



DEPARTAMENTO DEL
TRABAJO
Y RECURSOS HUMANOS
GOBIERNO DE PUERTO RICO



Administración de Seguridad
y Salud Ocupacional de Puerto Rico

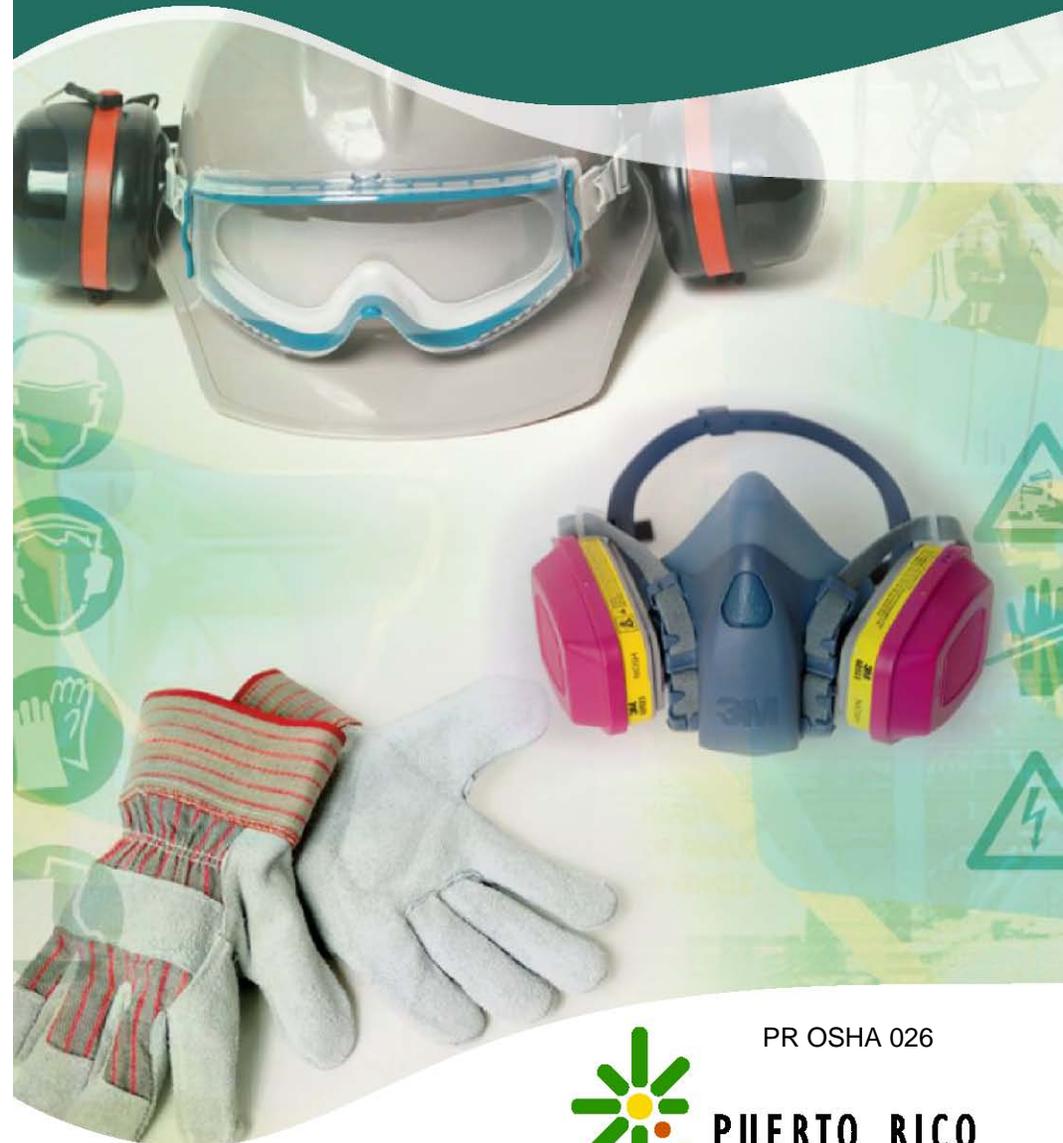
DIVISIÓN DE PROGRAMAS VOLUNTARIOS

Edificio Prudencio Rivera Martínez
Avenida Muñoz Rivera 505, Piso 20 • San Juan PR 00918

PO BOX 195540 • San Juan, PR 00919-5540

TEL.: 787-754-2172
FAX 787-282-7915

Equipo de Protección Personal



PR OSHA 026



Administración de Seguridad y Salud Ocupacional de Puerto Rico



INTRODUCCIÓN

El equipo de protección personal (EPP) está diseñado para proteger a los empleados de aquellos riesgos de seguridad y salud que prácticamente no pueden ser removidos de su ambiente de trabajo. El EPP protege muchas partes de su cuerpo, incluyendo ojos, cara, cabeza, manos, pies y oídos.

Luego de realizar una evaluación de los riesgos en el lugar de trabajo, su patrono seleccionará el equipo apropiado para usted y le adiestrará en las siguientes áreas:

- Cuándo necesitará utilizar el EPP
- Qué EPP deberá utilizar
- Cómo utilizar y ajustar el EPP
- Cuidado y mantenimiento del EPP, tiempo de utilidad, etc.



Protección de la Cabeza

Si en su trabajo usted está expuesto a objetos que puedan caer o desprenderse de alturas, o trabaja cerca de conductores de electricidad que pudieran hacer contacto con su cabeza, usted necesita utilizar un casco protector.

CASCO DE PROTECCIÓN

Éstos están diseñados para protegerlo del impacto y la penetración causados por objetos que pudieran golpear su cabeza, y de choques o quemaduras eléctricas.

- La coraza está diseñada para absorber parte del impacto.
- La suspensión, la cual se compone de unas bandas, es aún más determinante en absorber impactos. Ésta debe ajustarse a quien usa el casco para mantener la coraza a una distancia de 1½ pulgadas sobre la cabeza de la persona.
- Existen cascos de protección aprobados para aguantar el impacto de 8 libras desde una distancia de 5 pies, lo que equivale a un martillo de 2 libras que cae sobre su cabeza desde una altura de 20 pies.

TIPOS DE CASCOS DE PROTECCIÓN

Esté seguro de utilizar el casco de protección indicado para el tipo de trabajo que realiza. Los cascos de protección vienen en tres clases:

Clase A:

son fabricados con materiales aisladores para protegerlo de objetos que caen o se desprenden de alturas, y de choques eléctricos por voltaje hasta 2,200 voltios.

Clase B:

son hechos con materiales aisladores para protegerlo de objetos que caen o se desprenden de alturas, y de choques eléctricos por voltaje hasta 20,000 voltios.

Clase C:

son diseñados para protegerlo de objetos que caen o se desprenden desde alturas, pero no son diseñados para usarlos cerca de alambres eléctricos vivos o donde haya sustancias corrosivas.



Protección de los Pies

Generalmente, las lesiones de pies ocurren cuando:

- Algo rueda sobre ellos.
- Se pisa un objeto que agujera o perfora la suela del zapato.
- Objetos pesados o filosos caen sobre éstos.



BOTAS Y ZAPATOS DE SEGURIDAD

Los zapatos y botas de seguridad están fabricados con puntera de acero para proteger el pie de ser triturado o perforado.

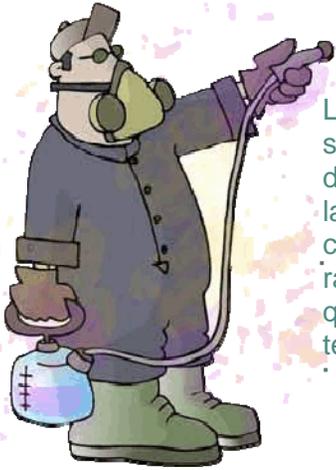
Al presente, se requiere que muchos tipos de botas de seguridad tengan suelas resistentes a pinchazos.

- Cuando se trabaja cerca de líneas o conexiones eléctricas, se deben utilizar zapatos o botas libres de metales para evitar la conducción de electricidad.
- Si se trabaja en un ambiente libre de estática, por ejemplo, con computadoras u otro equipo electrónico, se deben usar zapatos conductores diseñados para drenar cargas estáticas en la alfombra o el piso.
- Para trabajar con químicos, se deben utilizar botas sintéticas o de goma.
- Cuando se trabaja con químicos cáusticos, se deben evitar zapatos o botas de cuero. Estas sustancias pueden corroer el cuero y afectar los pies.
- Se debe estar seguro sobre qué tipo de zapatos o botas de seguridad se debe utilizar, dependiendo del tipo de trabajo que se realiza.





Protección de las Manos



Las partes del cuerpo que más se lesionan son los brazos, las manos y los dedos. Se debe utilizar guantes ante el riesgo de que la piel absorba sustancias peligrosas, sufra cortaduras severas o laceraciones, raspaduras, pinchazos, quemaduras químicas, quemaduras termales y temperaturas extremas.

- Cuando se trabaja con químicos, debe sellarse la parte de arriba del guante para evitar que los líquidos se introduzcan dentro de los mismos.
- Los guantes de *vinyl* o neopreno son suficientes cuando se trabaja con la mayor parte de los químicos, pero si se trabaja con productos basados en petróleo, se necesitan guantes sintéticos.
- Los guantes de cuero o tejidos en algodón son apropiados para manejar la mayor parte de los materiales abrasivos.
- Los guantes con grapas ofrecen protección contra los objetos punzantes.
- No utilice guantes con metal al trabajar con equipo eléctrico.
- Es peligroso usar guantes mientras se operan maquinarias en movimiento.
- Las partes en movimiento pueden fácilmente halar el guante, la mano o el brazo dentro de la máquina.



Protección Facial y de los Ojos



Use protección facial y de ojos cuando trabaje con:

- Metales derretidos
- Gases peligrosos
- Partículas flotantes
- Químicos líquidos
- Energía de radiación peligrosa.

PROTECCIÓN VISUAL

- Siempre que exista el peligro de partículas aéreas, se requiere que el equipo provea protección a los ojos y los lados.
- Se aceptan protectores con lados separables.
- La protección facial y de ojos incluye:
 - a. espejuelos y gafas de seguridad
 - b. protectores faciales
 - c. cascos para soldar
 - d. capuchas de metal
- Para mayor protección, deberá usar espejuelos o gafas de seguridad debajo del protector facial y de los cascos para soldar.
- Es posible que necesite lentes ahumados o matizados para protegerse del deslumbramiento al soldar.
- Los lentes ahumados o fototrópicos pueden limitar su visión al moverse de un ambiente brillante a un ambiente opaco.
- Para protegerse de la irradiación al soldar, se necesitan lentes de filtros. Se debe investigar cuáles son los lentes más apropiados para cada tipo de trabajo.



PRESCRIPCIÓN DE LENTES

Si usted utiliza lentes de contacto, podría encarar riesgos adicionales por motivo de químicos o polvo.

- El polvo que se acumula debajo de los lentes puede ocasionar raspaduras dolorosas.
- Algunos químicos pueden reaccionar con sus lentes de contacto para causar lesiones permanentes.
- Recuerde que los lentes de contacto no se consideran artefactos protectores. De haber riesgos visuales, usted deberá utilizar protección visual en adición a los lentes de contacto.

Si usted utiliza espejuelos prescritos, deberá utilizar uno de los siguientes:

- Gafas y otros artefactos diseñados para ser usados sobre los espejuelos prescritos.
- Protección visual de acuerdo a su prescripción.



Protección Auditiva

La pérdida auditiva es una lesión común en el lugar de trabajo la cual es, a menudo, ignorada, debido a que, usualmente, ocurre gradualmente en un período de tiempo.

Los trabajadores pueden sufrir pérdida auditiva permanente debido a ruidos excesivos, los cuales pueden hacer daño sin causar dolor. Utilizar protección auditiva inadecuada puede ser tan dañino como no usar ninguna



Se necesita protección auditiva cuando:

- Los sonidos en el área de trabajo son irritantes.
- La persona necesita subir la voz para ser oída por alguien que esté a menos de dos pies de distancia.
- Hay anuncios indicando que se requiere protección auditiva.
- Los niveles de ruido alcanzan 85 decibeles o más por un período de 8 horas.
- Se producen estallidos breves de ruido, los cuales pueden causar daño auditivo.

Para asegurar un grado apropiado de protección, los tapones y las orejeras pueden ser utilizados a la vez. Esto es especialmente cierto en ambientes extremadamente ruidosos.

Tenga en mente que cuando utiliza protección auditiva para bloquear ruidos dañinos, puede también bloquear sonidos que necesita oír como las voces y las alarmas.

Las alarmas deben acompañarse de luces rojas centelleantes. Se deberá también reconocer señales de mano para comunicarse con seguridad con los otros compañeros de trabajo.

Tapones de Oídos

Los tapones de oídos ofrecen la mayor protección. Los tapones que se ajustan cómodamente son los más efectivos.



Para insertarlos apropiadamente:

- Enrolle el tapón formando un pequeño cilindro.
- Colóquelo dentro del canal auditivo.
- Ayudará si mueve la oreja hacia arriba y hacia atrás mientras inserta el tapón.
- Luego de insertarlo, mantenga el dedo sobre el tapón en el oído por algunos segundos para asegurar su ajuste.

OREJERAS

Las orejeras pueden utilizarse también para proteger la audición. Éstas se ajustan sobre la parte exterior del oído.

A pesar de que aparentan proveer una mejor protección que los tapones, su efectividad está, de hecho, limitada por el sello que forman alrededor de la oreja.

- El vello facial puede disminuir la protección, rompiendo el sello.
- La utilización de aretes y espejuelos con las orejeras presenta un problema similar.

