



MÓDULO

5

NORMAS GENERALES DE SEGURIDAD

- Riesgo eléctrico.
- Matafuegos. Guía de evacuación.
- Técnicas para levantar objetos.
- Normas de estibaje.
- Manejo de productos químicos.
- Conducción de autoelevadores.
- Riesgo in itinere.



ASEGURADORA DE RIESGOS DEL TRABAJO S.A.

www.lasegunda.com.ar

NORMAS GENERALES DE SEGURIDAD

Las normas de seguridad han sido hechas para usted. Cumplirlas es para su propio beneficio y también para el de sus compañeros y la tranquilidad de su familia.

En todo trabajo existen riesgos. Aprenda a reconocerlos y adoptar una actitud preventiva.

Conviértase en un campeón previniendo accidentes al atacar las causas que los producen antes que sea tarde.

En este manual usted encontrará pautas de seguridad para cuidar su integridad física en el trabajo.

No pretende abarcar todos los temas sino darle una guía que lo ayudará a evitar accidentes personales y materiales.



**RECUERDE: LA SEGURIDAD DE USTED DEPENDE.
NO LO OLVIDE: USTED ES SU PROPIO JEFE DE SEGURIDAD.**

La capacitación es el primer paso hacia la seguridad. Se debe atender al instructor y participar activamente de las charlas. La misma debe hacer especial hincapié en los peligros específicos que se deben enfrentar.

Se deben respetar las señales de prohibición, obligación, advertencia, seguridad, de incendio, de evacuación, de información.



Las joyas y mangas de camisa pueden enredarse muy fácilmente con las máquinas en movimiento. Quitar las joyas antes de comenzar a trabajar y evitar el uso de ropa suelta. El cabello debe ser recogido mediante una cofia.



El ambiente desordenado produce golpes y caídas. El orden y la limpieza del sitio de trabajo son los grandes aliados de la seguridad. Se deben mantener los pasillos de circulación libres de obstáculos, apilar correctamente todos los elementos, limpiar los derrames y avisar al supervisor de toda anomalía.

Orden y limpieza: dos aspectos claves que dan una idea clara del estado de seguridad de una organización.

Los elementos de protección personal deben ser usados correctamente: protegen muchas partes del cuerpo de lesiones y heridas.



Las escaleras portátiles y los andamios móviles deben ser asegurados correctamente.

Las barreras protectoras de las máquinas evitan que las manos y otras partes del cuerpo del operario entren en contacto con el peligro. Las mismas no deben ser removidas y nunca se debe operar en esa situación.



Una barrera de protección segura sirve para proteger y prevenir lesiones a causa de:

- Contacto directo con partes móviles de una máquina.
- Trabajo en proceso.
- Falla mecánica.
- Falla eléctrica.
- Falla humana.

No se deben anular los dispositivos de seguridad.

RIESGO ELÉCTRICO

La instalación eléctrica debe encontrarse en perfectas condiciones y se la debe verificar periódicamente.



Si se debe desconectar un enchufe, tirar de él, nunca del cable de alimentación.

Evitar usar aparatos o instalaciones eléctricas que se encuentren húmedas o cuando el operario tiene los pies o manos mojadas.

Las tareas que involucren riesgo eléctrico se deben realizar sin tensión. Este corte debe ser efectivo, controlado y permanente mientras dure la tarea.



Solamente personal capacitado debe realizar trabajos eléctricos y debe utilizar los elementos de protección necesarios: calzado de seguridad con suelas dieléctricas, guantes aislantes, lentes de seguridad, casco, etc.



Los cables de alimentación deben ser manipulados con precaución.

Se debe permanecer alejado de las celdas, transformadores y conductores de alta tensión.

Antes de iniciar cualquier trabajo, se deben usar candados y etiquetas en los circuitos y equipos. Esto reduce segura y efectivamente los accidentes eléctricos.

Una instalación eléctrica segura debe estar protegida con puesta a tierra, llaves térmicas y disyuntores.

LOS INDICADORES DE PELIGRO LLAMAN LA ATENCIÓN DEL PÚBLICO.

No se deben modificar los enchufes originales de las máquinas, ya que los mismos tienen incorporada la seguridad en su diseño. Se deben utilizar lentes de seguridad al usar taladros, percutores, etc.

 El símbolo de dos cuadrados encimados significa que la máquina no necesita puesta a tierra porque posee doble aislación.

Se deben utilizar alargues en buen estado y con enchufes adecuados.

Las herramientas desgastadas y defectuosas son la causa directa de muchos accidentes eléctricos. Usar la herramienta apropiada y considerar su utilización correcta.



Es necesario revisar las herramientas eléctricas antes de usarlas todos los días.

Las herramientas no se deben llevar por el cable. El mismo se lo debe mantener fuera de calor, aceites o extremos afilados.

Se deben desconectar las herramientas cuando no se las use, antes de repararlas y cuando se cambien accesorios tales como: cuchillas, brocas, etc.

No se deben operar herramientas eléctricas portátiles cerca de líquidos inflamables o cerca de gases o explosivos.

MATAFUEGOS - GUÍA DE EVACUACIÓN

CLASIFICACIÓN DE LOS FUEGOS

SÉPALO

		Se denominan fuegos Clase A a aquellos que se producen en materiales sólidos, tales como: papel, madera, telas, gomas, ciertos tipos de plásticos y otros.
		Los fuegos Clase B son aquellos que involucran líquidos inflamables, grasas, pinturas, ceras, gases y otros.
		Los fuegos Clase C se producen sobre materiales, instalaciones o equipos sometidos a la acción de la corriente eléctrica.
		Los fuegos Clase D se producen sobre metales, combustibles, como ser el magnesio, titanio, potasio, sodio y otros.
		Los fuegos Clase K se producen sobre grasas, aceites vegetales y animales.

TIPOS DE MATAFUEGOS Y SUS APLICACIONES

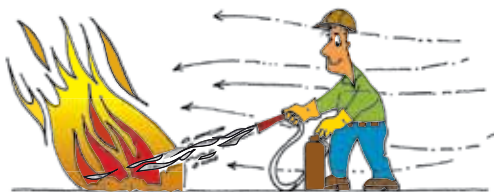
		TIPO DE MATAFUEGOS							
		AGUA	ESPUMA	POLVO QUÍMICO (seco)	DIÓXIDO DE CARBONO	HALON (*)	POLVO QUÍMICO BC	POLVOS ESPECIALES	ACETATO DE POTASIO
CLASE DE FUEGOS	 •Maderas •Papel •Telas •Gomas SÓLIDOS	SI	SI	SI	NO	SI	NO	NO	NO
	 •Hidrocarburos •Kerosene •Nafta •Pinturas LÍQUIDOS INFLAMABLES	NO	SI	SI	SI	SI	SI	NO	NO
	 •Motores •Tableros •Transformadores ENERGÍA ELÉCTRICA	NO	NO	SI	SI	SI	SI	NO	NO
	 •Magnesio •Sodio •Potasio •Titanio METALES COMBUSTIBLES	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI	NO
	 GRASAS Y ACEITES VEG. Y ANIMALES	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI

(*) A pesar de ser medio de extinción de incendios efectivo, la fabricación o carga de extintores con Halon esta prohibida porque produce agotamiento de la capa de ozono, por lo tanto ha sido reemplazado por Halotron I.

COMO ATACAR FUEGOS CON EXTINTORES



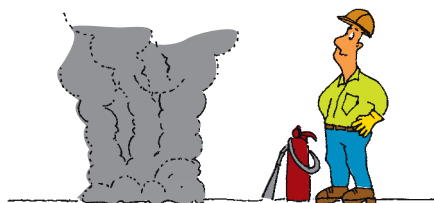
Ataque el fuego en la misma dirección del viento.



Al combatir fuegos en combustibles líquidos comience por la base y parte delantera del fuego.



Es preferible usar siempre varios extintores al mismo tiempo, en vez de emplearlo uno tras otro.



Esté atento a una posible reiniciación del fuego. No abandone el lugar hasta que el fuego quede completamente apagado.

COMO ATACAR FUEGOS CON EXTINTORES



En caso de fuegos por escape de gas, dirigir el chorro hacia el lugar del escape, nunca a los extremos de la llama.



En instalaciones eléctricas, atacar el forma lateral y luego sobre la superficie comprometida.



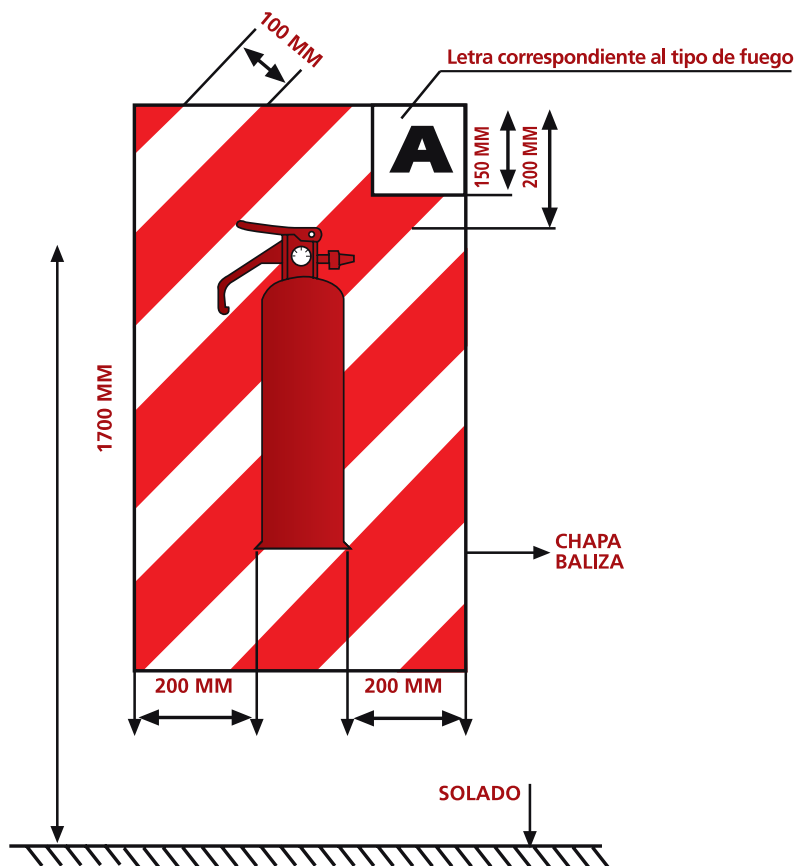
Solicitar ayuda al personal de bomberos si se detecta que el incendio es incontrolable o amenaza con expandirse o bloquear el camino de escape.

Abandonar el área inmediatamente.



OTRAS CONSIDERACIONES

- Una persona no debe recorrer más de 15 metros hasta alcanzar un extintor.
- La altura de fijación debe ser comprendida entre 1,5 y 1,7m.



SEGÚN NORMA IRAM N° 3517

USANDO EL EXTINTOR

OPERACIÓN	DESCRIPCIÓN
1- Verificar la carga.	La aguja del manómetro se debe encontrar en la zona verde.
2- Si el ítem anterior es correcto, extracción del matafuego del soporte.	Con una mano, tomar la manija de transporte. Con la otra, tomar la parte inferior, desenganchar y apoyar en el piso.
3- Transporte del matafuego al lugar de uso.	Con el matafuego en el piso, tomar con una mano la manija de transporte.
4- Retiro de la traba de seguridad.	En el sitio de uso tomar la manija del transporte con una mano y con el dedo índice de la otra mano retirar la traba de seguridad.
5- Accionamiento del matafuego.	A la distancia adecuada, con una mano se orienta la tobera hacia la base del fuego y con la otra accionar la palanca de accionamiento.
6- Posterior al uso.	No colocar el extintor nuevamente en su lugar. Dejarlo en el suelo, debajo de su sitio habitual y denunciar su uso al supervisor.



MATAFUEGOS - GUÍA DE EVACUACIÓN

EVACUACIÓN

GUÍA DE EVACUACIÓN EN CASO DE INCENDIO EN EDIFICIOS

	Si se origina fuego en el edificio, salir rápidamente, muchas personas ignoran que el fuego se incrementa en muy poco tiempo.
	Si lo sorprende el humo, respirar por la nariz y salir del recinto gateando.
	Nunca utilizar los ascensores, usar las escaleras más cercanas.
	De estar atrapado en un recinto lleno de humo, quedarse junto al suelo donde el aire es más respirable.
	Tantear todas las puertas con la mano, si están calientes no deben abrirse.
	Abrir las ventanas y colocarse debajo de ellas.
	No tratar de extinguir el fuego si no se dispone del elemento adecuado.
	No sea víctima del pánico ni salte. Eso ha costado la vida a muchas personas. De haber esperado unos minutos más hubieran sido rescatadas.
	Si hay pánico cerca de las salidas, no acercarse al tumulto. Trate de familiarizarse con las salidas de emergencia o seguir las indicaciones.
	Una vez fuera, no volver a entrar. Llame inmediatamente a los bomberos usando el teléfono o la alarma.

TÉCNICAS PARA LEVANTAR OBJETOS - NORMAS DE ESTIBAJE

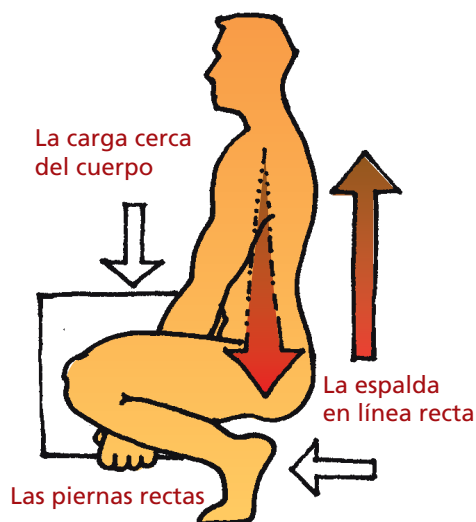
La mayoría de los objetos pesados se levantan con montacargas, grúas, etc.

Si es necesario cargar o descargar a mano, existe la técnica apropiada de levantamiento.

- 1- Examinar el peso levantando una de las esquinas. Si el objeto es pesado, conseguir la ayuda de otra persona o levantar el mismo por algún medio mecánico. Si la persona debe levantar el peso, verificar si se lo puede soportar.
- 2- Doblar las rodillas, levantar con las piernas y no con la espalda: situar los pies cerca del objeto, doblar las rodillas, sujetando firmemente la carga levantar derecho y en forma suave manteniendo la espalda recta y erguida.



- 3- Cuando el peso ha sido levantado, no realizar giros bruscos, pues puede lesionar la espalda.
- 4- El camino a recorrer debe estar libre de obstáculos y sin peligros. Asegurarse de pisar firmemente antes de levantar el objeto.
- 5- Bajar la carga lentamente doblando las rodillas dejando que las piernas hagan el trabajo. No soltar la carga hasta asegurarla en el piso.
- 6- Siempre empujar, no tirar de ella: en caso de transporte en cargador, al empujarlo se esfuerza menos la espalda y es más seguro, pues el objeto puede voltearse.



TÉCNICAS PARA LEVANTAR OBJETOS - NORMAS DE ESTIBAJE

- La pila debe tener la base adecuada y la altura prudente.
- Los materiales de la pila se deben colocar, cruzar y trabar correctamente.
- Los espacios alrededor de las pilas deben mantenerse despejados y debe haber lugar para moverse alrededor de éstas.
- Recordar que si se apila descuidadamente, pueden ocasionarse lesiones. El piso debe poder soportar la carga y la altura de la pila debe ser prudente.



MANEJO DE PRODUCTOS QUÍMICOS

Los procedimientos de seguridad utilizados cuando se trabaja con productos químicos, evitan lesiones, enfermedades y hasta la muerte.

Los peligros pueden ser identificados como de incendio, inmediatos, a largo plazo para la salud, de irritación, de producción de calor intensivo, fuego o gases tóxicos.

Se deben conocer los nombres de los productos químicos que se sabe que existen en el lugar de trabajo y los peligros que representan (características y riesgos del producto están explicitados en la hoja de seguridad correspondiente).

La hoja de seguridad contiene la información detallada sobre el producto.

La misma debe estar en lugar accesible y se la debe leer antes de trabajar con el químico correspondiente.



Los productos químicos se pueden encontrar como sólidos, líquidos o como gases.

Los peligros para la salud pueden ser agudos: ej.: quemaduras o crónicos: cuando el efecto se produce después de exposición continua por largo tiempo.

Los productos químicos deben estar etiquetados: contiene el nombre comercial y describe los peligros que representan.

Las etiquetas especiales se han creado para ser usadas donde el material se maneja, almacena o transporta. Clasifican la clase de peligro.



CLASES DE PELIGRO



El manejo de productos químicos se debe hacer con elementos de protección adecuados, evitando el contacto con la piel, ojos y vías respiratorias. Deben ser compatibles con el material en cuestión.

Las condiciones de manipulación y almacenamiento, incluyen, en particular, las siguientes:

- 1- Diseño y emplazamiento de lugares y recipientes de almacenamiento de productos químicos.
- 2- Ubicación de la zona de almacenamiento en sitios apartados de los lugares de trabajo y de otros edificios ocupados por el personal.



3- La incompatibilidad entre determinados materiales.

4- Las condiciones para el almacenamiento, como por ejemplo la temperatura y la humedad adecuadas o la protección contra la luz solar.

5- La eliminación de las fuentes de ignición, con especial referencia a las medidas destinadas a evitar la acumulación de cargas electrostáticas.

6- El suministro de ventilación, tanto local como general.

7- Los métodos de trabajo que se recomienda adoptar y aquellos cuya utilización sea desaconsejada.

En caso de accidentes con productos químicos, la hoja de seguridad contiene la lista de los síntomas de exposición, procedimientos de primeros auxilios e instrucciones para el personal médico.

La atención médica debe ser inmediata después de haber entrado en contacto con el material peligroso.



CONDUCCIÓN DE AUTOELEVADORES

Es muy importante conocer las medidas de seguridad para el uso del montacargas de horquilla. Los operadores deben conocerlas y ser responsables.

Se deben respetar las normas de tránsito y los símbolos para manipular los envases.

La verificación diaria de bocinas, luces, frenos y alarmas de retroceso es imprescindible. Siempre usar bocina en las intersecciones.

Prestar especial atención al terreno, pues si es desparejo, puede causar un vuelco

No se deben transportar personas en el autoelevador, pues pueden caerse.

En los pasillos, se deben dejar lugar para las personas y otros vehículos.



Al cargar, calzar el pallet con cuidado, levantar con precaución la carga y las horquillas deben estar bajas. No superar el límite de carga del montacarga.

El manejo debe ser el correcto, llevando las cargas de manera que no bloqueen la visión a baja altura y evitando tomar curvas cerradas.

Para descargar, inclinar la carga hacia delante y retirar las horquillas lentamente, retrocediendo.

En pendientes, pronunciadas descender retrocediendo.

Al finalizar el trabajo, dejar el autoelevador en un sitio adecuado, con las horquillas bajas y en posición que no dificulte otro desplazamiento.

Usar al manejar el cinturón de seguridad.

Cuando se maniobra, no se debe permitir la presencia de personas bajo las horquillas.

No abandonar el vehículo dejándolo en marcha.

RIESGO IN ITÍNERE

Los accidentes “in itínere” son los accidentes ocurridos en el trayecto entre el domicilio del trabajador y el lugar de trabajo y viceversa; siempre y cuando el damnificado no hubiere interrumpido o alterado dicho trayecto por causas ajenas al trabajo.

Circular con seguridad, respetando las normas de tránsito vigentes, reconociendo cruces peligrosos, señalizaciones límites de velocidades establecidas, distancias, etc.

Evitar seguir a otros vehículos muy de cerca y evitar distracciones.

Reconocer las horas y los lugares físicos de mayor tránsito.

Revisar diariamente el estado del vehículo: luces, frenos, neumáticos, bocinas, etc. La bicicleta debe contar con luz blanca delantera de corto alcance y notable ojo de gato en la parte trasera y material reflectante en los bordes anteriores y posteriores de los pedales.



La bicicleta es un vehículo de transporte individual, no se deben llevar otras personas en ella.

Verificar y utilizar los elementos de protección personal: casco, chaleco reflectivo o ropa de color llamativo, anteojos.

Las motos deben estar provistas de las luces correspondientes y las bicicletas deben tener el destellador a pila.

La habilitación debe ser acorde al vehículo que se conduce.



Se debe tener precaución al conducir en curva, pisos mojados, asfalto, tierra y en situaciones atmosféricas desfavorables: niebla, lluvia, etc. Usar procedimientos prácticos para conducir en la ciudad, en la autopista y en áreas rurales.

La circulación se hará respetando el sector derecho de la calzada, uno detrás de otro, evitando entorpecer el tránsito.

Conocer las distintas rutas y caminos que se utilicen para llegar y abandonar el lugar de trabajo.



Conocer cómo se debe actuar ante un accidente.

Disponer de tiempo, si se sale con retardo, no intentar recuperarlo en el viaje.

Evitar conducir bajo acción de medicamento, fatigas, alcohol o drogas.

Como premisa principal: “estar atento” en todo momento durante el manejo, no distraerse charlando, escuchando radio, hablando por teléfono, etc.

LOS RIESGOS EN LOS LUGARES DE TRABAJO SON MUCHOS, POR LO TANTO DEBEMOS CONOCER MUY BIEN LAS PREVENCIONES A IMPLEMENTAR PARA EVITAR ACCIDENTES PERSONALES Y MATERIALES



CASA CENTRAL:

Brig. Gral. Juan Manuel de Rosas 957
S2000CCE Rosario - Santa Fe
Tel.: (0341) 420-1000 - Fax 0800-777-0036

C.A.B.A

Av. Eduardo Madero 942 4º Piso
C1106ACW
Tel.: (011) 4310-6500 (Lín. Rot.)

www.lasegunda.com.ar