

A photograph of a construction site showing a multi-story building under construction. The structure is heavily reinforced with a dense grid of steel rebar. Two workers in blue hard hats and safety harnesses are visible on a narrow platform or scaffolding, working on the rebar. A tall blue crane is positioned to the right of the building. The sky is clear and blue.

PROTECCIÓN DE CAÍDAS

INTRODUCCIÓN

Esta información para adiestramiento ha sido preparada por el Programa de Consultoría sobre Salud y Seguridad Ocupacional e Higiene en Safety Solutions Panama, con la colaboración técnica del Ing. Ralph Furlong, WSO,RSD y el patrocinio de OSHA. Su contenido puede ser copiado y distribuido de manera gratuita, y únicamente se solicita que el usuario mencione y reconozca la autoría de esta información, al Programa Consultivo sobre Salud y Seguridad de Safety Solutions Panama. Los autores de esta información para adiestramiento, tienen la absoluta confianza de que la misma es correcta, pero desean aclarar que ésta no es una publicación oficial de OSHA y en consecuencia, no ha sido revisada ni aprobada por OSHA. Se sugiere que el usuario tenga bien claro y presente, que las recomendaciones aquí suministradas, no anulan ni reemplazan alguna regulación o estándar de OSHA.

Programa Consultivo (Asesoría) sobre Salud y Seguridad de Safety Solutions Panama

Página Web: <http://www.safetysolutionspro.net>

PROTECCIÓN DE CAÍDAS

SECCIÓN m 1926.500

- 
- Efectiva a partir del 6 de febrero de 1995

El derecho a tener protección

- Protección desde 6 ó más pies de altura
- Las superficies sobre las cuales se deba caminar o laborar deben ser inspeccionadas antes de empezar el trabajo
- Los trabajadores deberán únicamente laborar montados sobre superficies lo suficientemente fuertes, que resistan su peso



- Superficies suficientemente fuertes

ALCANCE Y APLICACIÓN

- Cubre todos los peligros de caídas excepto:
 - Sección L - Andamios
 - Sección N - Grúas
 - Sección R - Levantamiento de edificios de estructura metálica
 - Sección S - Túneles
 - Sección V - Transmisiones eléctricas
 - Sección X - Gradadas y escaleras

Se requiere protección cuando...

- Bordes/orillas abiertas
- Bordes/orillas cambiantes
- Equipo peligroso
- Pegar/colocar ladrillos por encima de la cabeza (en inglés: overhand)
- Techos inclinados
- Construcción residencial
- Hoyos / aberturas
- Plataformas para trabajar o caminar
- Trabajo de encofrado
- Excavaciones y pozos
- Levantamiento de concreto prefabricado
- Aberturas de paredes
- Techos con poca inclinación



- Techos inclinados



- Hoyo/hueco/abertura



Safety Solutions Panama --Safety and Health
Consultation Program

- Hoyos/ huecos/ aberturas protegidas



- Techos inclinados

Protección contra objetos que puedan caer desde una altura

- Todo empleado expuesto deberá usar casco
- El empleador/patrón deberá tomar las medidas necesarias para evitar, que los empleados sean golpeados en caso que algo caiga desde una altura





Sistemas de prevención y prácticas o procedimientos aplicados...

- **(a) Pasamanos**

- La altura del riel superior debe estar entre 39" y 45 "
- El riel intermedio debe estar colocado más o menos entre la mitad del riel superior y la superficie para transitar o trabajar
- No debe haber aberturas de más de 19" entre los rieles
- El riel superior debe soportar por lo menos una fuerza de 200 lbs.
- El riel intermedio debe soportar por lo menos una fuerza de 150 lbs.
- El cable metálico debe ser señalado y no debe tener una flexión de más de 3"
- Guayas, inspeccionarlas frecuentemente
- Ningún material menor a 1/4" de diámetro



- **Barandas o pasamanos**

Programa Consultivo sobre Salud y Seguridad



● Guaya /Lazo Metálico

Programa Consultivo sobre Salud y Seguridad



- Guaya /Lazo Metálico

Programa Consultivo sobre Salud y Seguridad



● Barandas de 2 x 4 Programa Consultivo sobre Salud y Seguridad

Sistemas de prevención y prácticas o procedimientos aplicados...

- **(b) Sistemas de redes/mallas de protección**
 - Colocarlas tan cerca como sea posible, pero no a más de 30' (9, 1 mts.) por debajo de la superficie de trabajo
 - Deben ser sometidas a pruebas de impacto o certificadas
 - Sin defectos
 - Inspeccionarlas semanalmente y después de un impacto
 - Retirar objetos atrapados en la red antes de trabajar
 - Aberturas no mayores de 6“, las cuerdas / lazos de los bordes con un mínimo de 5000 lbs. de aguante/resistencia

Sistemas de prevención y prácticas o procedimientos aplicados...

- **(c) Sistemas de protección personal**
- Desde el 1ro-enero-1998 los cinturones con argollas autorizados únicamente para posicionarse
 - los anillos, cinchos y ganchos deben resistir 5.000 lbs. de fuerza de tensión
 - los ganchos deben ser de doble seguro
 - las líneas horizontales para amarrarse deben ser instaladas por una persona calificada, y tener un factor de seguridad mínimo de 2





Protección de caídas

Cadena para
posicionarse

- Argollas únicamente para posicionarse

Sistemas de prevención y prácticas o procedimientos aplicados...

- (c) Cont..
 - Los cordones y líneas verticales deben soportar 5.000 lbs. de fuerza
 - Los arneses deben soportar una fuerza de 1.800 lbs.
 - Considere la instalación, el rescate y las inspecciones

Sistemas de prevención y prácticas o procedimientos aplicados...

- **(d) Aparatos para posicionarse**
 - no más de 2' (0.61 mts) de caída libre
 - inspeccionarlos antes de cada uso
 - uso condicionado de los cinturones
- **(e) Líneas /Cintas de advertencia**
 - instaladas en todos los lados del área del techo donde se trabaja

Sistemas de prevención y prácticas o procedimientos aplicados...

(e) Cont.

- no equipo mecánico a menos de 6' (1,8 mts.) del borde u orilla del techo
- accesos bloqueados cuando no se trabaje
- banderas de material visible
- no mas bajas de 34" (0.9 mts) y no mas altas de 39" (1 m)

Sistemas de prevención y prácticas o procedimientos aplicados...

- (f) Acceso a espacios restringidos
 - trabajo en bordes/orillas que cambian constantemente
 - pegado de ladrillo en bordes/orillas
 - concreto prefabricado
 - accesible sólo a trabajadores adiestrados y calificados
 - información escrita (avisos) en los puntos de acceso



- **Bordes/Orillas cambiantes**

(g) Sistema de monitoreo

- persona competente como monitor
- al mismo nivel visual de los trabajadores
- suficientemente cerca para comunicarse oralmente
- no guardar equipo mecánico en el área
- solamente para techos (en inglés: roofing)
- los trabajadores deben seguir las instrucciones del monitor
- el monitor no debe tener otra función o responsabilidad



● Monitor

Programa Consultivo sobre Salud y Seguridad de SSP



- Línea de advertencia