

## Protégete

### El uso de indumentaria de protección personal puede salvarte de una variedad de lesiones

**El accidente:** Un trabajador instalaba tuberías en los cimientos nuevos de un edificio en una zanja de poca profundidad, mientras un colega utilizaba un minicargador para rellenar la zanja con arena. La tierra al borde de la zanja estaba mojada, haciendo que la máquina resbalara y luego se vuelque hacia delante golpeando la cabeza del trabajador, quien fue declarado muerto en el hospital a causa del trauma.

**Conclusión:** El trabajador era empleado de un subcontratista que tenía un contrato firmado con el contratista general que estipulaba que el sub cumpliría con todas las reglas de la OSHA, y especificaba que todos los trabajadores debían usar casco. Sin embargo, ni la víctima ni el operador estaban usando casco. No hubo ningún representante del CG en el lugar durante el accidente.

Aunque es imposible determinar si la Indumentaria de Protección Personal o PPE (siglas en inglés) – tales como los cascos, chalecos y gafas de seguridad– pudo cambiar el resultado del accidente, se ha demostrado que los cascos reducen la gravedad de las lesiones en una serie de circunstancias. Su empleador debe tener una política escrita sobre el uso de PPE, y usted debería recibir capacitación sobre qué equipos utilizar como parte de su programa normal de entrenamiento de seguridad. Su empleador también está obligado a poner este equipo a su disposición, pero es responsabilidad suya el utilizarlo apropiadamente y entender los límites de la protección provista por dichos equipos.

**Lesiones en la cabeza** – El uso de un casco te protegerá contra impactos, penetración, y de algunas lesiones por electricidad. Si tienes el pelo largo, asegúrate de que está cubierto y que no obstruye.

**Lesiones de pies/piernas** – Las protecciones para los pies y los zapatos de seguridad te protegerán de



peligros como objetos afilados o superficies calientes, además de ayudarte a mantener el equilibrio en superficies mojadas.

**Lesiones en ojos/cara** – Gafas, cascos y escudos le protegerán de virutas o fragmentos voladores y de las chispas, y mantendrán el polvo y la suciedad lejos de tus ojos.

**Lesiones respiratorias** – Cuando se trabaja en ambientes contaminados con vapores, humos o gases, utiliza un respirador aprobado por la NIOSH. Asegúrate de que la unidad te queda bien y que has sido entrenado previamente en el uso del respirador.

**Pérdida de la audición** – La exposición prolongada a altos niveles de ruido puede causar daños irreversibles. Utiliza tapones para los oídos de un material que se adapta a la oreja tal como la espuma, el algodón encerado o la lana de fibra de vidrio. Límpialos regularmente o reemplázalos con tapones nuevos.

Recuerda que el PPE no te salvará de todos los accidentes. Ser consciente de los peligros que se presentan en tu trabajo actual y un enfoque que usa el sentido común es la mejor manera de evitar lesiones. **EW**

La información para esta Alerta de Seguridad fue tomada de un reporte de accidente, el Programa de Evaluación y Control de Fatalidades NIOSH del Centro de Control de Enfermedades,

y las pautas para el uso de Indumentaria de Protección Personal de la OSHA. Tiene únicamente fines de información general.