



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

Tópico C145: Martillos

Introducción: Los mayores peligros planteados por los martillos se deben al mal uso o mantenimiento incorrecto. Su empleador es responsable por las condiciones seguras de herramientas y equipos que usan, pero usted tiene la responsabilidad de usar y mantener adecuadamente los martillos y herramientas e informar a su empleador si los martillos están defectuosos.

Pautas generales de seguridad:

- Si el mango de madera de una herramienta como un martillo o un hacha está suelto, astillado o agrietado, la cabeza puede volar y golpearlo o a otro trabajador. Asegúrese que el mango encaja de forma segura y sustituir los equipos defectuosos.
- Cuando usa un martillo u otra herramienta que requiere un movimiento de oscilación, asegúrese de espacio apropiado de los compañeros de trabajo.
- Mantenga sus martillos con mantenimiento apropiado y almacenamiento: Use cajas de herramientas o cajones de herramientas para mantener organizados los martillos y herramientas. Cuelgue las herramientas grandes en tableros perforados y nunca deje martillos o herramientas esparcidas por el área de trabajo.
- Sustituir inmediatamente equipo roto. Haga las reparaciones sólo si está calificado.
- Mantenga su área de trabajo limpia y libre de escombros.
- Use martillos o mazos para el trabajo con mangos aislados eléctricamente en o alrededor de partes energizadas expuestas. El martillo debe sentirse equilibrado y bajo control a medida que agarra el mango.
- Un golpe de martillo fuera de lugar puede romper un hueso en la mano, la muñeca, los dedos o causar rasguños, cortes y contusiones.
- Lesiones graves en los ojos pueden producirse al cincelar o si el material se rompe mientras usa el martillo o mazo. Use protección adecuada para los ojos.
- Al sacar clavos o haciendo palanca para separar materia, asegúrese que la uña del martillo se encuentra en la posición correcta y se aplica la palanca correcta.
- Nunca use otra cosa un martillo para clavar el material (es decir, roca, ladrillo, parte posterior de una herramienta).
- Evite las manijas con bordes afilados que puedan cortar la circulación en el dedo durante largos períodos de uso. Las asas deben ser moldeadas para adaptarse cómodamente a su mano.
- Los martillos con mangos acolchados ayudan a absorber vibraciones, impactos o presión de apretado.
- Nunca use martillos que sean demasiado pesados o grandes para poderlos controlar cómodamente. Siempre asegúrese de usar el martillo de peso apropiado para el trabajo.
- Asegúrese que tiene los pies firmes y un buen equilibrio mientras usa un martillo. Use una arandela, abrazaderas u otros medios para asegurar la pieza que está golpeando.
- Asegúrese de examinar cada martillo y herramienta antes de usarlos.
- Los pisos deben estar limpios y secos para evitar resbalones accidentales con o alrededor de herramientas peligrosas.
- Cuando martille, desea alcanzar su trabajo con facilidad sin agotar los músculos, aplicando fuerza en posiciones incómodas, flexión, retorsión o sobre extender su alcance.
- Mientras trabaja en una escalera, nunca martille extendiendo su torso fuera de los carriles laterales de la escala.

Nunca use martillos que sean demasiado pesados o grandes para poderlos controlar cómodamente. Siempre asegúrese de usar el martillo de peso apropiado para el trabajo.

Conclusión: Martillos y herramientas funcionan mejor y están más seguros cuando usted puede sostener la herramienta fácilmente. Las lesiones ocurren cuando los martillos o las herramientas se deslizan. Estas normas generales de seguridad se aplican a todas las herramientas de mano y operaciones.

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.