

02.06.2023

# PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN CONTRA CAÍDAS

## NO CAIGA EN NINGUNA TRAMPA.

### FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

#### Supervisión de proyectos

- Identificar y proporcionar el equipo y los materiales anticaídas adecuados para la tarea.
- Inspeccionar el sitio de trabajo para detectar riesgos de caídas y el cumplimiento de la protección anticaídas.
- Asegurarse de que los empleados-propietarios estén capacitados sobre los requisitos de protección anticaídas del Programa de Gestión de la Seguridad.

#### Empleados-propietarios

- Inspeccionar el equipo de protección anticaídas antes de utilizarlo.
- Evaluar las tareas laborales para determinar las necesidades de protección anticaídas.
- Proporcionarle comentarios y recomendaciones a la supervisión del proyecto para el cumplimiento de la protección anticaídas.

### PROCEDIMIENTOS

#### Requisitos Generales

- Se debe utilizar un sistema individual anticaídas (personal fall arrest system, PFAS) cuando los empleados-propietarios estén expuestos a un riesgo de caída mayor a seis (6) pies y no estén protegidos por un sistema de restricción anticaídas, como una baranda. Se puede establecer una zona de acceso controlado (controlled access zone, CAZ) si no se puede utilizar la baranda.
- Todos los perímetros del piso/techo que no sean parte del borde delantero deben tener una baranda estándar.
- El borde delantero debe tener una línea de advertencia instalada a un mínimo de seis (6) pies hacia atrás del borde trasero.
- La línea de advertencia debe limitar el acceso a todas las plataformas y bordes de plataforma que no estén terminados.
  - + Consulte las regulaciones del artículo 1926.502(f) del CFR en la OSHA.
- Los empleados-propietarios deben utilizar un PFAS si se requiere trabajar más allá de la línea de advertencia.

## LOS SISTEMAS DE MONITORIZACIÓN DE SEGURIDAD

### NO ESTÁN PERMITIDOS.

Se deben instalar barandas en el rellano de todas las aberturas del piso/techo y las escaleras. La baranda se debe colocar de manera que el empleado-propietario no pueda entrar directamente a la abertura de la escalera.

- Equipo anticaídas:
  - + El equipo del PFAS debe cumplir el artículo Z359.1 del ANSI. Algunos de los fabricantes aprobados son: Miller, Klein, Werner, Protecta, Guardian, MSA, UltraSafe, FallTech y 3M.
  - + Los puntos de anclaje deben ser capaces de soportar 5000 libras por persona.
  - + El hardware del PFAS y de otros equipos debe ser compatible.
  - + Todos los empleados-propietarios deben estar amarrados al 100% mientras estén expuestos a un riesgo de caída.
- Todos los perímetros del piso/techo que no sean parte del borde delantero deben tener una baranda estándar.
- Nunca conecte dos equipos anticaídas, a menos que el fabricante lo autorice.
- Conecte el extremo amortiguador del acollador al arnés, a menos que el fabricante especifique lo contrario.

Nunca modifique el equipo anticaídas.

- Los sistemas de protección anticaídas, como las cuerdas salvavidas horizontales y verticales, deben ser de fabricación o diseño comercial.
- Los empleados-propietarios deben utilizar un PFAS cuando trabajen en columnas, muros reforzados, soportes de vigas y sistemas de cables si las barandas estándar para la prevención de caídas no están disponibles.

#### Barandas estándar

- No debe pisar, subirse, montarse, utilizar una escalera, inclinarse sobre o inclinarse a través de las barandas.
- El sistema de barandas estándar consiste en maderos estándar de 2x4x8 en centros de 8 pies. La baranda superior es de 2 pulgadas por 4 pulgadas, a 42 pulgadas por encima de la superficie de acabado con una baranda intermedia y un tablón para pies.
- Los cables deben ser de 3/8 de pulgada o de una resistencia equivalente, estar soportados por soportes espaciados a no más de 8 pies en el centro y mantenerse con muy poca desviación. El cable superior debe estar a 42 pulgadas por encima del piso de acabado y el cable intermedio debe estar a 21 pulgadas del tablón para pies.
- No se deben utilizar las barandas como puntos de anclaje para el equipo anticaídas a menos que un ingeniero de estructura las apruebe para ese propósito específico.

#### Redes de seguridad

- El personal no debe utilizar las redes para escombros, a menos que se incorpore una red personal. Se deben limpiar los escombros con frecuencia.
- El uso de redes de seguridad requiere un plan de rescate para el traslado de personas.
- Se deben probar las redes de acuerdo con las regulaciones de la OSHA inmediatamente después de instalarlas.

#### Andamios

- Se debe sujetar el andamio de marco, incluidas las patas, antes de utilizar el equipo anticaídas.
- Asegure el primer nivel para evitar posibles caídas antes de utilizar el equipo anticaídas.
- El acollador anticaídas debe absorber impactos.
- Si está levantando un andamio junto a la estructura, considere fijar correctamente una línea salvavidas retráctil o de cuerda al techo de la estructura.
- Se deben utilizar los PEI FAS cuando se levanten/desmantelen andamios (p. ej., andamios tubulares, andamios Morgan, etc.).

#### Levantamiento de acero

- Instale cables horizontales/verticales en el suelo.
- Planifique las rutas de recorrido hacia arriba y alrededor de la estructura y apéguese a ellas.
- Inspeccione los arneses para detectar cortes en las cinchas bajo las nalgas producidos por métodos de trabajo a horcajadas.
- No haga trabajos de conexión de acero en condiciones meteorológicas inusualmente ventosas o húmedas.
- Se deben utilizar botas de trabajo aprobadas en superficies específicas para caminar.
- Se prohíbe la escalada libre de columnas. En vez de eso, utilice escaleras.
- Trabaje con los fabricantes para eliminar los riesgos de caída.
- Camine por el reborde inferior que se extiende por la viga para desenganchar la grúa de la carga una vez que la viga esté atornillada.

#### Entablado

- Planifique la localización de los paquetes de tablas para eliminar la necesidad de llevar o arrastrar paneles.
- Establezca un plan de protección anticaídas con el uso de líneas salvavidas retráctiles o estáticas. Verifique que los elementos estructurales puedan soportar de manera segura el peso de un paquete de tablas (con todos los soportes laterales instalados).
- Se debe mantener todo el material adicional de enrejado para proyectos futuros. Para fines de reutilización, no corte el enrejado de metal expandido para utilizarlo en agujeros más pequeños.

#### Mantenimiento e inspección

- Se deben inspeccionar las barandas a diario para garantizar que se ha terminado y retensar cuando sea necesario.
- Se deben inspeccionar las líneas de catenaria a diario.
- Se deben inspeccionar las líneas de advertencia a diario.
- Cada empleado-propietario que utilice un PFAS o un sistema de restricción de caídas debe inspeccionar su equipo antes de utilizarlo. Estos son algunos puntos de inspección:
  - + La cincha del arnés no debe tener cortes o material deshilachado.
  - + Los anillos en D y el hardware de los acolladores no deben estar deformados o agrietados.
  - + Todos los arneses corporales y los ensamblajes de los acolladores deben tener adherida una etiqueta legible que identifique al fabricante. No se debe utilizar ningún equipo que no tenga una etiqueta legible del fabricante.

#### Planificación de rescates

- No se debe poner a una persona en una situación en la que, en caso de caída, el rescate rápido sea impráctico/imposible.
- Si un trabajador resulta lesionado en el sitio de trabajo, se debe hacer una evaluación rápida del grado de las lesiones. Si se determina que la lesión es más que leve, utilice procedimientos de emergencia. Considere equipos como:
  - + Camillas de canasto con bridas de elevación.
  - + Disponibilidad de elevadores aéreos.
  - + Sistemas que incluyan autorrescate/descenso controlado.

#### Planes de protección anticaídas específicos del lugar

- Se le debe pedir asistencia al gerente de seguridad para desarrollar el plan.

### CAPACITACIÓN

#### Requisitos generales de capacitación

- Los supervisores deben capacitar a los empleados-propietarios que trabajen en el sitio sobre el uso adecuado de la protección anticaídas para los sistemas que se hayan elegido utilizar en el proyecto.
  - + Se debe capacitar a los empleados-propietarios sobre el uso de equipos y los puntos de anclaje adecuados.
  - + En los recursos de abajo, hay revisiones de las capacitaciones a través de reuniones semanales de seguridad sobre el tema de la protección anticaídas.