

# PROGRAMA ANUAL DE CAPACITACION PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES

Año 2018



# Preguntas para pensar y responder

¿Debo pensar en proteger mis manos siempre que desarrolle una actividad con ellas?

• ¿SI?

¿NO?

¿Debo utilizar un guante especial acorde al tipo de trabajo que desarrollo?

• ¿SI?

¿NO?

¿Es necesario usar siempre zapato de seguridad?

• ¿SI?

¿NO?

# PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES

¿Porque debemos cuidar nuestras extremidades?

Las manos son las partes de nuestro cuerpo que más se lesionan en el trabajo, debido a que *son las más utilizadas durante la mayor cantidad de tiempo*, cualquiera sea la tarea.

Los pies, que nos aseguran el poder caminar, están permanentemente expuestos a posibles cortes, descargas eléctricas y a deslizamientos en superficies mojadas

¿Cuáles son las principales causas de accidente en las extremidades?

Los equipos defectuosos, las herramientas dañadas o un ambiente de trabajo inadecuado, pueden ser peligrosos, pero la causa más común de las lesiones en las manos *es el error humano* causado por:

- A) Distracciones, al apartar la vista de los trabajos simples o riesgosos.
- B) Apartarse de los procedimientos escritos e introducir las manos en maquinarias en movimiento, sin bloqueo o sin protección.
- C) Apuros, asumiendo riesgos por hacer el trabajo rápido
- D) El aburrimiento, al hacer trabajos rutinarios
- E) La falta de limpieza de pisos y orden, predispone a golpes, tropiezos y caídas.

# PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES

¿Cuáles son los riesgos para las manos?

**ATRAPAMIENTO:** entre un objeto en movimiento y un objeto quieto, o entre dos objetos en movimiento. El contacto se evita por medio de guardas y el procedimiento de bloqueo y e t i q u e t a d o.

**PUNTOS CALIENTES:** Las zonas calientes en las máquinas, escapes de gases comprimidos, cañerías de vapor, etc. pueden causar quemaduras graves. Los guantes protectores o las fundas protectoras pueden evitar que sus manos sean lesionadas por máquinas calientes

**ELÉCTRICO:** Evitar el contacto con la electricidad. Pueden producirse quemaduras y h a s t a l a m u e r t e

**QUÍMICO:** El contacto directo con algunas sustancias puede provocar quemaduras o irritaciones. También a través de la piel pueden absorberse algunas sustancias químicas peligrosas. Conocer la hoja de seguridad correspondiente y qué guantes se deben utilizar de acuerdo a las características del químico a utilizar

# PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES

¿Cuáles son los peligros para los pies?

**Riesgo de golpes, cortes, descargas eléctricas, deslizamientos en superficies mojadas.** Utilizar zapatos de seguridad (preferible con puntera reforzada) es necesario en muchas actividades de riesgo de movimientos pesados, cortes, y peligros de aplastamiento en pies, sin embargo en otras actividades no es necesario.