

Lugar de trabajo: _____ Instructor: _____ Fecha/Hora: _____

Tópico C132: Protección Contra Caídas (Arneses, Cinturones, Líneas)

Introducción: Arneses, cinturones, líneas y cuerdas de seguridad, anclajes y los conectores son componentes de sistemas personales de detención de caídas y sistemas de dispositivos de posicionamiento. Cada uno de estos componentes son partes igualmente importantes de estos sistemas de los que se depende para hacer seguro el trabajo de altura y salvar vidas en caso de accidente. No ahorrar calidad en, o atención a cualquiera de estos componentes. Los empleadores, supervisores y empleados deben asegurarse de que todos los componentes están aprobados por ANSI para uso en un sistema de protección contra caídas.

Sistema personal de detención de caídas (PFAS) y componentes del sistema (PDS) de dispositivo de posicionamiento

Conectores uno los componentes de un PFAS o PDS. Anillos en D y ganchos de seguridad son los tipos de conectores más comunes. Deben ser forjados, prensados o hechos de acero formado o un material igualmente fuerte. Deben ser resistentes a la corrosión, con superficies lisas y bordes que no dañen otros componentes. Deben tener una resistencia mínima a la rotura de 5,000 libras. Use únicamente ganchos de resorte, como parte de un sistema personal de detención de caídas.

El arnés de cuerpo consta de correas que distribuyen las fuerzas de detención de caída sobre el torso del usuario. Debe incluir un cojín trasero para soporte y un anillo D para fijación de líneas de vida, cordones o dispositivos retráctiles. Un arnés de cuerpo debe ejercer una fuerza de detención de no más de 1,800 libras a un trabajador que cae.

- Arneses de cuerpo no pueden ser hechos de fibras naturales, y los ganchos están prohibidos como parte de un sistema personal de detención de caídas.
- El punto de fijación de un arnés de cuerpo debe estar situado en el centro de atrás, sobre el nivel del hombro.
- Use solo arnés de cuerpo aprobados para trabajo comercial, no un arnés de escaladas recreativas. Asegúrese que el arnés quede bien.

Líneas de vida que limitan automáticamente la distancia de caída libre a dos pies o menos debe tener una resistencia mínima a la rotura de 3,000 libras.

Dispositivos de desaceleración: Usted puede reducir las fuerzas de impacto de caída minimizando la distancia de caída y usando un dispositivo de desaceleración como una cuerda amortiguadora, una línea de vida autorretráctil, o un sujetador de cuerda, que es un mecanismo que permite moverse hacia arriba y abajo de una línea de vida vertical. El sujetador de cuerda se bloquea automáticamente sobre la línea de vida, si se cae.

Líneas de vida y Eslingas: Una línea de vida y eslingas es un cable flexible, cuerda, correa o cincha que se conecta a un arnés de cuerpo o dispositivo de desaceleración y al menos un anclaje. Eslingas pueden estar conectados a una línea de vida y tienen las mismas especificaciones como cuerdas salvavidas.

La línea de vida auto-retráctil es a la vez una línea de vida vertical y un dispositivo de desaceleración. Consiste en una línea de tambor de cuerda que se desenrolla y se retrae del tambor conforme se mueve un trabajador. Si el trabajador se cae, el tambor se bloquea automáticamente.

- Líneas de vida que limitan automáticamente la distancia de caída libre a dos pies o menos debe tener una resistencia mínima a la rotura de 3,000 libras.
- Líneas de vida que no limitan la distancia de caída libre a dos pies o menos deben tener una resistencia mínima a la rotura de 5,000 libras.
- No use cordones de cuerda o cuerdas de salvamento hechos de fibras naturales. Proteja todas las líneas de vida de cortes y abrasión.

Pautas para usar sistemas personales de detención de caídas:

Planifique los puntos de anclaje para anticipar lugares de anclaje antes de que comience el trabajo. Evite los nudos en cordones cuerda y líneas de vida, ya que pueden reducir la resistencia de una cuerda salvavidas o un cordón en un 50 por ciento o más. No use nudos para amarrarse a un ancla, use un mosquetón de bloqueo diseñado para ese propósito. Se reduce la fuerza de la cuerda por un 70 por ciento, debido a la acción de corte de los bordes de la viga. Tenga cuidado con las conexiones de perno de argolla. La fuerza se reduce considerablemente cuando se aplica la fuerza en un ángulo con el eje longitudinal de un perno de argolla. Evitar las conexiones con pernos de ojo que pueden causar ese efecto en caso de caída. Si usa un sistema personal de detención de caídas y no están trabajando directamente bajo el anclaje de amarre, que girará de regreso bajo el ancla durante una caída. Las caídas de oscilación son peligrosas especialmente porque puede golpear un objeto o un nivel inferior durante el movimiento de péndulo. El anclaje proporciona un punto seguro de conexión para un salvavidas, cuerda o desaceleración. Debe soportar una carga mínima de 5,000 libras. Nunca use elevadores o barandillas como anclas, ya que no están diseñados para soportar las fuerzas generadas por una caída.

Conclusión: Los sistemas personales de detención de caídas y los componentes de sistema de dispositivos de posicionamiento deben ser inspeccionados por daños antes de cada uso, y después de cualquier caída o accidente, desgaste, deterioro o componentes defectuosos.

Asistencia de Empleado: (Nombres o firmas de personal presentes en esta reunión)

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Estas pautas no sustituyen las leyes locales, estatales o federales y no deben interpretarse como un sustituto para, o de interpretación legal de, cualquier regulación de OSHA.