



Nombre de Compañía: _____ Localidad del sitio de trabajo: _____

Fecha: _____ Tiempo Empezaron: _____ Tiempo Terminaron: _____ Supervisor: _____

Tópico 280: Protección de Caídas (Subpart M, Parte B)

Introducción: Regulaciones OSHA declara que “Empleadores deben proveer e instalar todas los sistemas de protección contra caídas requerido antes que empiece a trabajar un empleado.” Caerse de alturas es la causa primaria de lesiones en la industria de construcción y cuenta por 34% de todas fatalidades en construcción. En orden de reducir heridas y muertes de caídas, numerosas estándares de **Protección de Caídas** han sido promulgadas. Requisitos de **Protección de Caídas** son determinados por el tipo de trabajo realizado y consiste de barreras, barandales, arnés, correas, acolador, anclajes, y variados dispositivos de desaceleración. El sistema de barandales consiste de barandillas superior, barandillas en medio, y postes que impide caídas. Sistemas de detención de caídas consiste de cinturones integrales, o cinturón de seguridad que es ancho, correas acolchonadas que se aseguran alrededor la cintura para fijarse a un arnés, línea de vida, o un dispositivo de deceleración. Arnés integrales son correas de conexión que se aseguran sobre la persona de manera que distribuyen las fuerzas de detención de caídas sobre el muslo, pelvis, cintura, pecho, y hombros; con manera de fijarse a otros componentes del equipo de detención de caídas.

Conexiones de Sistema de Detención de Caídas Personal (PFAS) deben ser acero forjado, formado o material equivalente con resistencia a la torsión mínimo de 5000 lb.

- **PFAS deben ser inspeccionado** antes de cada uso y después de una caída para gastos, daño, deterioro o componentes defectuosos.
- **Cinturones integrales** no son aceptable como parte de sistema de detención de caídas personal.
- **Acoladores, líneas de vida,** tejidos y componentes de fuerza deben ser hechos de fibras sintéticos y tener una resistencia mínimo de 5000lb.
- **Anclajes** usados para atadura de PFAS deben ser capaz de soportar a menos 5000lb por persona adjuntada.
- **Cuando deteniendo una caída,** PFAS deber limitar fuerza de detención de un empleado a 1,800lb, ser equipado para limitar la caída de un empleado más de 6pies, y prevenir contacto con niveles inferior, y llevar al empleado a una parada completa.

Sistemas de Dispositivos de Posiciones (PDS) pueden usar cinturón integral y deben ser equipados para que no caiga un empleado más de 2 pies.

- **PDS deben** ser inspeccionado antes de cada uso; componentes defectuosos deben ser removidos. Anclajes de PDS deben soportar 3000lb.

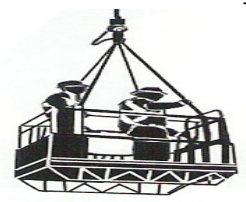
Sistemas de Barandales y su uso deben acatar con lo siguiente:

- **Barandal superior** será de 39-45 pulgadas sobre el nivel de trabajo/pasillo.
- **Barandales de media, cortinas, mallas,** o miembros de estructuras intermedio deber ser instalado entre la orilla superior del barandal y piso cuando no hay una pared a menos 21 pulgadas alta.
- **Barandales de medio deben** ser intermedio el barandal superior y el piso.
- **Cortinas y mallas deben** cubrir aberturas en total entre el barandal superior y el piso.
- **Miembros intermedio** no deben estar mas de 19 pulgadas aparte.
- **Sistemas de barandales** serán pulido para prevenir heridas por punccionar o laceraciones y para prevenir rasgar la ropa.
- **Cuando barandales** son usado alrededor un hoyo debe ser colocado en todos lados no protegidos del hoyo y no deben tener más de dos lados movibles para permitir pasada de material. Cuando no esta en uso, el hoyo deber ser cerrado. Si el hoyo es usado como punta de acceso, tal como ruta de escalera, el barandal debe tener una puerta o ser compensado para que una persona no puede caminar directamente hacia el hoyo.
- **Sistemas de barandales** usados en rampas y pistas deben ser erigido a lo largo de cada lado no protegido.



Sistemas de Redes de Seguridad acataran con lo siguiente:

- **Redes de seguridad** serán instalado lo mas cerco practico abajo la pista/superficie de trabajo, pero ni en un caso mas de 30pies hacia abajo tal nivel. Cuando usado en puentes, la área entre la pista/superficie de trabajo y red no deben ser obstruidos.
- **Redes** serán instaladas con espacio suficiente debajo de ellos para prevenir contacto con estructuras hacia bajo ellos, no menos de 42 pulgadas.
- **Redes de seguridad** y instalaciones deben ser examinado dejando caer algo en el después de instalación inicial, antes de ser usado como sistema de protección contra caídas. Cuando quiera son reestablecido, reparado, o cada seis meses si dejado colocados.
- **Redes defectuosas** no deben ser usadas. Redes de seguridad serán inspeccionado a menos cada semana por gastos, danos, y otros deterioros.
- **Materiales, escombros, equipo y herramienta** lo cual han caído dentro del red serán removido lo mas pronto posible.
- **Redes de seguridad deben** tener una cuerda de orilla o tejido con una resistencia mínima de 5000lb.
- **Conexiones entre redes** serán a menos tan fuertes como el red y no mas de 6 pulgadas aparte.



Conclusión: Cuando trabajando de alturas desde escaleras, techos, o andamios, protege contra caídas utilizando el apropiado equipo de **Protección contra Caídas**. Asegura que el propio sistema de barandal es colocado. Nunca enganche su acolador en los barandales; siempre enganche su línea de vida en el sistema apropiada de anclajes. Sigue estas pautas para propio uso de **Protección de Caídas**.

Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: _____

Violaciones de Seguridad del Personal: _____

Firma de Empleado:

(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)

Firma de Forman/Supervisor:

Esta pauta no remplace regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.