

Proteja Sus Manos

Las Lesiones en Manos son Graves

Proteger sus manos y dedos es vital. Las lesiones en las manos son una razón principal por la que los trabajadores visitan la sala de emergencias y faltan al trabajo. Pueden impactar su productividad, calidad de vida o incluso terminar su carrera. Los costos para la industria de la construcción se estiman en cientos de millones de dólares anuales.

Causas Comunes de Lesiones en Manos

Existen muchos peligros en las obras que pueden causar lesiones en las manos, incluyendo:

- **Punciones, Cortes, Laceraciones.**
- **Aplastamientos, Fracturas, Amputaciones:** Por maquinaria, objetos que caen o enganches.
- **Esguinces, Torceduras:** Por uso inadecuado de herramientas.
- **Quemaduras:** Por contacto con superficies calientes o químicos.
- **Dermatitis y otros trastornos de la piel:** Por contacto con químicos.

Medidas Preventivas

Siga las prácticas laborales y use el equipo y los guantes proporcionados por su empleador. Esté consciente de los riesgos y conozca los pasos preventivos. Las regulaciones de OSHA exigen que los empleadores proporcionen un lugar de trabajo seguro y EPP adecuado (como guantes) con capacitación.

Acciones Específicas:

- Manténgase siempre alerta.
- Mantenga las protecciones en maquinaria.
- Use herramientas correctas y siga instrucciones.
- No ponga manos cerca de partes móviles; siga bloqueo/etiquetado.
- Identifique paradas de emergencia.



- Verifique el buen estado de las herramientas.
- Evite bordes afilados; nunca corte hacia la palma.
- Use herramientas ergonómicas.
- Use guantes adecuados.
- No use anillos, joyas ni ropa suelta.

Pregunte al Equipo:

1. ¿Qué prácticas de seguridad para manos sigue a diario? ¿Cómo cree que se podría mejorar la seguridad en el sitio?
2. ¿Cómo se asegura de que los guantes y el equipo de protección personal que utiliza sean apropiados y estén correctamente ajustados para cada tarea?
3. ¿Qué pasos toma para identificar peligros potenciales con herramientas y equipos antes de comenzar el trabajo, y cómo confirma que las características de seguridad están en su lugar y funcionando?

Hoja de Registro de Asistencia a Reuniones de Seguridad/Capacitación

Nombre de la Empresa: _____

Fecha de la Reunión: _____

Instructor: _____

Tema: _____

Empleados Asistentes

Nombre Impreso (Escriba Legiblemente)

Firma

1.	
2.	

3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	
16.	
17.	
18.	
19.	
20.	