

## Guía Pedagógica

### **CENS Tomas Alva Edison**

Docentes: Germán Merino – Jorge Olivera

Curso: 2° año 1ª, 2ª división - Nivel adulto

Turno: Noche

Área curricular: Higiene y seguridad laboral

Título de la propuesta: **Riesgo en altura uso arnés**

Uso correcto y medias precautorias

#### **Actividades:**

- 1-Realice una lectura comprensiva de los siguientes conceptos, y explique con sus palabras cada una de las preguntas.
- 2- Determine según lo leído cual sería el uso correcto del arnés y cuál es la altura con la que es obligatorio el uso del mismo.
- 3-¿Cómo evitar las caídas de altura? Con sus palabras.
- 4-¿Qué factores impiden que se efectúe un trabajo seguro en alturas? Con sus palabras.

#### **Trabajo en Altura**

Durante estos últimos años la tecnología, materiales y técnicas de trabajo han desarrollado una gran evolución, y más todavía en los sectores específicos que conllevan riesgos derivados de la realización de trabajos en altura, esto ha sido gracias a la concienciación de las empresas y sus trabajadores por su seguridad laboral.

Pero debemos aprender a aplicar y utilizar esta tecnología y estos materiales de una forma correcta, de modo que se puedan realizar los trabajos sin ningún riesgo.

Un trabajo en altura es cualquier actividad que se realice en alturas superiores a 2 metros respecto el nivel del suelo, en los que existe la posibilidad de una caída. En este post os vamos a explicar en qué consisten estos trabajos, los riesgos que conllevan, y como prevenir caídas u otros tipos de accidentes laborales.

#### **¿Cuáles pueden ser considerados trabajos en altura?**

- Tareas de mantenimiento y reparación
- Montaje de instalaciones donde es preciso subir a una escalera o superficie para acceder a la zona de trabajo

- Tareas de restauración de edificios u obras de arte
- Trabajos de donde se tengan que utilizar andamios
- Trabajos tipo “vertical” (Montajes de superestructuras, antenas, limpiezas especiales, plataformas elevadoras, tejados, árboles, rampas...)

### **¿Cuáles son los riesgos a los que se exponen?**

El riesgo principal de este tipo de trabajos son las caídas a distinto nivel, pero también hay otros riesgos secundarios como:

- Exposición a radiaciones.
- Contactos con aparatos eléctricos
- Exposición a contaminantes químicos o biológicos
- Caída de objetos por desplome o derrumbamiento.
- Caída de objetos mientras se están manipulando
- Pisadas sobre objetos
- Choques, golpes contra objetos inmóviles o móviles
- Golpes y cortes por objetos y herramientas
- Caída de fragmentos y partículas
- Verse atrapado o aplastado por o entre objetos o vuelco de máquinas o vehículos
- Sobreesfuerzos, posturas inadecuadas o movimientos repetitivos
- Exposición a temperaturas ambientales extremas
- Contactos térmicos en operaciones de soldadura

### **¿Cómo se pueden prevenir este tipo de situaciones?**

**Si trabaja con andamios:** Se debe señalizar mejor la zona de riesgo con carteles, bandas o cualquier otro sistema indicativo, así como avisar a todo el personal de riesgo y tomar medidas para que las personas que tengan que pasar por esa zona no corran peligro de derrumbamiento del andamio.

Para el desmontaje, lo más importante es no soltar ningún elemento que sea necesario para mantener la equidistancia de los pies derechos, correas, puentes... o el equilibrio general de la estructura, con lo cual, sólo deberán soltarse aquellos que ya no cumplan ninguna función ni supongan ningún peligro. Durante el proceso, no se deben dejar caer al vacío los materiales, sino sacarlos en izadas (tablones, tablas, tubos etc...) siempre y cuando estén a más de dos metros de altura, si están a menos altura no es necesaria la utilización de izadas pero tampoco se deben dejar caer.

Pero no sólo se deben proteger a las personas que pasen por esa zona de riesgo, sino también a los propios trabajadores, que deberán ir equipados con:

- Cinturones de seguridad o arnés
- Si se desplazan horizontalmente, dispondrán de una tira de seguridad sólidamente amarrada a dos puntos fijos, atando los cinturones a esta tira.
- Casco de seguridad

- Calzado con suela antideslizante
- Portaherramientas para evitar caídas al vacío de las mismas, así como mochilas o bolsas para transportar esas herramientas en la altura

Además de estas medidas físicas, **se proponen otras medidas para velar por la seguridad del trabajador:**

- No intentar alcanzar objetos lejanos estando en una escalera, ya que corre el riesgo de que la escalera venza, es preferible bajar de la escalera y moverla.
- No hacer juegos de equilibrio innecesarios
- Cuidar el calzado (limpio de grasa o cualquier otro producto que pueda resbalar)
- No utilizar escaleras de tijera como escaleras de apoyo, ya que su función no es esa.
- La longitud de la escalera debe ser suficiente para que en todo momento el trabajador pueda apoyar las manos y los pies
- Si se producen deterioros del material o averías, dejar de utilizar ese material

**Si trabaja con postes, pilares, torres o antenas** deberá tener en cuenta las siguientes indicaciones:

1. Postes de madera: Se deberá usar calzado del tipo pies de gato, con crampones que permitan que se agarre a la madera y reducir así el riesgo de resbalón
2. Postes de hormigón: El mismo poste deberá tener peldaños que faciliten su ascenso o descenso

**En el caso de tejados, cubiertas o planos inclinados**, el trabajador deberá tener un punto de enganche fijo y seguro que le permita trabajar sin riesgo de caída y para una mayor seguridad, utilizar un arnés anticaídas.

Las situaciones de riesgos que más se suelen dar en este tipo de trabajos son la rotura de la cubierta en la que se trabaja y el propio trabajo en bordes de cornisas, laterales al vacío etc...

Seguramente habrá oído hablar de los medios auxiliares en este tipo de trabajos, pero

¿Cuáles son y qué tipo de riesgos conllevan?

Los medios auxiliares son aquellos elementos que se utilizan como apoyo para realizar los trabajos, muy habituales en los trabajos de altura y son origen de una gran cantidad de riesgos.

Suelen ser:

- **Escaleras de mano:** (NO deben usarse para transportar materiales como pasarelas o andamios, tan sólo sirven para subir y bajar)
- **Andamios de borriquetas:** Son construcciones provisionales, fijas o móviles, que sirven como medio auxiliar para la ejecución de las obras, haciendo accesible una parte de la obra para trabajadores y materiales.
- **Andamios tubulares:** Son plataformas en altura que se sostienen por una estructura sólida, y sirven para trabajar encima de ellas o simplemente para protecciones perimetrales.
- **Plataformas elevadoras:** Máquinas destinadas a subir y bajar a los trabajadores, que suelen funcionar con un motor.

Para usar este tipo de medios de apoyo hay que tener en cuenta varios aspectos, como el tipo de trabajo a realizar (en cuanto a peligrosidad), lugar del trabajo, información que tienen los trabajadores acerca de estos medios y las condiciones de seguridad del trabajo.

Visto esto, os dejamos unas cuantas **REGLAS DE ORO** para ejercer este tipo de trabajos de forma correcta y segura:

1. **PERMISOS:** Solicitar permisos de seguridad al Técnico de Seguridad del área
2. **ACCESOS:** Tener escaleras, rampas o todos los medios necesarios y adecuados para la realización del trabajo sin riesgos.
3. **ÁREA DE TRABAJO:** Tener andamios adoptados de barandales en todo su perímetro
4. **EPP:** Utilizar los Equipos de Protección de Personal y Colectivos; Arnés y Línea de Vida individual y colectiva.
5. **AISLAMIENTO:** Mantener el área segura y señalizada

**DIRECTOR A CARGO DE LA INSTITUCION: ROLANDO CARRION**

---