

Modelo del Plan de Lecciones
Programa de Entrenamiento para la Industria de la Construcción (10 Horas)
Manejo del Material, Almacenamiento, Uso y Eliminación

Introducción

- Más del 20% de las lesiones ocupacionales ocurren con daño en la espalda.
- Los días de trabajo perdidos debido al exceso de fuerza para levantar, empujar, tirar y transportar representan el 27% del total de días de trabajo perdidos.
- Las lesiones pueden ser causadas por objetos que caen, materiales apilados incorrectamente o los equipos.

Actividades del Instructor

- Presentación de diapositivas
- Discutir 29 CFR 1926 Subparte H
- Respuesta de los participantes

Objetivos y Resultados del Aprendizaje

I. Lesiones que comúnmente ocurren durante el manejo, almacenamiento, uso y eliminación de materiales

- A. Lesiones en la espalda
- B. Lesiones por golpes
- C. Lesiones por aplastamientos

II. Cómo prevenir una lesión cuando se levanta el material manualmente

- A. Apóyese en las piernas, manteniendo derecha la espalda y sin girar
- B. Busque ayuda cuando deba mover artículos grandes o voluminosos,
- C. Use accesorios que ayuden a disminuir el esfuerzo
- D. Divida la carga en partes por el tamaño y peso para que sea más manejable
- E. Evite levantar peso más arriba de sus hombros
- F. Use guantes y zapatos de seguridad

III. Eliminación del peligro cuando se usan montacargas para levantar material

- A. Entrenar a los empleados en la operación y uso apropiado
- B. Centrar la carga sobre el elevador y cerca del mástil
- C. Evitar la sobrecarga
- D. Ponga la carga en la posición más baja para transportarla
- E. Mantener los brazos y los pies dentro del montacarga
- F. No llevar a otras personas
- G. No manejar con los tenedores elevados
- H.

IV. Eliminación del peligro cuando se usan grúas para el manejo del material

- A. Entrenar a los empleados en la operación y uso apropiado
- B. Revisar la tabla de pesos en la cabina y cumplir con el límite indicado
- C. Inspeccionar frecuentemente

- D. Nunca levante a personas
- E. Evitar las líneas de electricidad elevadas
- F. Asegurar que el área de movimiento está libre
- G. Tener una persona competente para la inspección, como es requerido

V. Eliminación del peligro cuando se usan eslingas para el manejo del material

- A. Inspeccionar la eslinga el día antes de usarla y donde las condiciones del servicio lo exigen
- B. Asegurar que los ganchos, anillos u otros accesorios tienen la capacidad indicada, por lo menos igual a la de la cadena a la cual están unidos
- C. No usar ganchos de las tiendas o del trabajo ni substitutos de ajustadores
- D. Lubricar las cadenas y las sogas
- E. Retirar de servicio el equipo gastado por el uso o si está dañado o defectuoso

VI. Eliminación del peligro cuando se almacenan, usan o desechan materiales

- A. Asegurar el material almacenado en filas empaquetándolo, escalonando, bloqueando o enclavándolo para evitar su caída
- B. Indicar el límite de peso que pueden soportar los pisos
- C. Mantener libres los pasillos y caminos
- D. No almacenar material dentro de 6 pies de distancia al pozo de un elevador o de una abertura en el piso
- E. Usar protección para las caídas cuando está trabajando con materiales almacenados en silos, carros de carga o tanques
- F. No apilar los ladrillos a más de 7 pies de altura e indéntelos con un ladrillo suelto si la altura supera los 4 pies.
- G. Sacar los clavos antes de apilar maderas
- H. Apilar la madera de manera que quede estable y bien apoyada
- I. Mantener las áreas de almacenaje libres de material acumulado que pueda causar tropiezos, fuegos o explosiones, o que pueda promover la presencia de ratas o pestes
- J. No almacenar materiales que son posiblemente peligrosos o incompatibles; asegurar que sean eliminados apropiadamente

Referencias

Normas de OSHA: 29 CFR 1926 Subpart H (1926.250 to 1926.252)

Publicaciones de OSHA

http://www.osha-slc.gov/OshStd_toc/Additional.html

- 2236 Manejo y almacenamiento de materiales
- 3072 Seguridad de las eslingas
- 3170 Usando guardas en los equipos y protegiendo a los trabajadores de las amputaciones

Recursos/Referencias de OSHA

- Programa de Alcance para la Salud y Seguridad en la Construcción – Manejo y almacenamiento de materiales

- <http://www.osha.gov/doc/outreachtraining/htmlfiles/mathan.html>
- Programa de Alcance para la Salud y Seguridad en la Construcción – Seguridad de las eslingas
<http://www.osha.gov/doc/outreachtraining/htmlfiles/slings.html>
- OSHA Construcción eCAT – Golpes por: Vehículos
<http://www.osha.gov/SLTC/etools/construction/struckby/vehicles.html>
- OSHA Manual Técnico – Problemas y lesiones en la espalda
http://www.osha.gov/dts/osta/otm_vii/otm_vii_1.html
- OSHA Manual Técnico – Montacargas, Camiones Industriales a Motor
<http://www.osha.gov/SLTC/powerindustrialtrucks/index.html>

This material was translated under Susan B. Harwood grant number 46F1-HT06 awarded to the Texas Engineering Extension Service, OSHA Training Institute Southwest Education Center from the Occupational Safety and Health Administration, U.S. Department of Labor. It does not necessarily reflect the views or policies of the U.S. Department of Labor, nor does mention of trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by the U.S. Government.

Este material fue traducido bajo número 46F1-HT06 de la concesión de Susan B. Harwood concedido a Texas Engineering Extension Service, OSHA Training Institute Southwest Education Center del Occupational Safety and Health Administration, U.S. Department of Labor. No refleja necesariamente las vistas o las políticas del U.S. Department of Labor, ni menciona los nombres comerciales, productos comerciales, o las organizaciones implican el endoso por el gobierno de Estados Unidos.