalera o use una escalera de extensión debe hacerlo a un pie de cada cuatro pies de altura hasta el punto de apoyo. (la proporción de 4 a 1) Una escalera de 12 pies se inclina de manera que la parte de abajo esta a 3 pies alejado de donde se apoya o inclina la parte de arriba de la escalera.



No exceda el límite de carga de la escalera. No utilice escaleras dañadas o defectuosas.



Superficies inseguras

Antes de hacer la transición de la escalera al techo, compruebe que la superficie esté segura para caminar. El techo no debe estar mojado ni tener arena, aserrín, cables, tabiques u otros objetos y substancias que puedan ocasionar un tropiezo. Debe barrer los escombros y usar botas con buena tracción.



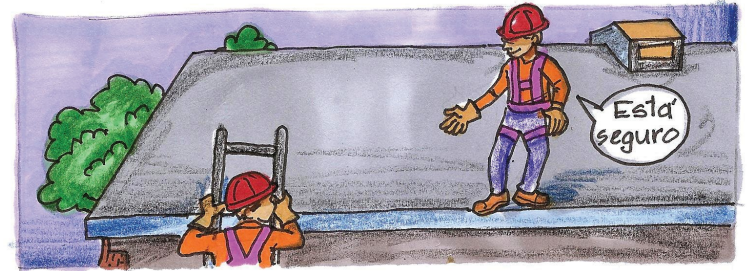
Seguridad contra caídas

Las coberturas de hoyos deben tener la capacidad de aguantar, al menos, el doble peso del trabajador y el equipo y materiales que se puedan poner en la cobertura en cualquier momento. Asegúrese que las coberturas estén bien aseguradas.

- Cubra o claramente identifique hoyos o derrames que vea en el techo. Asegure las barreras.
- Identifique las coberturas de tal manera que los trabajadores sepan que hay hoyos debajo de las coberturas.
- Use barandillas



Siempre use un arnés a su medida, en buenas condiciones, y que este conectado a una línea de seguridad. Nunca use un sistema personal de caídas, si no ha sido capacitado en el uso seguro y adecuado por una persona competente. Use el sentido común, ponga atención por donde camina y de pasos seguros. Camine despacio y no cargue cosas que le limiten su visibilidad.



Condiciones de tiempo y clima



La lluvia, el hielo, la nieve, el viento o el calor crean situaciones peligrosas y aumentan los riesgos de este oficio. Bajo estas condiciones sería mejor no trabajar. Pero si debe hacerlo protéjase y no se olvide de lo siguiente:



Use ropa cómoda pero que lo proteja de los peligros existentes.



Este consiente de los alrededores. Siempre mire si no hay peligros.



No acarrear carga pesada ni tener las manos totalmente ocupadas.



No utilice audífonos o celulares durante la jornada laboral.

Equipo de Protección



Casco, arnés de cuerpo completo, estrobo, cuerda de vida, guantes y botas de tracción



Este panfleto proporciona consejos básicos y prácticos para proteger la salud y seguridad en el trabajo. No pretende substituir un entrenamiento detallado sobre el tema.

