

# Detención de caídas: revisar, conectar y responder

EMPRESA

PROYECTO

FECHA

PRESENTADA POR

Un sistema personal de detención de caídas detiene una caída, pero solo cuando el arnés, las conexiones, la línea de vida y el anclaje funcionan juntos. Las cuadrillas de construcción cambian de áreas y tareas, así que una instalación que funcionó en un lugar puede no servir en otro. Antes de comenzar, sepan qué los protege y qué hacer si alguien cae.

## Revisen el equipo y el área de trabajo

- En la mayoría de los trabajos de construcción, OSHA exige protección contra caídas en lados y bordes sin protección a 6 pies o más sobre un nivel inferior: barandas, redes de seguridad o un sistema personal de detención de caídas. Si se eligió el sistema personal de detención de caídas, no entren al área expuesta hasta estar amarrados.
- Antes de usar el equipo, revisen las cintas, costuras y hebillas del arnés, la eslinga, la línea de vida y los conectores. Busquen cortes, quemaduras, desgaste, piezas dobladas o cualquier cosa que impida que una conexión cierre correctamente.
- Si algo parece dañado o no pueden saber si es seguro, deténganse y repórtelo antes de usarlo. Pidan que lo revisen en vez de tomar prestada una pieza que no conocen o arreglarla ustedes mismos.
- Usen un arnés de cuerpo completo para detener caídas, no un cinturón. Los arneses, las eslingas y las demás piezas son solo para proteger a las personas. OSHA no permite usarlos para levantar materiales.

## Elijan una conexión segura

- No supongan que una tubería, viga u otra pieza cercana sirve como anclaje. Antes de conectarse, asegúrense de que alguien confirme que el anclaje sirve para el sistema y que puede aguantar la carga requerida.
- Un anclaje para detención de caídas debe aguantar al menos 5,000 libras por cada trabajador conectado, a menos que esté diseñado especialmente para cumplir la regla de otra manera. También debe ser independiente de cualquier anclaje que sostenga o cuelgue una plataforma.
- Nunca conecten un sistema personal de detención de caídas a una baranda. No usen un malacate o equipo de izaje como anclaje, a menos que otra regla de OSHA para ese trabajo lo permita expresamente.
- Una línea de vida horizontal debe diseñarse, instalarse y usarse bajo la supervisión de una persona calificada. En áreas de izaje, el sistema de detención de caídas debe instalarse para que ustedes solo puedan moverse hasta el borde de la superficie de trabajo.

## Después de una caída, deténganse y reporten

- Es buena práctica hablar antes de trabajar sobre cómo pedir ayuda y cómo llegar de manera segura a un trabajador que haya caído. Si alguien cae, avisen a la cuadrilla y pidan ayuda sin poner a otro trabajador en riesgo de caer.
- Retiren inmediatamente de servicio cualquier sistema o componente de detención de caídas que haya recibido la fuerza de una caída. No lo vuelvan a usar para proteger trabajadores hasta que una persona competente lo inspeccione y determine que no tiene daños y es adecuado para reutilizarse.
- Mantengan ese equipo separado e identificado claramente para que nadie lo tome por error. Reporten lo ocurrido, aunque el trabajador se sienta bien y el equipo parezca normal.

### ¿QUÉ HARÍA USTED?

Se preparan para trabajar cerca de un borde abierto. Un compañero ofrece una eslinga que detuvo una caída pero parece estar bien, y propone conectarse a la baranda. ¿Qué detendrían y reportarían?

### Preguntas para el equipo

1. ¿Qué daños los harían detenerse antes de usar su equipo?
2. ¿Qué se debe confirmar antes de conectarse a un anclaje?
3. ¿Quién debe inspeccionar el equipo que recibió la fuerza de una caída antes de reutilizarlo?

**Revisen su equipo, confirmen el anclaje y mantengan fuera de servicio el equipo que detuvo una caída hasta que una persona competente lo apruebe.**

Fuentes: 29 CFR 1926.502, Fall protection systems criteria and practices; 29 CFR 1926.501, Duty to have fall protection

Borrador redactado con IA para revisión por una persona competente. Clever Rook redacta a partir del texto oficial de las normas que cita, pero no conoce su obra. Compárelo con sus condiciones y el programa de seguridad de su empresa antes de usarlo. No es asesoría legal.

Detención de caídas: revisar, conectar y responder

EMPRESA

PROYECTO

FECHA

REVISADA POR (PERSONA COMPETENTE)

FECHA DE REVISIÓN

| #  | NOMBRE | FIRMA | EMPRESA |
|----|--------|-------|---------|
| 1  |        |       |         |
| 2  |        |       |         |
| 3  |        |       |         |
| 4  |        |       |         |
| 5  |        |       |         |
| 6  |        |       |         |
| 7  |        |       |         |
| 8  |        |       |         |
| 9  |        |       |         |
| 10 |        |       |         |
| 11 |        |       |         |
| 12 |        |       |         |
| 13 |        |       |         |
| 14 |        |       |         |
| 15 |        |       |         |