

# Handle Tools for Your Safety Meeting Kit – Spanish



## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Muchos trabajadores utilizan habitualmente herramientas manuales y no las consideran peligrosas, pero siguen produciéndose accidentes. Las herramientas manuales incluyen martillos, destornilladores, sierras, llaves inglesas, cúteres, cintas métricas, mazos, patas de gato, cinces, punzones, llaves de tubo, alicates y planos, por nombrar sólo algunas. Cada herramienta está diseñada para realizar una tarea específica.

## CUÁL ES EL PELIGRO

Las herramientas manuales pueden causar muchos tipos de lesiones:

- Cortes, abrasiones, amputaciones y pinchazos. Si las herramientas manuales están diseñadas para cortar o mover metal y madera, recuerda lo que un simple resbalón puede hacer a la frágil carne humana.
- Lesiones por movimientos repetitivos. Utilizar la misma herramienta, de la misma manera, todo el día, día tras día, puede estresar los músculos y ligamentos humanos. El síndrome del túnel carpiano (inflamación de la vaina del nervio en la muñeca) y las lesiones de músculos, articulaciones y ligamentos son cada vez más frecuentes si se utiliza la herramienta equivocada, o si se utiliza incorrectamente la herramienta adecuada. Las lesiones provocadas por vibraciones continuas también pueden causar entumecimiento o mala circulación en manos y brazos.
- Lesiones oculares. Las astillas de madera o metal que salen despedidas son un peligro común, que a menudo causa ceguera innecesaria y permanente.
- Huesos rotos y contusiones. Las herramientas pueden resbalar, caer desde alturas o incluso ser arrojadas por empleados descuidados, causando lesiones graves. Un martillo que cae de una escalera es un arma letal.

## COMO PROTEGERSE

### NORMAS GENERALES DE SEGURIDAD PARA EL MANEJO DE HERRAMIENTAS

1. Inspeccione sus herramientas antes del trabajo. No utilice nunca una herramienta de mano dañada o defectuosa. Asegúrese de que la herramienta que va a utilizar está en buenas condiciones de funcionamiento. Acostúmbrese a inspeccionar sus herramientas antes y después de utilizarlas. Si va a refilar o reajustar herramientas, asegúrese de seguir las instrucciones del fabricante.
2. Elija la herramienta adecuada para cada trabajo. Asegúrese de que utiliza la

herramienta adecuada para cada tarea. Las distintas herramientas están diseñadas específicamente para tareas concretas. Sustituir una herramienta por otra es peligroso y puede provocar accidentes.

3. Lleve siempre el EPP adecuado. Los equipos de protección individual, como cascos, gafas de seguridad y monos, son imprescindibles para protegerse cuando se utilizan herramientas manuales. Este equipo te ayuda a no sufrir lesiones en caso de que pierdas el agarre de la herramienta durante su funcionamiento.
4. No modifique/altere sus herramientas por su cuenta. Quitar los clips de seguridad o los protectores de dedos de las herramientas manuales puede resultar desastroso. No cubra o pinte las herramientas por su cuenta, ya que esto le impide notar grietas y astillas en ella.
5. Manipule sus herramientas con cuidado. Las herramientas no son juguetes. No las tires ni se las pases a un compañero de trabajo. Cuando te pases herramientas entre compañeros de trabajo, asegúrate de hacerles saber que se la estás pasando.
6. Transporte y guarde las herramientas de la forma correcta. Cuando transporte herramientas por una escalera, no se las pase de una persona a otra ni las levante a mano. En su lugar, utilice una bolsa o un cubo para izar las herramientas desde el suelo hasta los trabajadores que se encuentren por encima. Cuando trabaje en altura, asegúrese de no dejar herramientas al aire libre. Esto podría suponer un peligro mortal para los trabajadores de abajo.
7. Tenga espacio. Cuando trabaje con herramientas manuales, asegúrese de que dispone de espacio suficiente para trabajar sin chocar contra otros objetos, paredes o compañeros. Apoye los pies en una superficie estable, provéase de un soporte adecuado, mientras utiliza herramientas manuales.
8. Limpie su espacio de trabajo. No deje herramientas desocupadas en el lugar de trabajo. Un lugar de trabajo desordenado y desordenado es una de las principales causas de tropiezos, caídas y caídas accidentales de herramientas sobre las manos y las piernas.
9. Adquiera la formación adecuada. Aunque las herramientas manuales como llaves, cinces, tornillos de banco, sierras para metales, martillos, puntas, palancas, rasquetas y otras parecen fáciles de usar, es necesario seguir varias técnicas adecuadas. Asegúrese de que sus empleados reciben la formación adecuada para manejar estas herramientas.
10. Compre herramientas de calidad. Nunca se insistirá lo suficiente en este punto. Cualquier herramienta manual que elija debe ser de acero de alta calidad, tratada térmicamente y construida adecuadamente.

## **NORMAS DE SEGURIDAD PARA HERRAMIENTAS ESPECÍFICAS**

### **Qué hacer y qué no hacer con los martillos**

- No utilice la “mejilla” del martillo para golpear clavos y otros objetos. Utilice siempre la cabeza.
- No golpee un martillo contra otro.
- Utilice un martillo de uña para clavar y arrancar clavos.
- No utilice un martillo si tiene las manos mojadas, grasientas o aceitosas.

### **Qué hacer y qué no hacer con las sierras**

- No utilice sierras cuya hoja esté desafilada.
- Mantenga los dedos alejados de la hoja mientras utiliza la sierra.
- Nunca transporte una sierra sujetándola por la hoja. Utilice siempre el mango.
- Asegúrese de engrasar la hoja después de cada uso.

### **Qué hacer y qué no hacer con las limas de mano**

- No utilice una lima como martillo, cincel, palanca o martillo.
- Cuando utilice una lima, agarra el mango con una mano y la punta de la lima con la otra.
- No golpee la lima con un martillo.

## **RECORDATORIO SOBRE LOS EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL**

Lleve equipo de protección individual cuando utilice determinadas herramientas. Lleve protección auditiva cuando utilice sierras mecánicas, taladros u otras herramientas que generen ruido. Si una tarea implica acercarse a objetos puntiagudos o ramas -como al podar- o si el trabajo puede generar objetos voladores o polvo, protéjase los ojos utilizando gafas de seguridad con protecciones laterales o gafas protectoras. Cuando sea necesario utilizar guantes, asegúrese de que se ajustan correctamente.

## **CONCLUSIÓN**

Como manipulador de herramientas, piense primero en su seguridad, pero también sea consciente de los demás a su alrededor, para no involucrarlos en un accidente. Si tiene alguna duda sobre el uso, el estado o el cuidado de una herramienta, habla con su supervisor.