

Hard Hats Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los lugares de protección de la cabeza son cruciales para protegerse contra las lesiones craneales. No sólo pueden caer sobre la cabeza herramientas, materiales o escombros; la protección de la cabeza está pensada para proteger contra objetos voladores, descargas eléctricas, quemaduras y choques con luces de cruce. No todos los cascos pueden proteger a los trabajadores de todos estos peligros.

CUÁL ES EL PELIGRO

Las lesiones en la cabeza debidas a la caída de objetos o a golpes suelen ser graves y se sabe que pueden ser mortales. Llevar casco no sólo protege la parte superior de la cabeza, sino también los elementos unidos al cráneo. Estos elementos incluyen los ojos, los oídos, la nariz y la boca. Con demasiada frecuencia los empleados perciben el casco como “algo más que me obligan a llevar” y no reconocen toda la importancia de esta pieza fundamental del equipo de protección individual.

COMO PROTEGERSE

CONCEPTOS BÁSICOS DE LOS CASCOS

Los cascos deben llevarse en cualquier área en la que exista la posibilidad de que los trabajadores

- sean golpeados por objetos que caen, están fijos, se mueven o sobresalen.
- entren en contacto con la electricidad.
- estén expuestos a los rayos UV, a la intemperie y a temperaturas extremas.

Elija el casco adecuado para cada trabajo

- Industrial – adecuado para su uso en la construcción, fábricas y canteras
- Alta temperatura: adecuado para su uso en procesos como la fabricación de acero y vidrio.
- Lucha contra incendios forestales: adecuado para su uso por parte del personal de emergencias en la lucha contra incendios forestales.
- Sin visera – permiten una visión clara hacia arriba
- Con visera: proporciona sombra para los ojos y cierta protección facial.
- De ala ancha: ofrecen una mayor protección contra la caída de objetos y los rayos UV, además de repeler el agua.

CÓMO FUNCIONAN LOS CASCOS. Los cascos están formados por un armazón exterior duro diseñado para soportar el impacto inicial y un arnés interior diseñado para absorber

y repartir el impacto, lo que minimiza los efectos de la fuerza en el cráneo.

Llevar correctamente el casco

- Ajuste el soporte del arnés para garantizar la comodidad y el contacto total con la cabeza en todo momento.
- Se recomienda no llevar prendas de vestir en la cabeza, ya que esto hará que la cubierta del arnés pierda eficacia. Esto incluye capuchas, gorras de béisbol, gorros o pasamontañas de tejido grueso o con muchas costuras. Tampoco se recomiendan algunos peinados como las rastas.
- Para sujetar el casco, puede utilizar las correas elásticas de la barbilla o una correa de retención de cuatro puntos integrada en un arnés cuando trabaje en altura.
- Asegúrese de que cualquier accesorio sea compatible con la marca y el modelo del casco.
- Si tiene alguna pregunta específica sobre el uso de su casco, es una buena idea consultar con el fabricante.

Mantenimiento del casco

- Guárdelo en un lugar fresco y seco, alejado de la luz solar directa y de objetos pesados o afilados.
- Mantenga el casco alejado de productos químicos como pinturas, diluyentes de pintura, adhesivos a base de disolventes (algunas pegatinas) y productos de limpieza.
- Limpiar frotando y sumergiendo en agua jabonosa tibia y aclarando con agua tibia limpia.
- Las bandas de sudoración deben sustituirse periódicamente según sea necesario.
- Si el gorro pierde su acabado brillante y parece calcáreo, debe sustituirse la carcasa.

Comprobación de seguridad de los cascos. Todos los componentes de los cascos deben inspeccionarse al menos semanalmente para detectar signos de abolladuras, grietas, penetración y daños debidos a impactos, trato brusco o desgaste. Una prueba sencilla consiste en apretar los lados del casco y escuchar y sentir los signos de tensión o agrietamiento que indicarían fragilidad y deterioro. Las pruebas de campo han demostrado que las carcasas de los cascos duran tres años a partir de la fecha de emisión.

Fecha de usuario VS Fecha de fabricación. Registre la fecha de emisión escribiendo en el interior del casco con un rotulador y sustituya el casco cada dos o tres años. Es decir, la fecha en que se le expide el gorro, no la fecha de fabricación.

Capacitación de los trabajadores en el cuidado, uso y mantenimiento de los cascos.

- Los riesgos controlados por el uso de cascos de protección
- Funcionamiento del casco
- Limitaciones de los cascos
- Cuando se deben llevar cascos
- Cómo llevar correctamente un casco de protección
- Cómo ajustar el casco para mayor comodidad y ajuste
- Cómo guardar correctamente un casco
- Cómo identificar signos de desgaste o daños
- Cómo limpiar y mantener el casco.

CONSEJOS SOBRE CASCOS PARA TRABAJADORES

- **Ajuste:** Para obtener la máxima protección, el casco debe ajustarse bien a la cabeza y la suspensión debe ser ceñida.
- **Inspección:** Los usuarios deben inspeccionar el casco y la suspensión con frecuencia. La suspensión debe sustituirse anualmente y el casco cada dos a

cinco años, dependiendo del uso.

- **Eliminación:** Si un casco ha sufrido un impacto, puede ser necesario desecharlo, aunque los daños no sean visibles.

Objetos adicionales: Nunca deben colocarse objetos entre la suspensión y el casco.

- **Almacenamiento:** Evite exponer los cascos a la luz directa del sol o a temperaturas extremas durante largos periodos de tiempo, ya que esto degradará la mayoría de las carcasas de plástico.

CONCLUSIÓN

Utilizar un casco cuando es necesario es una parte importante de la seguridad en el lugar de trabajo. Hable hoy mismo con sus empleados sobre cómo inspeccionar correctamente su casco y cómo cuidarlo adecuadamente.