



Nombre de la Compañía: \_\_\_\_\_ Localidad del Sitio de Trabajo: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Tiempo al Empezar: \_\_\_\_\_ Tiempo al Terminar: \_\_\_\_\_ Supervisor: \_\_\_\_\_

## **Tópico 623: Vestuario Protectoro en el Sitio de Trabajo**

**Introducción:** La ropa protectora personal debe ser segura y mantenerse de una manera limpia y confiable. La ropa cómoda y de buen ajuste, alienta a que los empleados tengan confianza en si mismos mientras trabajan. Cuando utilice varios tipos de ropa por junto, asegúrese que sean compatibles. Si la ropa no queda adecuadamente, puede significar la diferencia entre estar protegido seguramente o expuesto peligrosamente. OSHA requiere que varias categorías de ropa cumplan con o sean equivalentes a las normas desarrolladas por el Instituto Americano de Normas Nacionales (ANSI).

- **Asegure** de utilizar la protección adecuada de cabeza, cuerpo, y mano, para la protección ante peligros como derrames, salpicaduras, polvo, tierra, perforaciones, objetos cayendo, electricidad, laceraciones, abrasivos, y temperaturas extremas de trabajo o del tiempo.
- **Los supervisores** deben monitorear a los empleados regularmente para asegurar el uso y cuidado correcto de la ropa protectora, y proveer inspecciones subsiguientes cuando se requiera asegurar que cada empleado tenga el conocimiento y habilidad adecuada para utilizar la ropa debidamente. Los empleadores pueden asignar por mandato que se puede o no se puede utilizar.

**Protección de Cuerpo:** Siempre utilice una camisa de algodón cómoda, y pantalones largos para la construcción general. La ropa puede incluir:

- |                   |   |             |   |                             |   |                |   |
|-------------------|---|-------------|---|-----------------------------|---|----------------|---|
| ■ Delantales      |  | ■ Chamarras |  | ■ Ropa de lluvia            |  | ■ Desechable   |  |
| ■ Trajes químicos |   | ■ Piel      |   | ■ Overoles                  |   | ■ Cubre barbas |   |
| ■ Chalecos        |   | ■ Ponchos   |   | ■ Trajes de cuerpo completo |   | ■ Pañuelos     |   |

- **Pregúntele** al supervisor, antes de quitarse la camisa en el tiempo de calor. Quemaduras del sol pueden causar demoras y tiempo perdido en el trabajo.
- **Siempre** pregúntele a su empleador antes de utilizar pantalones cortos en el trabajo. Mantenga una apariencia profesional mientras trabaja.
- **Es requerido** tomar precauciones en cuanto a la ropa sintética cuando las condiciones de trabajo podrían encender la ropa.
- **Asegúrese de** ponerse por lo menos 3 capas de ropa durante el tiempo de frío y lluvioso. Utilice una capa exterior para cortar el viento y permitir ventilación; una capa de lana, plumón, o sintética en medio para absorber el sudor y retener las propiedades aislantes cuando este mojado; y una capa interior de algodón o tejido sintético para permitir la ventilación y escape del sudor.
- **Vestirse en capas** crea bolsas de aire las cuales ayudan a retener el calor del cuerpo. Las capas, hacen más fácil adaptarse a los cambios del tiempo y al nivel de fuerza ejercida. Mantenga un cambio de ropa seca disponible en caso de que su vestuario de trabajo se moje.
- **Evite utilizar** ropa sucia o grasosa porque tal vestuario tiene malas propiedades de aislamiento.
- **Nunca** utilice ropa suelta, joyas alrededor de su cuello, u alhajas expuestas, como anillos y collares, al manejar materiales que se pueden enganchar a la ropa o joyas, y causar una lesión. Nunca use anillos en los dedos, al menos de que estén cubiertos con un guante o con cinta.
- **Siempre ponga** atención especial a proteger sus pies, manos, cabeza, y su rostro en el tiempo frío y lluvioso. Mantenga su cabeza cubierta (mucho de nuestro calor del cuerpo se pierde cuando la cabeza esta expuesta). Las manos y dedos pierden su dexteridad en temperaturas bajo 59° F. Utilice guantes aislantes para protegerse los dedos del frío.



**Protección de Cabeza:** Los empleados deben utilizar cascos cuando trabajen en áreas donde existe la posibilidad de un impacto a la cabeza iniciado por un empleado o por objetos móviles o cayéndose. Cascos diseñados para la reducción de peligros de descargas eléctricas serán utilizados por los empleados cuando estén cerca de conductores eléctricos expuestos. Los cascos deben estar en conformidad con ANSI.

**Asegúrese** que la parte de atrás del cuello y las orejas estén protegidas de los rayos del sol dañinos.

**Protección de Mano:** Los empleados deben utilizar protección de mano adecuada al exponer sus manos a riesgos de absorción de sustancias dañinas, cortadas severas, laceraciones, abrasivos severos, perforaciones, quemaduras químicas, y temperaturas dañinas. Siempre utilice guantes apropiados al tipo de trabajo que desempeñara. Utilizar guantes del tamaño adecuado es igual de importante que el tipo de guante que selecciona. Inspeccione sus guantes diariamente antes de usarlos. Almacene todos los guantes en áreas bien ventiladas. Seleccione los puños de la manga adecuados para el trabajo.

- |                  |   |                      |   |                   |   |                   |
|------------------|---|----------------------|---|-------------------|---|-------------------|
| ■ Piel           |  | ■ Nitrilos           |  | ■ Látex           |  | ■ Antideslizantes |
| ■ Hule/nylon     |   | ■ Resistente a calor |   | ■ Libres de látex |   | ■ Aislantes       |
| ■ Malla de metal |   | ■ Tela/algodón       |   | ■ Ante vibración  |   | ■ Impermeables    |

**Protección de Pie:** Los empleados deben utilizar calzado protectoro al trabajar en áreas donde existen peligros como objetos cayendo o rodando, objetos que perforan las suelas, o donde estén expuestos a peligros eléctricos.

- **Al seleccionar calzado**, escoja botas de piel con suelas antirresbaladizas, botas impermeables, botas ante empuje, o zapatos de seguridad.
- **Utilice** calzado que proteja contra el frío y la humedad. El calzado debe ser aislante y quedarle cómodo aun con calcetines dobles o triples.



**Conclusión:** Siempre recuerde utilizar ropa protectora adecuada mientras trabaja en cualquier lugar así sea adentro o afuera. Los empleadores pueden tener requisitos específicos que discutirán durante la junta de seguridad. Utilice estas guías de seguridad para utilizar ropas protectoras adecuadamente.

### **Revisión del Sitio de Trabajo**

Peligros del Sitio de Trabajo y Sugerencias de Seguridad: \_\_\_\_\_

Infracciones de Seguridad del Personal: \_\_\_\_\_

**Firmas de Empleados:**

*(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión y acuerdo a cumplir con todas las pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sostenido ninguna lesión o enfermedad relacionada con mi trabajo.)*

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Firma del Supervisor:** \_\_\_\_\_

*Estas pautas no reemplazan regulaciones locales, estatales, o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.*