



Introducción

MANUAL DE SEGURIDAD DE LA TRIPULACIÓN DE TRABAJO

La seguridad es una preocupación de todos y siempre es una consideración importante en cualquier sitio de construcción. La construcción de edificios puede ser una de las ocupaciones más peligrosas. Dado que los equipos de trabajo de Hábitat normalmente tienen una alta proporción de personas sin experiencia, todos deben prestar especial atención a la seguridad. Trate de ser consciente de la seguridad de los demás, así como de usted mismo. Un observador a menudo puede ver el peligro mejor que el trabajador involucrado en el proyecto. Sea cauteloso en todo momento y haga preguntas. No siga adelante con una tarea si no está seguro de cómo se hace o si no puede hacerlo.

La seguridad se basa en el conocimiento, la habilidad y una actitud de cuidado y preocupación. Los supervisores deben instruir a cada trabajador sobre los procedimientos correctos y adecuados para realizar cada tarea. Esto debe familiarizar al trabajador con los peligros potenciales de realizar las tareas y aconsejarle sobre cómo se pueden minimizar o eliminar dichos peligros. Es muy importante que en Hábitat conozcamos las prácticas de trabajo seguras y las sigamos.

Pautas para una actitud segura

1. PIENSA antes de hacer tu trabajo o tarea.
2. Si no está seguro de cómo hacer una tarea o cómo operar una herramienta eléctrica, PREGÚNTELE A UN SUPERVISOR.
3. Concéntrate en tu tarea y elimina las distracciones.
4. Sepa dónde se encuentra el botiquín de primeros auxilios y cómo obtener ayuda de emergencia.
5. Inspeccione todas las herramientas eléctricas, herramientas manuales, escaleras y andamios a diario.
6. Informe a su supervisor INMEDIATAMENTE de cualquier herramienta o condición insegura o peligrosa.

Equipo de seguridad adecuado

La ropa adecuada es tan esencial para la seguridad como la selección y el uso adecuados de las herramientas. Use ropa y guantes que sean apropiados para el trabajo y las condiciones climáticas. La ropa suelta es peligrosa alrededor de las herramientas eléctricas.

Los trabajadores deben usar botas de trabajo y zapatos de suela gruesa en todo momento cuando se encuentren en un sitio de construcción. No se permitirá que ningún trabajador que use sandalias u otros tipos de calzado inapropiado permanezca en un sitio de construcción.

Los cascos deben usarse durante el trabajo de demolición, durante la fase de enmarcado de la construcción o cuando lo requiera un supervisor, y deben ponerse a disposición de los trabajadores en cada sitio de trabajo en todo momento.

Equipo de seguridad adecuado (continuación)

Las gafas protectoras estarán disponibles para todos los trabajadores de la construcción. Un trabajador debe usar anteojos protectores cada vez que esté operando una herramienta eléctrica o cuando se lo indique un supervisor.

Cada trabajador debe usar una máscara contra el polvo al instalar aislamiento, lijar o cuando se lo indique un supervisor.

Los tapones para los oídos deben usarse cuando se usa una herramienta eléctrica durante un período prolongado de tiempo o cuando se lo indique un supervisor. Los tapones para los oídos deben estar disponibles para los trabajadores en cada sitio de trabajo en todo momento.

Durante el clima cálido, traiga bebidas adicionales (agua embotellada, Gatorade, etc.) para prevenir la deshidratación.

Herramientas eléctricas y otros equipos eléctricos

Una herramienta eléctrica no debe usarse sin la instrucción adecuada sobre su uso y sobre lo que puede suceder si la herramienta no se usa correctamente. La instrucción debe ser realizada por una persona calificada y debe darse a todos los trabajadores; incluso los experimentados en bricolaje deben recibir instrucción. El aprendiz debe usar la herramienta eléctrica en presencia del instructor hasta que el instructor esté satisfecho de que el aprendiz sabe cómo usar la herramienta eléctrica correctamente.

Nunca baje ni lleve una herramienta eléctrica por su cable. Limpie las herramientas diariamente. Las herramientas eléctricas deben revisarse para detectar interruptores, cables, enchufes y conexión a tierra adecuada defectuosos. Las herramientas defectuosas deben ser reportadas al supervisor o etiquetadas y apartadas para su reparación inmediatamente. (No espere hasta el final del día).

Para evitar descargas eléctricas, se deben obedecer las siguientes reglas:

1. Se debe usar un enchufe de tres puntas en todas las herramientas eléctricas.
2. Los cables de extensión no deben tener aislamiento deshilachado ni estar sujetos con grapas, colgados de clavos o suspendidos de cables.
3. Todas las luces temporales deben estar equipadas con protecciones no conductoras.

Herramientas manuales

Siempre seleccione el tipo y el tamaño correctos de la herramienta para su trabajo y asegúrese de que sea nítida y se ajuste correctamente. Protéjase contra el uso de cualquier herramienta si el mango está suelto o en malas condiciones. Las herramientas opacas son peligrosas de usar porque se debe usar fuerza excesiva para hacerlas cortar. El aceite o la suciedad en una herramienta pueden hacer que se resbale y cause una lesión. Cuando use herramientas, manténgalas correctamente. La mayoría de las herramientas con bordes deben sostenerse con ambas manos con la acción de corte lejos de usted. Evite usar la mano o los dedos como guía para comenzar un corte.

Manipule y lleve las herramientas con cuidado. Mantenga las herramientas con bordes y puntas giradas hacia abajo. Lleve solo unas pocas herramientas a la vez, a menos que estén montadas en un soporte especial o en un cinturón de herramientas. Cualquier persona que trabaje con un martillo a una altura debe usar un lazo de martillo o cinturón de herramienta, y cuando no esté en uso, el martillo debe mantenerse en el lazo o cinturón y

no colocarse en una superficie inclinada o en una posición precaria. No lleve herramientas afiladas en los bolsillos. Cuando no están en uso, las herramientas deben guardarse en cajas especiales, cofres o gabinetes.

Revisado el 01/09/15

Página 2 de 5

Una palabra especial sobre las sierras

1. No ate la hoja de ninguna sierra. Al cortar paneles largos, la cuchilla puede unirse y el aserradero atrapará y se relajará hacia el operador. Use pequeñas cuñas de madera o tejas para extender el corte de sierra a medida que avanza.
2. Mantenga el protector de la cuchilla. Un protector de cuchilla accionado por resorte a menudo puede doblarse y no deslizarse rápidamente, o el resorte puede estirarse para que el retorno sea lento. Repare cualquier daño al protector tan pronto como suceda, y NUNCA intente cortar algo que pueda inclinarse o caerse y hacer que la sierra se resbale.
3. Apoye lo que está trabajando correctamente. Nunca intente cortar algo que pueda inclinarse o caerse y hacer que la sierra se resbale.

Escaleras

Inspeccione una escalera antes de usarla. Si la escalera no es segura, no la use. Busque desgaste, peldaños sueltos y defectos.

Use una escalera que llegue a la obra. Una escalera de extensión debe alcanzar tres pies por encima del nivel de trabajo. Mueva tu escalera con tu trabajo. Si ambos hombros están extendidos fuera de la escalera mientras está trabajando, está llegando demasiado lejos. Cuando use una escalera de extensión, use la regla "4 a 1": por cada cuatro pies de altura, mueva la parte inferior de la escalera a un pie de la pared. Una escalera se inclina en el ángulo adecuado y seguro si puede agarrar un peldaño a la altura de los hombros.

Coloque su escalera sobre una base sólida. Si existe el peligro de que la escalera se mueva mientras trabaja, átela. Si existe el peligro de que la escalera sea golpeada, atrincherarla. Si los pies de la escalera no están nivelados, excave el suelo debajo de un pie con la garra de un martillo en lugar de un pie con bloques.

Nunca use una escalera de aluminio en las cercanías de las líneas eléctricas y nunca use una escalera al aire libre durante las inclemencias del tiempo o en días muy ventosos.

Lleve herramientas y materiales en dispositivos de transporte adecuados y mantenga las manos libres para escalar. Al subir, siempre mire hacia la escalera.

Andamiaje

Todos los andamios que se elevan 10 pies o más deben estar equipados con una barandilla de seguridad. Todos los andamios deben estar equipados con una tabla de punteras para eliminar la posibilidad de que las herramientas o los escombros sean pateados o empujados sobre las personas que están debajo. Un andamio debe estar diseñado para soportar cuatro veces el peso de los trabajadores y los materiales que descansan sobre él. Los componentes de andamios que no están diseñados para ser compatibles no deben mezclarse.

Inspeccione todos los andamios cada día antes de usarlos. Nunca use equipos dañados o defectuosos y evite las piezas oxidadas ya que se desconoce su resistencia. Al erigir andamios, proporcione umbrales adecuados para los postes del andamio y use placas base. Use tornillos de ajuste, no bloques, cuando esté en un grado desigual. Asegúrese de sondear y nivelar el andamio y no fuerce los tirantes finales al construir el andamio.

Muchos accidentes de andamios son causados por tablonces defectuosos. Usar solo propiedades clasificadas e inspeccionadas

Revisado el 01/09/15

Página 3 de 5

madera para tablonces. Inspeccione los tablonces diariamente en busca de divisiones y nudos y retire los tablonces defectuosos o dañados.

Consejos de seguridad en la azotea

Cuando se está de pie y se trabaja en un techo, los arneses de seguridad deben usarse y asegurarse adecuadamente. Se le darán instrucciones de uso y uso adecuadas antes del inicio de la tarea de ese día.

Los sistemas personales de detención de caídas son una forma de proteger a los trabajadores de las caídas. En general, los trabajadores deben tener protección contra caídas siempre que exista la posibilidad de caer 6 pies o más. OSHA requiere que los trabajadores usen un arnés de cuerpo completo conectado a una línea de vida individual (que es parte del sistema personal de detención de caídas) cuando trabajan a más de 10 pies sobre el suelo. Hay tres componentes principales de un sistema personal de detención de caídas: conector de anclaje, una cuerda de seguridad y cordón y un arnés de cuerpo completo.

- El revestimiento del techo no debe cortarse en el techo. Es mucho más seguro enviar mediciones y cortar las hojas en el suelo. No se deben almacenar materiales en el techo.
- Siempre lleve un registro de dónde se encuentra en relación con el borde del techo.
- Evite colocar herramientas y otros artículos que no estén en uso en el techo. A menos que estén asegurados, se deslizarán por el techo y pueden golpear a alguien en el suelo.
- Algunas tareas cerca del borde del techo son más fáciles y seguras si se realizan desde una escalera en lugar del techo.
- El aserrín hace que las láminas del techo sean muy resbaladizas. El aserrín necesita ser escobado periódicamente.
- No trabaje en el techo cuando la superficie esté mojada.
- Si es posible, asegure la escalera al borde del techo con cuerda, clavos o alambre para evitar que la escalera se mueva o se deslice.
- No arroje artículos desde el techo a menos que alguien en el suelo declare que el área de aterrizaje está "completamente despejada" e impida que otros ingresen al área hasta que el artículo arrojado haya aterrizado.
- Evite usar zapatos con suela de cuero y suela resbaladiza cuando trabaje en el techo.

El techo de una casa puede ser un entorno de trabajo seguro, si usa calzado adecuado, se siente cómodo trabajando en el techo o la escalera y tiene una protección adecuada contra caídas. Tenga mucho cuidado y siga las reglas anteriores.

Consejos de seguridad para pistolas de clavos

Las pistolas de clavos son herramientas extremadamente peligrosas. Si bien los voluntarios deben poder disfrutar de su tiempo en el lugar de trabajo, deben tomar las precauciones de seguridad extremadamente en serio. La mejor manera de prevenir lesiones es a través de la educación de los trabajadores y a través de la supervisión. Por favor, cumpla con lo siguiente cuando use pistolas de clavos:

- Siempre lea y entienda el manual del fabricante.

- Las pistolas de clavos solo deben ser utilizadas por aquellos miembros de la tripulación que hayan sido entrenados por miembros del personal de construcción.
- Use siempre gafas de seguridad.
- Siempre mantenga el dedo fuera del gatillo cuando el arma no esté en uso.
- Nunca asuma que la herramienta está vacía.
- Nunca apunte la herramienta a nadie, incluso si está vacía o desconectada del suministro de aire.

Revisado el 01/09/15

Página 4 de 5

- Mantén tu mano libre fuera de la línea de fuego.
- Mantenga a los demás fuera de la línea de fuego.
- Mantenga las extremidades alejadas del extremo comercial de la clavadora.
- Nunca trate de clavar más allá de su alcance, tómese el tiempo para obtener una escalera
- Nunca apoye o respalde una pieza de trabajo temporalmente con un pie o una rodilla.
- Siempre desconecte la herramienta antes de limpiar atascos o realizar otro mantenimiento. El mantenimiento solo debe ser realizado por los miembros experimentados del grupo.
- Use pistolas de clavos de disparo secuenciales cuando sea posible y tipos de bobina solo cuando se haya desarrollado un registro seguro de uso y experiencia con la herramienta.
- Nunca deje una pistola de clavos desatendida donde un miembro de la tripulación inexperto o menor de edad pueda acceder a ella.

Sitio de trabajo limpio

Un lugar de trabajo limpio es un lugar de trabajo seguro. Esto se refiere a la pulcritud y el buen orden del sitio de construcción. Mantener una buena limpieza contribuye a la eficiencia del trabajador y es importante para prevenir accidentes.

Coloque los materiales de construcción y los suministros en pilas cuidadosamente dispuestas para permitir pasillos y pasarelas adecuados. Limpie toda la basura y los materiales de desecho a diario. No permita que bloques de madera, clavos, pernos, latas vacías, tuberías, alambres u otros materiales se acumulen en el sitio de trabajo. Interfieren con el trabajo y pueden constituir un peligro. Guarde las herramientas y equipos que no se están utilizando en cofres, paneles o cajas de herramientas. Esto protege las herramientas y a los trabajadores. Nunca deje un sitio de trabajo sin vigilancia a menos que todas las herramientas y materiales hayan sido asegurados adecuadamente.

Venenos y sustancias tóxicas

Los venenos y sustancias tóxicas que se pueden encontrar con mayor frecuencia en un sitio de trabajo son el asbesto, los óxidos de plomo, los solventes y las heces de animales. Se debe tener especial cuidado cuando entre en contacto con cualquiera de estas sustancias o cualquier sustancia desconocida.

Si descubre que la fibra de asbesto se utiliza como aislamiento de tuberías, calderas o conductos de calefacción, comuníquese con su supervisor de inmediato. **NO INTENTE ELIMINAR LA FIBRA DE ASBESTO POR SU CUENTA.**

Raspar la carpintería exterior, demoler paredes pintadas con plomo y despojar el trabajo antiguo del molino son las principales formas en que los trabajadores pueden estar expuestos a astillas, polvo y partículas de plomo. Póngase en contacto con su supervisor de inmediato si descubre superficies pintadas con plomo.

Las máscaras son la mejor protección contra los gérmenes respiratorios que pueden transmitirse en el polvo que contiene heces de animales (como excrementos de roedores).

Atención médica de emergencia

Si alguien se lesiona en el trabajo, comuníquese con su supervisor de inmediato y solicite la ayuda médica necesaria.

Revisado el 01/09/15

Página 5 de 5