

# Protección contra Caídas y los Planes de Rescate

## Bienvenida:

**Rafael A. Caballero**, Director, Centro de Adiestramientos OSHA del Atlántico (AOTC) Puerto Rico, Universidad Ana G. Méndez, Bayamón, P.R.

## Introducción:

**Jose H. Herrera**,

Especialista en la Seguridad y Salud Laboral, Dirección de Construcción de OSHA, Washington DC

## Panelistas:

**José Orlando Fernández Avilés**,

Gerente de Seguridad, Lord Construction Group, Inc.; Instructor, AOTC Puerto Rico

**Roberto Miranda**,

Consultor e Instructor, Instituto de Rescate Vertical, San Juan, P.R.; Instructor, AOTC Puerto Rico

**El evento de hoy se está grabando y se publicará en YouTube:**

[https://youtube.com/playlist?list=PLuzTg2wYpXWXBW96Ak\\_Wi4EySZ-hDzKm9](https://youtube.com/playlist?list=PLuzTg2wYpXWXBW96Ak_Wi4EySZ-hDzKm9)



Dirección de Construcción  
Campaña nacional de prevención de caídas  
26 de Abril de 2023

# Certificado de Participación

---

**Jose Herrera**

**Especialista en la Seguridad y Salud Laboral  
Administración de Seguridad y Salud Ocupacional**

**[www.osha.gov](http://www.osha.gov)**



**Every worker is more than a number**

**Workers Memorial Day 2023 events**



[Remembering Lost Workers](#) [don Geiser \(80\)](#) [Keontae Alston \(22\)](#) [Diane Royer \(69\)](#) [Alexander Gabatashvili \(6\)](#) **||**

**WORKPLACE SAFETY REMINDER**

Get the Workers Memorial Day poster today!



**TAKE ACTION**

[Find Calendar of Events](#)

[File a Complaint](#)

[Report a Fatality or Severe Injury](#)

[Submit 2022 Injury and Illness Data](#)



- العربية (ARABIC)
- SINUGBUANONG BINISAYÂ (CEBUANO)
- 简体字 (CHINESE-SIMPLIFIED)
- 繁体字 (CHINESE-TRADITIONAL)
- ENGLISH
- FRANÇAIS (FRENCH)
- KREYÒL AYISYEN (HAITIAN CREOLE)
- 한국어 (KOREAN)
- नेपाली (NEPALI)
- POLSKI (POLISH)
- PORTUGUÊS (PORTUGUESE (BRAZILIAN))
- РУССКИЙ (RUSSIAN)
- AF-SOOMAALI (SOMALI)
- ESPAÑOL (SPANISH)**
- УКРАЇНСЬКА (UKRAINIAN)
- Tiếng Việt (VIETNAMESE)

Every worker is more  
than a number

Workers Memorial Day  
2023 events

Remembering Lost Workers

rtinez (45)

Lily Lam (63)

Maxwell (34) and Benjamin (32) Morrissey

Darrel McCam



[OSHA](#) ▾[ESTÁNDARES](#) ▾[APLICACIÓN](#) ▾[TEMAS](#) ▾[AYUDA Y RECURSOS](#) ▾[NOTICIAS](#) ▾

### Temas

[Ayuda del empleador](#)[Derechos de los trabajadores](#)[Calor](#)[Zanjas y excavaciones](#)[Equipo de protección personal](#)[Prevención de caídas](#)[comunicación peligrosa](#)[Prevención del Suicidio](#)

### Por Sector

[Agricultura](#)[Construcción](#)[Agencias federales](#)[Cuidado de la salud](#)[Marítimo](#)[Petróleo y gas](#)[almacenamiento](#)[Dirección de Construcción](#)

### Temas clave

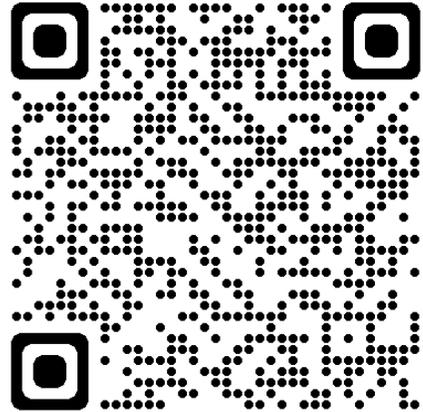
[Requisitos y formularios de mantenimiento de registros](#)[Programas de Seguridad y Salud](#)[Protecciones de denunciantes](#)

Evento



[Hogar](#) / [Industria de construcción](#)

## Industria de construcción



Stand-Down de seguridad nacional para prevenir caídas en la construcción, del 1 al 5 de mayo de 2023.

Foto: Construcción Clark



La construcción es una industria de alto riesgo que comprende una amplia gama de actividades que involucran construcción, alteración y/o reparación. Los trabajadores de la construcción participan en muchas actividades que pueden exponerlos a peligros graves, como caídas desde los techos, maquinaria sin protección, ser golpeados por equipos de construcción pesados, electrocuciones, polvo de sílice y asbesto.

La información, las herramientas y los recursos proporcionados en estas páginas web de la industria de la construcción están diseñados para ayudar a los miembros de la industria, ya sean trabajadores o empleadores, a identificar, reducir y eliminar los peligros relacionados con la construcción.

### Regulador

- [Norma 29 CFR 1926](#)
- [Grúas y cabrias](#)
- [Espacios confinados](#)
- [Zanjas y excavaciones](#)
- [Sílice](#)
- [Ley de SST](#)

### Guía

- [Cumplimiento](#)
- [Cartas de Interpretación](#)
- [Notas de construcción](#)
- [Directivas](#)
- [Publicaciones](#)

### Esfuerzos de divulgación

- [Infraestructura Seguridad y Salud](#)
- [Campaña de prevención de caídas](#)
- [Stand-Down de seguridad nacional](#)
- [Capacitación y divulgación](#)
- [Seguridad con pistolas de clavos](#)

### Iniciativas especiales

- [Torres de comunicación](#)
- [Zonas de trabajo de la carretera](#)
- [Prevención de retrocesos](#)
- [Prevención del Suicidio](#)
- [Prevención a través del Diseño \(PtD\)](#)



[Hogar](#) / [Stand-Down de seguridad nacional para prevenir caídas en la construcción](#)

Disfruta el

# Stand-Down de seguridad nacional

Para prevenir caídas en la construcción

1-5 DE MAYO DE 2023



Foto: Construcción Clark

[Hogar](#)

[Recursos](#)

[Eventos](#)

[Certificado de participación](#)

[Comparte con nosotros](#)

[Reflejos](#)

[Volver a Industria de la Construcción](#)

Las muertes causadas por caídas desde altura continúan siendo una de las principales causas de muerte entre los empleados de la construcción, y representan 378 de las 986 muertes en la construcción registradas en 2021 (datos de BLS). **Esas muertes eran prevenibles**. El National Safety Stand-Down aumenta la conciencia sobre los peligros de caídas en todo el país en un esfuerzo por detener las muertes y lesiones por caídas.

¿Qué es una parada de seguridad?

## Anuncios

- La décima parada anual de seguridad nacional para prevenir caídas en la construcción está programada del 1 al 5 de mayo de 2023.
- Webinar:** Las caídas son la principal causa de muerte de los trabajadores de la construcción, pero

Disfruta el

# Stand-Down de seguridad nacional

Para prevenir caídas en la construcción

1-5 DE MAYO DE 2023



[Hogar](#)

[Recursos](#)

[Eventos](#)

[Certificado de participación](#)

[Comparte con nosotros](#)

[Reflejos](#)

[Volver a Industria de la Construcción](#)

## Certificado de participación (inglés y español)

Gracias por unirse a miles de empleadores en el Stand-Down de prevención de caídas de 2023. Este certificado de participación es suyo en reconocimiento al tiempo y esfuerzo que dedicó a hablar sobre la prevención de caídas con su tripulación. Por supuesto, todos los días deben ser días de prevención de caídas, por lo que lo desafío a seguir los pasos que tomó hoy. Espero que siga hablando con sus empleados y dedicándose a prevenir caídas en sus lugares de trabajo.

Atentamente,

Scott Ketcham, Director  
Dirección de Construcción

**AVISO :** El certificado Stand-Down de prevención de caídas se descargará en formato PDF. Se recomienda que complete este formulario en una computadora de escritorio o portátil con una resolución de pantalla establecida en un MÍNIMO de 1280 x 768 y el navegador esté maximizado en la pantalla.

Para descargar un certificado de participación de su empresa en el Stand-Down, complete la información a continuación. Una vez que envíe esta información, recibirá un certificado (se mostrará un documento PDF imprimible) con el nombre de su empresa, el título del proyecto y el nivel de participación (según la cantidad de años de participación). También esperamos que nos ayude respondiendo algunas preguntas opcionales sobre su parada de seguridad y dándonos su opinión sobre nuestra campaña. Tenga en cuenta que no está obligado a solicitar un certificado y que, si elige hacerlo, OSHA no utilizará la información o los comentarios que proporcione para ningún otro propósito que no sea evaluar la campaña Stand-Down y planificar futuros esfuerzos de divulgación.

1. Nombre de la empresa: \* **Requerido**

2. Título del proyecto:

3. Estado: \* **Requerido**

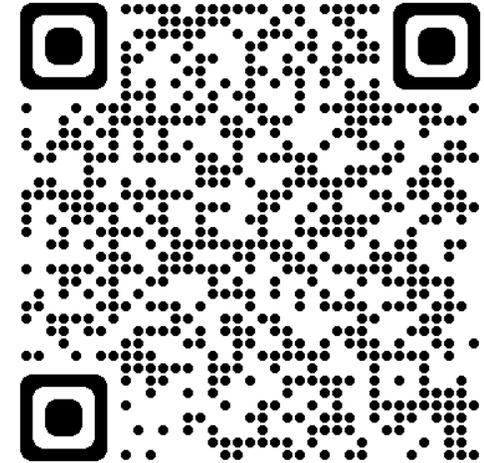
Para empresas internacionales, seleccione "NA".

4. Tipo de Industria: \* **Requerido**

5. Número de Empleados que participaron: \* **Requerido**

6. Número de años de participación

7. Cuéntenos acerca de su Stand-Down. ¿Qué hiciste? ¿Qué materiales usaste? ¿Como le fue? ¿Qué espera que suceda como resultado del Stand-Down? (Opcional. Limite la entrada a 1500 caracteres).



6. Número de años de participación

Seleccione uno... ▾

7. Cuéntenos acerca de su Stand-Down. ¿Qué hiciste? ¿Qué materiales usaste? ¿Como le fue? ¿Qué espera que suceda como resultado del Stand-Down? (Opcional. Limite la entrada a 1500 caracteres).

Indique si da su consentimiento a la Agencia para utilizar sus comentarios en la evaluación de nuestro programa y actividades promocionales.  sí  No

8. ¿Cómo podemos mejorar futuras iniciativas como esta? Que pudo haber sido mejor? (Opcional. Limite la entrada a 1500 caracteres).

Indique si da su consentimiento a la Agencia para utilizar sus comentarios en la evaluación de nuestro programa y actividades promocionales.  sí  No

Generar Certificados

Número de control OMB 1218-0271

Fecha de caducidad: 30/06/2022

LEY DE REDUCCIÓN DE PAPELEO

La carga de informes públicos para esta recopilación voluntaria de información se estima en un promedio de 10 minutos por respuesta, incluido el tiempo para revisar las instrucciones, buscar fuentes de datos existentes, recopilar y mantener los datos necesarios y completar y revisar la recopilación de información. OSHA utilizará esta información para evaluar el Stand-Down Nacional de Seguridad para la Prevención de Caídas. Las personas no están obligadas a responder a la recopilación de información a menos que muestre un número de control OMB válido actual. Si tiene algún comentario sobre esta estimación o cualquier otro aspecto de esta recopilación de datos, incluidas sugerencias para reducir esta carga, envíelos a [OSHAPRA@dol.gov](mailto:OSHAPRA@dol.gov) al Departamento de Trabajo de EE. UU., Dirección de Normas y Orientación de OSHA N-3609, 200 Constitution Avenue, NW, Washington, DC 20210.

solicitar un certificado y que, si elige hacerlo, OSHA no utilizará la información o los comentarios que proporcione para ningún otro propósito que no sea evaluar la campaña Stand-Down y planificar futuros esfuerzos de divulgación. También tenga en cuenta que el certificado no representa una evaluación del cumplimiento de las normas de OSHA en su(s) lugar(es) de trabajo.

**1. Nombre de la empresa: \* Requerido**

Buen Amigo Landscaping Inc.

**2. Título del proyecto:**

Puente

**3. Estado: \* Requerido**

Connecticut

*Para empresas internacionales, seleccione "NA".*

**4. Tipo de Industria: \* Requerido**

Carretera

**5. Número de Empleados que participaron: \* Requerido**

50

**6. Número de años de participación**

1

**7. Cuéntenos acerca de su Stand-Down. ¿Qué hiciste? ¿Qué materiales usaste? ¿Como le fue? ¿Qué espera que suceda como resultado del Stand-Down? (Opcional. Limite la entrada a 1500 caracteres).**

Indique si da su consentimiento a la Agencia para utilizar sus comentarios en la evaluación de nuestro programa y actividades promocionales.  sí  No

**8. ¿Cómo podemos mejorar futuras iniciativas como esta? Que pudo haber sido mejor? (Opcional. Limite la entrada a 1500 caracteres).**

Indique si da su consentimiento a la Agencia para utilizar sus comentarios en la evaluación de nuestro programa y actividades promocionales.  sí  No

Generar Certificados

Indique si da su consentimiento a la Agencia para utilizar sus comentarios en la evaluación de nuestro programa y actividades promocionales.  sí  No:

Limite la entrada a 1500 caracteres.

8. ¿Cómo podemos mejorar futuras iniciativas como esta? Que pudo haber sido mejor? (Opcional. Limite la entrada a 1500 caracteres).

Indique si da su consentimiento a la Agencia para utilizar sus comentarios en la evaluación de nuestro programa y actividades promocionales.  sí  No:

Limite la entrada a 1500 caracteres.

Generar Certificados

Número de control OMB 1218-0271

Fecha de caducidad: 30/06/2022

#### LEY DE REDUCCIÓN DE PAPELEO

La carga de informes públicos para esta recopilación voluntaria de información se estima en un promedio de 10 minutos por respuesta, incluido el tiempo para revisar las instrucciones, buscar fuentes de datos existentes, recopilar y mantener los datos necesarios y completar y revisar la recopilación de información. OSHA utilizará esta información para evaluar el Stand-Down Nacional de Seguridad para la Prevención de Caídas. Las personas no están obligadas a responder a la recopilación de información a menos que muestre un número de control OMB válido actual. Si tiene algún comentario sobre esta estimación o cualquier otro aspecto de esta recopilación de datos, incluidas sugerencias para reducir esta carga, envíelos a [OSHAPRA@dol.gov](mailto:OSHAPRA@dol.gov) al Departamento de Trabajo de EE. UU., Dirección de Normas y Orientación de OSHA N-3609, 200 Constitution Avenue, NW, Washington, DC 20210.



## DEPARTAMENTO DE TRABAJO DE LOS ESTADOS UNIDOS

Administración de Salud y Seguridad  
Ocupacional  
200 Constitution Ave NW  
Washington, DC 20210  
☎ 800-321-6742 (OSHA)  
TTY

#### GOBIERNO FEDERAL

casa Blanca  
Asistencia para la Recuperación de  
Tormentas Severas e Inundaciones  
Asistencia de recuperación de desastres

#### SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL

Preguntas frecuentes  
Índice A - Z  
Acta de Libertad de Información  
Lea el boletín de OSHA

#### SOBRE EL SITIO

Acta de Libertad de Información  
Declaración de privacidad y seguridad  
Descargos de responsabilidad  
Avisos importantes del sitio web



**NOTICE** This Fall Protection Basic Down certificate will be provided as a PDF. It is recommended that you save this file on a desktop or laptop computer with a recent version of a Microsoft Office Word and then print to a printer or save to a PDF.

To download a certificate for your business's participation in the Basic Down, please click the information below. Once you receive this information, you will receive a certificate (a printable PDF document) to display with your business name, project site and level of participation (depending on the number of years of participation). We also have a link to help you by entering a free national phone number and going to the website to see examples. Please note that you are not required to request a certificate and that you should be an employer. We will not use the information provided for any purpose other than making the Basic Down certificate and printing before relevant efforts.

Select certificates to be printed:  English  Spanish



[Click Here to Download and Print Your Certificate](#)  
Change the business name or event title on your certificate.

# CERTIFICADO DE RECONOCIMIENTO

2 AÑOS DE PARTICIPACIÓN

La Administración de Seguridad y  
Salud Ocupacional reconoce

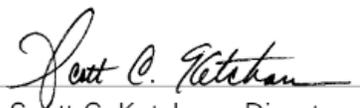
## Buen amigo Construction LLC

*Puente*

Por participar en la  
**Campaña Nacional de Seguridad de 2023 de  
OSHA para prevenir las caídas en la construcción**



La seguridad paga,  
las caídas cuestan.



Scott C. Ketcham, Director  
Dirección de Construcción



Administración de Seguridad  
y Salud Ocupacional

[Click Here to Download and Print Your Certificate](#)

Change the business name or event title on your certificate



UNITED STATES  
DEPARTMENT OF LABOR

Dirección de Construcción  
Campaña nacional de prevención de caídas  
26 de Abril de 2023

# Preguntas Frecuentes

---

**Jose Herrera**

**Especialista en la Seguridad y Salud Laboral  
Administración de Seguridad y Salud Ocupacional**



Cada trabajador es más  
que un número

Eventos del Día de los Trabajadores en Memoria  
de los Trabajadores  
2023

Recordando a los trabajadores  
perdidos

(20)

Gordon Geiser (80)

Keontae Alston (22)

Diana Royer (69)

Alejandro



### TOMAR ACCIÓN

Encuentra Calendario de Eventos



[Casa](#) / Preguntas frecuentes de OSHA

## Preguntas frecuentes de OSHA



Buscar  
OSHA



Pregúntele  
a OSHA

COVID-19

Formación y Certificaciones

Asistencia al empleador

Información para Trabajadores

Temas adicionales

Agua potable, Uso de baños,  
Saneamiento

Endosos y el logotipo de  
OSHA

Químicos peligrosos

Calidad del aire interior

Equipo de protección personal

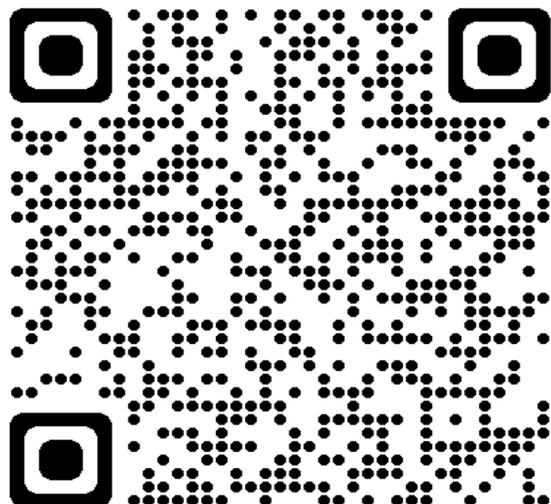
Relacionado con la  
temperatura y el clima

Salarios, Horas Trabajadas,  
Compensación de  
Trabajadores

Trabajando solo

COVID-19

Para ver las Preguntas frecuentes sobre COVID-19, consulte la página [Enfermedad por coronavirus \(COVID-19\)](#).



## Para Presentar una pregunta de Seguridad y Salud en el Lugar de Trabajo

Si usted está solicitando una investigación OSHA de su lugar de trabajo, consulte el [Formulario de Queja Email OSHA](#). Si quieres hacer una pregunta de seguridad y salud, utilice el siguiente formulario. Las respuestas serán enviadas en el plazo de diez días hábiles.

### Información de Contacto

Su nombre: (opcional)

Ubicación del Lugar de Trabajo:\*

Teléfono:

Su número de teléfono no será compartida fuera de la OSHA y puede ser utilizada para responder a su pregunta directamente.

Correo Electrónico:\*

Validación de correo electrónico:\*

Tipo de empleado o empleador:\*

- Empleado Militar o Federal
- Empleado Estatal o Local
- Empleado o Empleador Privado

### Pregunta

Su pregunta:\*

Este formulario no admite archivos adjuntos o enlaces.

\* Indica Información Requerida

### EN CASO DE EMERGENCIA:

En caso de EMERGENCIA (Por ejemplo, para reportar una muerte o una situación de riesgo inminente), favor contactar nuestro numero telefónico inmediatamente: 1-800-321-OSHA (6742) TTY 1-877-889-5627

**NO MANDE UN CORREO ELECTRONICO.**

### Comentarios del sitio web

Proporcionar comentarios, reportar un enlace roto, o un informe de contenido o errores técnicos en el sitio Web de OSHA.



Dirección de Construcción  
Campaña nacional de prevención de caídas  
26 de Abril de 2023

# División de Horas y Salarios

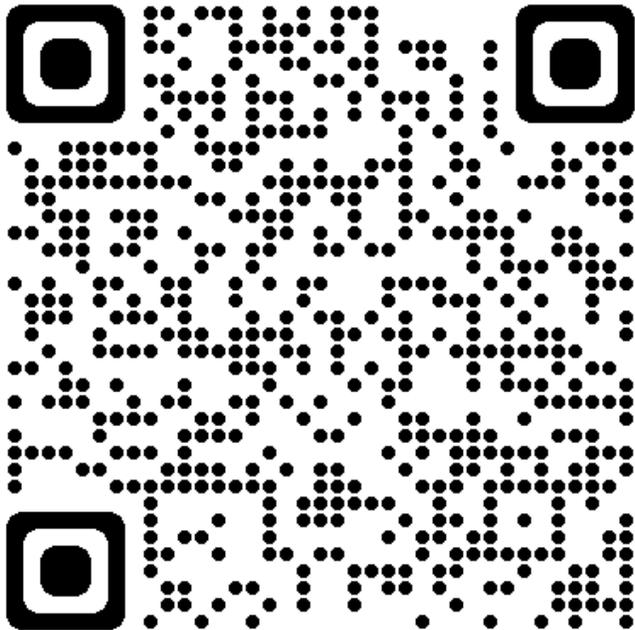
---

Línea de asistencia: **1-866-487-9243**. Las llamadas son confidenciales y personal no cuestiona a los trabajadores sobre su estado migratorio.



- **Hoja de Datos #1: La Industria de Construcción Bajo la Ley de Normas Razonables de Trabajo**

- <https://www.dol.gov/agencies/whd/fact-sheets/1-flsa-construction/espanol>

A screenshot of a web browser displaying the U.S. Department of Labor website. The page title is "Hoja de Datos #1: La Industria de Construcción Bajo la Ley de Normas Razonables de Trabajo (FLSA- abreviatura en inglés) | U.S. Department of Labor". The URL in the address bar is "https://www.dol.gov/agencies/whd/fact-sheets/1-flsa-construction/espanol". The page content includes a search bar, navigation menus for "TOPICS", "WORKER RIGHTS", "FOR EMPLOYERS", "RESOURCES", "INTERPRETIVE GUIDANCE", "STATE LAWS", and "NEWS RELEASES". The main heading is "Hoja de Datos #1: La Industria de Construcción Bajo la Ley de Normas Razonables de Trabajo (FLSA- abreviatura en inglés)". Below the heading, there is a paragraph: "Esta hoja de datos proporciona información general relevante a la aplicación de la Ley (FLSA) a la industria de construcción." followed by sections for "Características" and "Alcance".

Hoja de Datos #1: La Industria de Construcción Bajo la Ley de Normas Razonables de Trabajo (FLSA- abreviatura en inglés)

Esta hoja de datos proporciona información general relevante a la aplicación de la Ley (FLSA) a la industria de construcción.

**Características**

Negocios en esta industria desempeñan actividades de nueva construcción o reconstrucción. El reparo o la restauración de estructuras existentes comerciales y/o residenciales, así como la construcción de vías y puentes, también forman parte de esta industria. Las siguientes actividades de trabajo se incluyen en la industria de construcción: pintar, pavonar o limpiar con un chorro de arena, reargamasar, techar, acanalar, borbotar, excavar pozos de agua, instalar pisos y la jardinería ornamental.

**Alcance**

El negocio en la industria de construcción tiene que tener dos o más empleados y un volumen de ventas anuales de \$500,000 o más para ser sujeto a la ley. Alcance individual se les aplica a empleados cuyos trabajos regularmente los involucran con el comercio entre estados

- **Hoja de Datos #61: Jornaleros Bajo la Ley de Normas Razonables de Trabajo**

- <https://www.dol.gov/sites/dolgov/files/WHD/legacy/files/whdfs61.pdf>



### **Hoja de Datos #61: Jornaleros Bajo la Ley de Normas Razonables de Trabajo (FLSA- en sus siglas en inglés)**

Esta hoja de datos proporciona información general relevante a la aplicación de la Ley FLSA a los requisitos del salario mínimo, sobretiempo y mantenimiento de datos para los empleados quien ganan su salario por día, o, los jornaleros. Está pensado para proveer información general sobre los requisitos de la FLSA y para que los empleadores se den cuenta de algunas acciones del empleador que resulten en violaciones de la FLSA.

**Salario Mínimo:** La FLSA les exige a los empleadores que les paguen a los jornaleros, por lo menos, el salario mínimo aplicable por todas las horas trabajadas independientemente de si se le paga por hora, por día, o por pieza. El salario mínimo para los empleados cubiertos y no exentos es \$7.25 por hora, en vigor a partir del 24 de julio de 2009 (En algunos estados puede ser más alto).

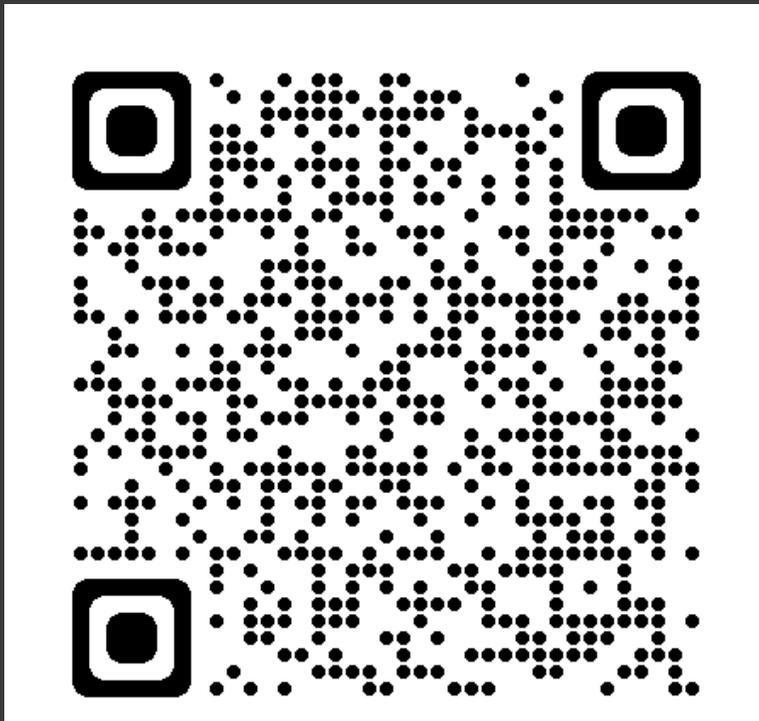
**Horas Trabajadas:** A los jornaleros, los empleadores se les tienen que pagar por todo el trabajo desempeñado hay o no aprobado el empleador el trabajo por adelantado. Por lo general, las "horas trabajadas" incluyen todo el tiempo que un empleado esté cumpliendo sus deberes, o que esté en el sitio de trabajo.

**Sobretiempo:** Normalmente, los empleadores tienen que pagar tiempo y medio de la tasa regular del jornalero después de 40 horas de trabajo en una semana laboral de 7 días.

**Mantenimiento de datos:** Los empleadores tienen que mantener datos de todos los sueldos pagados y de todas las horas trabajadas sin tomar en cuenta dónde se desempeña el trabajo. Los trabajadores deben anotar el nombre, la dirección y el número de teléfono de su empleador, las horas que han trabajado, y cualquier pago recibido.

*Para obtener información adicional, visite el website nuestro de Horas-Sueldos: <http://www.wagehour.dol.gov> y/o llame gratuitamente la línea nuestra de Horas-Sueldos de información y asistencia, disponible de las 8 de la mañana a las 5 de la tarde en su huso horario, 1-866-4USWAGE (1-866-487-9243).*

- WOW: Una [herramienta de búsqueda](#) que puede utilizar si cree que la División de Horas y Salarios le debe salarios atrasados
- [https://webapps.dol.gov/wow/?\\_ga=2.253390793.1189107987.1647814904-217975405.1635168203](https://webapps.dol.gov/wow/?_ga=2.253390793.1189107987.1647814904-217975405.1635168203)



A screenshot of the Workers Owed Wages (WOW) website. The browser address bar shows the URL: https://webapps.dol.gov/wow/?\_ga=2.253390793.1189107987.1647814904-217975405.1635168203. The page header includes the U.S. Department of Labor logo and the Wage and Hour Division name. A search bar is visible in the top right. The main content area features a large blue banner with the text "Workers Owed Wages" and an "English" language selector. Below the banner, there is a paragraph explaining the service and a flowchart with five steps: "Buscar Empleador", "Buscarse a sí mismo", "Ingresar información", "Enviar Documentación", and "Procesando". At the bottom, there is a search form with the heading "Buscar Empleador por Nombre o Palabra Clave", a text input field for the employer name, a "Buscar en WOW" button, and a dropdown menu for "Filtrar por Estado (Opcional)".

Dirección de Construcción  
Campaña nacional de prevención de caídas  
26 de Abril de 2023

# Conmemora el Día de los Trabajadores en Memoria

---

**El 27 de abril 1 p. m. EDT.**



# DEPARTAMENTO DE TRABAJO DE LOS ESTADOS UNIDOS

Administración de Seguridad y Salud Ocupacional

[CONTÁCTENOS](#) [PREGUNTAS FRECUENTES](#) [ÍNDICE DE LA A LA Z](#) [IDIOMAS](#)

[OSHA](#) [ESTÁNDARES](#) [APLICACIÓN](#) [TEMAS](#) [AYUDA Y RECURSOS](#) [NOTICIAS](#)

## Cada trabajador es más que un número

Eventos del Día de los Trabajadores en Memoria de los Trabajadores 2023

Recordando a los trabajadores perdidos

[e Alston \(22\)](#)

[Diana Royer \(69\)](#)

[Alejandro Gabatashvili \(65\)](#)

[Alberto Álvarez \(46\) e](#)



**WORKPLACE SAFETY REMINDER**

Encuentre un evento del Día de



### TOMAR ACCIÓN

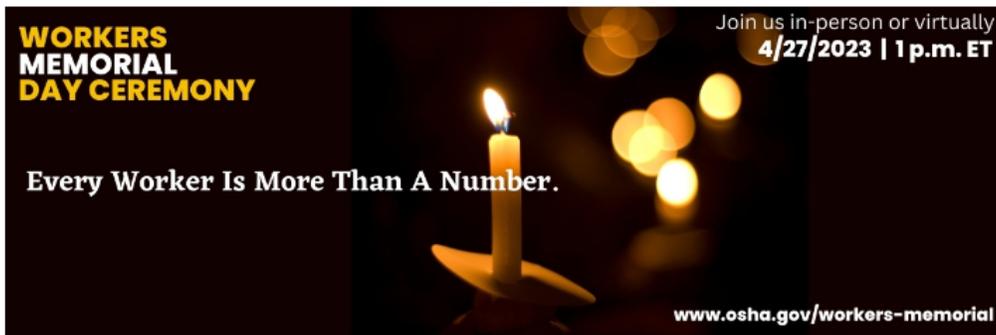
[Encuentra Calendario de Eventos](#)

[Presentar una queja](#)

[Informar sobre una fatalidad o lesión grave](#)

[Hogar](#) / [Monumento a los trabajadores](#)

## Monumento a los trabajadores



[Muro conmemorativo de los trabajadores](#) [Nuestras condolencias](#) [Día de los Trabajadores 2023](#) [Galería](#) [Informes de fatalidades](#)

### En recuerdo

Este muro virtual en memoria de los trabajadores es en honor y reconocimiento a aquellos que perdieron la vida en el trabajo. Además de lesiones o incidentes, se han perdido muchas vidas debido a enfermedades ocupacionales y enfermedades en los EE. UU. Son miembros de la familia (cónyuges, hijos, hermanos, abuelos, amigos y compañeros de trabajo) y los reconocemos a ellos y a todos nuestros trabajadores caídos en esta página.

Valoramos a todos nuestros trabajadores caídos y ofrecemos a sus familias nuestro apoyo, compasión y aprecio.

Esta página fue desarrollada en asociación con United Support & Memorial for Workplace Fatalities (USMWF). Si ha perdido a un ser querido debido a un incidente relacionado con el trabajo, lo invitamos a compartir su fotografía con OSHA en [remembrance@dol.gov](mailto:remembrance@dol.gov), ya que lo reconoceremos en nuestro muro virtual en memoria de los trabajadores.



**Mitchell McDaniel**, 19  
Producción agrícola  
Wisconsin



**Jose Lomeli**, 22  
Manufactura  
California



**Stanley Hubbard**, 46  
Fabricación  
Tennessee



**William Andrew Richards**, 38  
Ohio  
MSHA



**Zane Fecht**, 32  
Producción agrícola  
Nebraska



**Richard Peebles**, 29  
Missipi



**Patrik Aroher**, 50  
Fabricación  
Ohio



**Al Bullock**, 71  
Nebraska



**Alfredo Rodriguez**  
Nueva Jersey



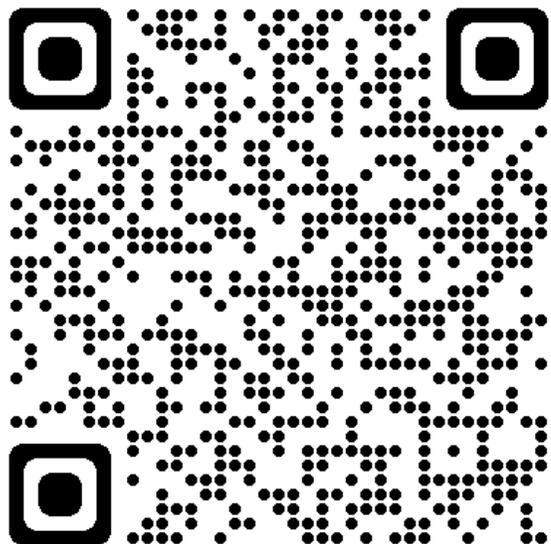
**Austin Milton**  
carolina del norte



**Avery Zorn**, 59  
Carolina del Sur



**Brian Bodega**, 62  
Nebraska





27 de abril

## Únase a OSHA y MSHA para honrar a nuestros trabajadores caídos

Lo invitamos a unirse a nosotros en persona cuando nos reunamos el 27 de abril de 2023, a la 1 p. m. EDT, para reconocer a nuestros trabajadores caídos y lesionados.

Por la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional

141 seguidores

Seguir



La venta de boletos termina pronto

General Admission - 1 +

Free ⓘ

Reserve a spot

### Cuando y donde



#### Fecha y hora

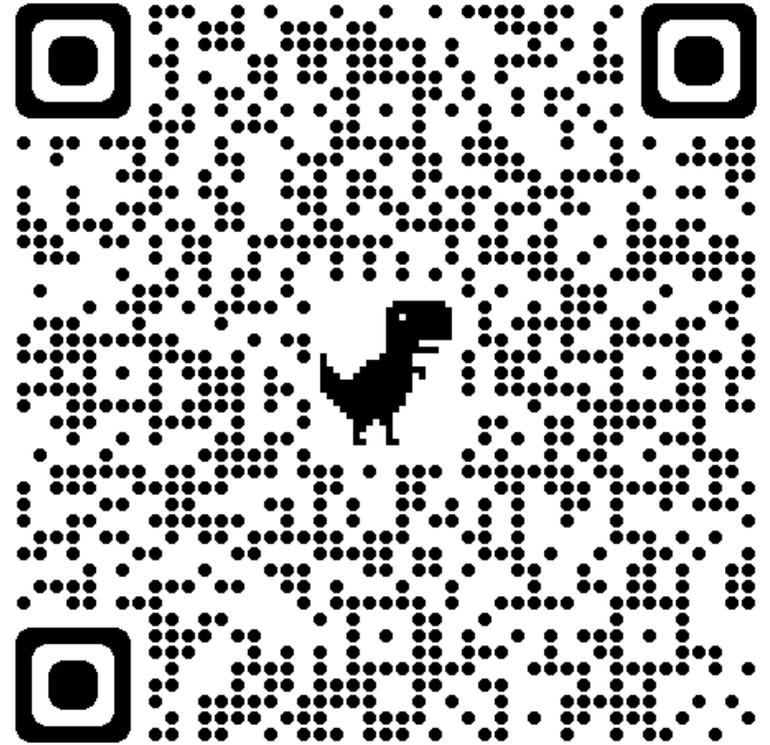
Comienza el jueves 27 de abril · 1 p. m. EDT



#### Ubicación

Departamento de Trabajo de EE. UU.  
Edificio Frances Perkins 200 Constitution  
Avenue, NW S-2508 Washington, DC 20210

Mostrar mapa ↕



# **Instituto de Educación Ambiental**

## **Centro de Adiestramientos OSHA del Atlántico**

### **(Atlantic OSHA Training Center Puerto Rico)**

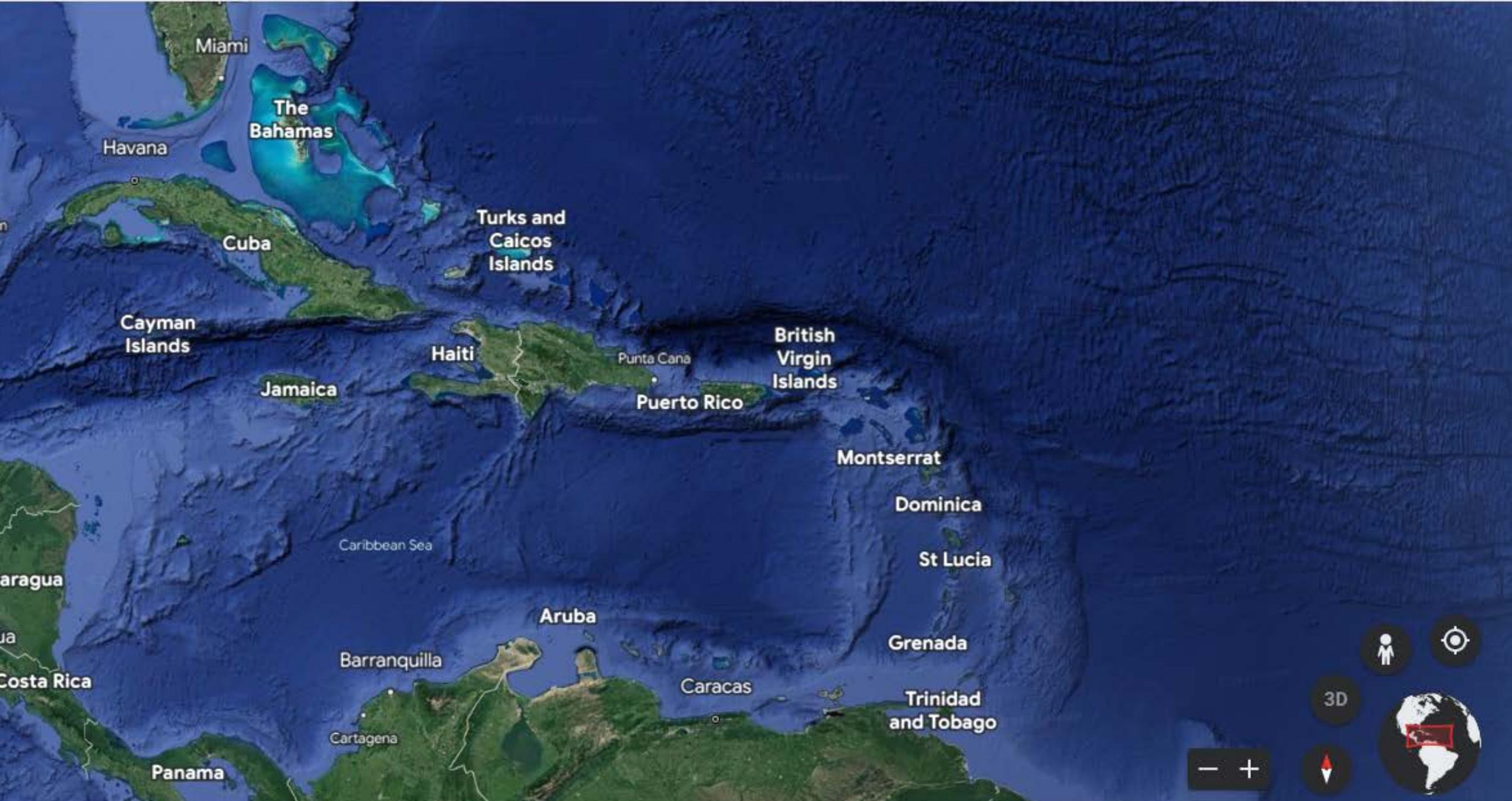
Rafael A. Caballero Torres, MSEM  
Director  
Instituto de Educación Ambiental (INEDA)  
Centro de Adiestramientos OSHA del Atlántico (AOTC)  
División Académica de Ciencias, Tecnología y Ambiente



# Un poco sobre el INEDA-AOTC...

- INEDA – Instituto de Educación Ambiental (1990)
- AOTC – Centro de Adiestramientos OSHA del Atlántico (2003)  
("Atlantic OSHA Training Center – Puerto Rico")
  - Consorcio: Rutgers University, University at Buffalo (SUNY) y UAGM
  - **Único Centro Educativo autorizado por el "OSHA Training Institute"**
    - En Puerto Rico y el Caribe
    - Únicos con todos los cursos en Español
- Escuela de Asbesto (DRNA)
- Estrecha colaboración con:
  - PR-OSHA, AMMED Bayamón y otros









Las Lagunas de Nisibon

Punta Cana

Aguadilla Pueblo

San Juan

Carolina

Dorado

Fajardo

Mayaguez

Caguas

Cabo Rojo

Yauco

Ponce

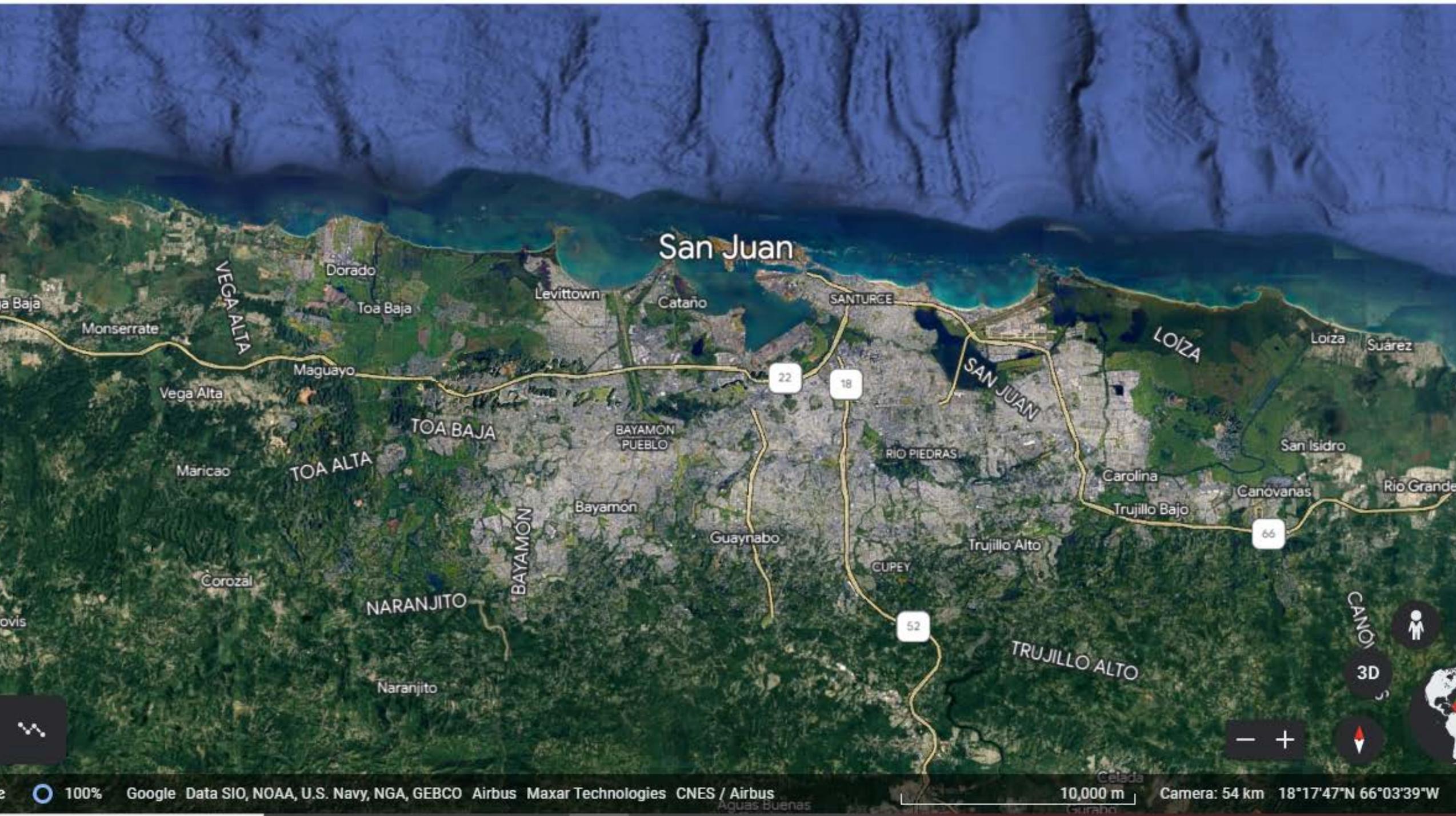
Cayey

Humacao

British Virgin Islands

Charlotte Amalie

US Virgin Islands



# San Juan

VEGA ALTA

LOIZA

TOA ALTA

TOA BAJA

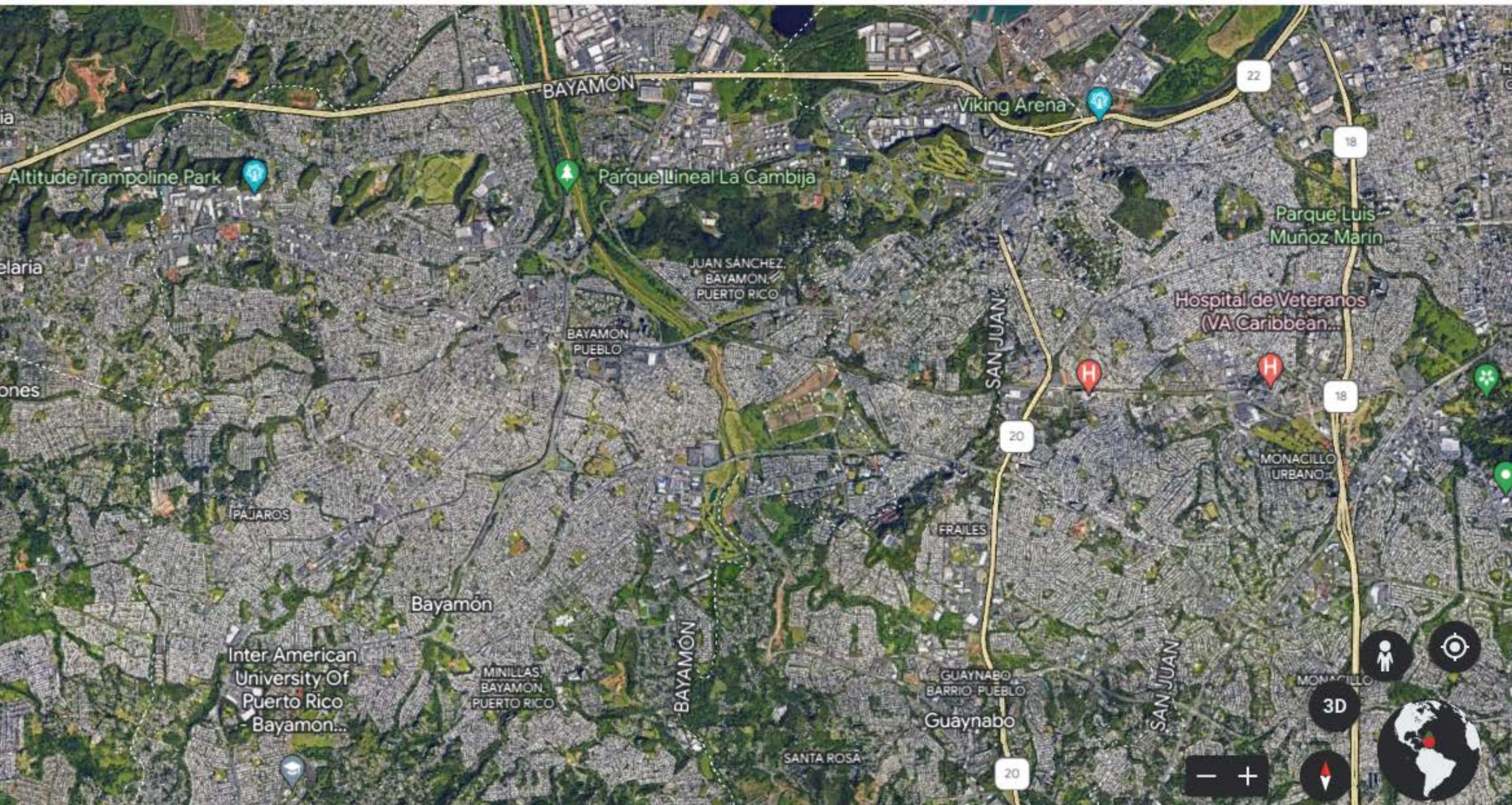
BAYAMÓN

SAN JUAN

TRUJILLO ALTO

CANOJ

3D



BAYAMÓN

Viking Arena

22

18

Altitude Trampoline Park

Parque Lineal La Cambija

Parque Luis Muñoz Marín

JUAN SÁNCHEZ, BAYAMÓN, PUERTO RICO

Hospital de Veteranos (VA Caribbean...)

BAYAMÓN PUEBLO

18

MONACILLO URBANO

PAJAROS

20

Bayamón

FRAILES

Inter American University Of Puerto Rico - Bayamón...

MINILLAS, BAYAMÓN, PUERTO RICO

GUAYNABO BARRIO PUEBLO

Guaynabo

MONACILLO

BAYAMÓN

SANTA ROSA

SAN JUAN

20

3D

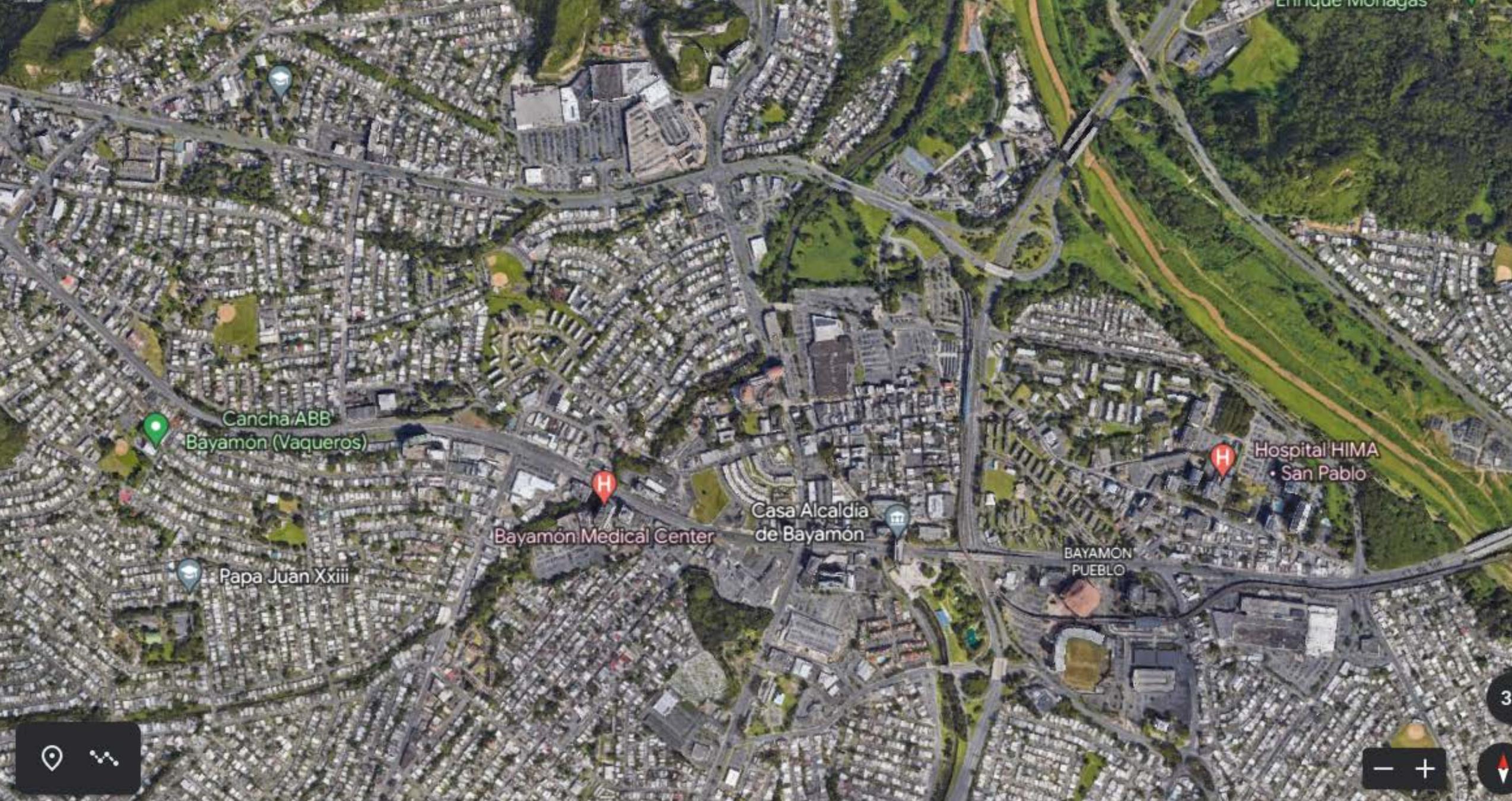
- +



2,000 m

Camera: 15 km 18°22'33"N 66°06'05"W

41 m



Cancha ABB  
Bayamón (Vaqueros)

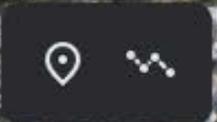
Papa Juan XXIII

Bayamón Medical Center

Casa Alcaldía  
de Bayamón

Hospital HIMA  
San Pablo

BAYAMON  
PUEBLO



Río Hondo

Universidad  
Metropolitana  
- Bayamón

Jesucristo Fuente  
de Poder PR

Escuela Superior  
Dr. Agustín Stahl





UNIVERSIDAD ANA G. MÉNDEZ | UAGM

EDIFICIO D



MEMORIA NACIONAL DE LA UAGM

# Atlantic OSHA Training Center

---

An Authorized

 **OSHA** Training Institute  
Education Center®



UNIVERSIDAD  
ANA G. MÉNDEZ  
**UAGM**

**RUTGERS**

School of Public Health



**University at Buffalo**

The State University of New York



**Reunión Directores OTIECs nov. 2019, New Orleans, LA**

Dr. Mitchel Rosen (Rutgers), Dr. Koshy Koshy (Rutgers), Rafael Caballero (UAGM), Dr. Joe Syracuse (U.Buffalo)

# Adiestramientos

(Operaciones de Respuesta a Emergencias con Materiales Peligrosos)

- HAZWOPER 40-horas y Repaso 8-horas
- HAZMAT
  - Concienciación
  - Operaciones



# Adiestramientos

- RCRA – Manejo de desperdicios peligrosos
- Riesgos biológicos / enfermedades infecciosas
  - Ébola, Leptospirosis, hongos, otros
- Remediación de hongos
  - Trabajadores y Supervisores
- Resiliencia ante desastres
- Inspectores de Asbesto
  - Escuela de Asbesto autorizada DRNA (antes JCA)



# Adiestramientos OSHA Training Institute

- OSHA 510 – Estándares S & SO Industria de la Construcción
- OSHA 511 – Estándares S & SO Industria General
- OSHA 2264 – Espacios Confinados
- OSHA 7505 – Investigación de Incidentes (Accidentes)
- OSHA 3115 – Protección contra Caídas
- OSHA 3085 – Principios de Seguridad en Andamios
- OSHA 3095 – Estándares Eléctricos
- Y muchos más...



# Cursos para instructores autorizados OSHA

- OSHA 500 - Industria de la Construcción
- OSHA 501 - Industria General
- OSHA 5600 - Trabajadores en Lugares de Desastre

Nota: Requisitos de admisión varían



# Programas de Extensión (“Outreach”) de OSHA

10-horas y 30-horas

- **Cursos disponibles por petición**
- Industria de la **Construcción**
- Industria **General**
- **Trabajadores en Lugares de Desastre**
- Industria **Marítima**



# Programa de Certificado como Especialista en Seguridad y Salud Ocupacional

- **Exclusivo en Puerto Rico (UAGM)**
- **Dos especialidades:**
  - Industria de la Construcción
  - Industria General
- **Junto con *Rutgers University* y *University at Buffalo* (SUNY)**

# Impacto INEDA-AOTC UAGM

## Campañas educativas OSHA

- “Safe & Sound”
- “National Safety Stand Down”
- “National Fall Stand Down”
- Participaciones en medios de comunicación

## Colaboración con múltiples agencias y organizaciones



PARTICIPE EN EL  
**“STAND-DOWN”  
NACIONAL**

.....  
PARA PREVENCIÓN  
DE CAÍDAS EN LA  
CONSTRUCCIÓN

26 DE ABRIL DE 2023  
2:00 PM A 3:30 PM

Se requiere conexión mediante internet. Esta actividad es parte de la Campaña Nacional de Prevención de Caídas 2023 de OSHA; una colaboración de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) de Estados Unidos, el Instituto de Educación Ambiental de la Universidad Ana G. Méndez en Puerto Rico / Atlantic OSHA Training Center, “Center for Public Health Workforce Development” de Rutgers University, el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH), y “The Center for Construction Research and Training (CPWR)”. Libre de costo. Espacios limitados.

REGISTER AT  
<https://tinyurl.com/decaidas>

**VIRTUAL  
Y  
GRATIS!**



UNIVERSIDAD  
ANA G. MÉNDEZ  
**UAGM**



**OSHA**<sup>®</sup>  
Protecting America's Workforce

**CPWR** [O]  
THE CENTER FOR CONSTRUCTION  
RESEARCH AND TRAINING



**RUTGERS**  
School of Public Health  
CENTER FOR PUBLIC HEALTH  
WORKFORCE DEVELOPMENT

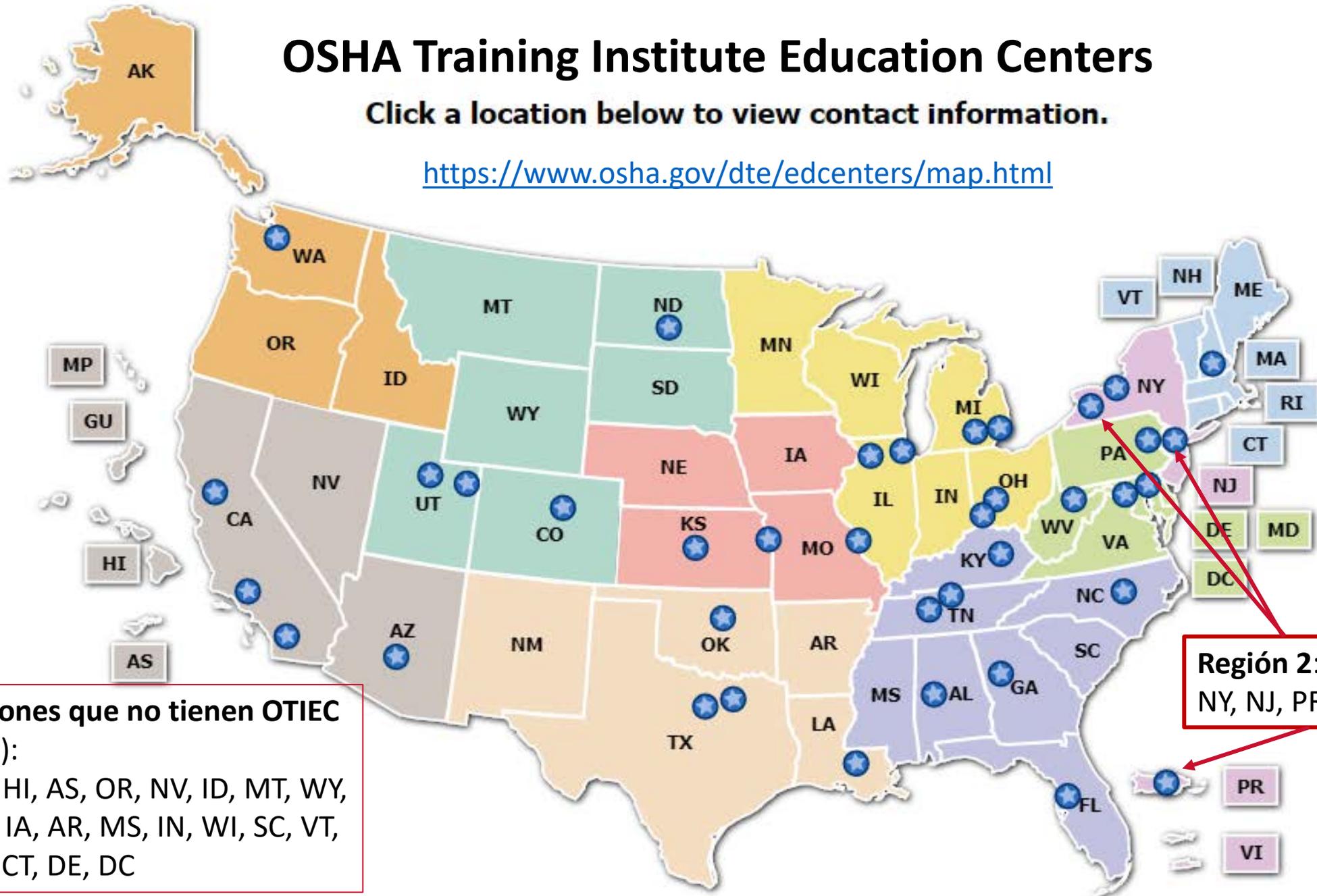
# Colaboraciones, Impacto y Campañas Educativas



# OSHA Training Institute Education Centers

Click a location below to view contact information.

<https://www.osha.gov/dte/edcenters/map.html>



**26 jurisdicciones que no tienen OTIEC (10-21-2019):**

AK, MP, GU, HI, AS, OR, NV, ID, MT, WY, NM, SD, NE, IA, AR, MS, IN, WI, SC, VT, ME, MA, RI, CT, DE, DC



## Occupational Safety and Health Administration

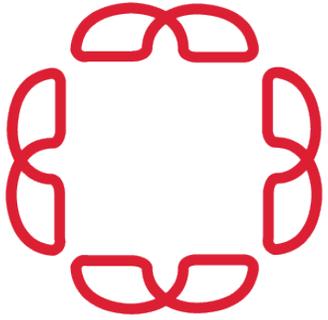
[CONTACT US](#) [FAQ](#) [A TO Z INDEX](#) [ENGLISH](#) [ESPAÑOL](#)[OTI Education Centers](#) / [Current List of Authorized OTI Education Centers - Contact Sheet](#)

Region 2

## Current List of Authorized OTI Education Centers - Contact Sheet

[PDF](#)[Map](#)**Atlantic OSHA Training Center (Consortium)***Rutgers School of Public Health (Lead Organization)**300 Atrium Drive**Somerset, New Jersey, 08873**(732) 235-9450**<https://ophp.sph.rutgers.edu>**University at Buffalo, Toxicology Research Center**3435 Main Street Cary 15**Buffalo, NY 14214-3015**(716) 829-2125**[www.smb.suagm.edu/CENTERS/trc](http://www.smb.suagm.edu/CENTERS/trc)**Universidad Ana G. Méndez – Instituto de Educacion Ambiental (INEDA)**#1600 Ave. Comerío, Suite 9**Bayamon, Puerto Rico 00961-6376**(787) 288-1100 Ext. 1375**<http://umet.suagm.edu/ineda>*





UNIVERSIDAD  
ANA G. MÉNDEZ

**UAGM**

Atlantic OSHA Training Center

An Authorized  
**OSHA** Training Institute  
Education Center®

**iGracias!**

[ineda-info@uagm.edu](mailto:ineda-info@uagm.edu)

# Protección Contra Caídas

## Planes de Rescate



Educación, preparación, prevención...

Roberto Miranda Palacios 787-922-2647

roberto@institutorescatevertical.com



# Objetivos:

- Al finalizar esta presentación el estudiante será capaz de:
  1. Entender la fuerza de impacto en el cuerpo humano luego de recibir una caída.
  2. Conocer sobre el “síndrome del arnés”.
  3. Identificar los componentes de un plan de prevención de caídas.
  4. Conocer los componentes de un plan de rescate

# Fases de una caída

1. Resbalón, tropiezo, falla
2. Caída libre
3. Desaceleración
4. Rebote
5. Suspensión

Educación, preparación, prevención...



# Caída Libre

- $9.82 \text{ m/s}^2$
- La aceleración de un cuerpo en caída libre, NO es lineal, es exponencial.
- 3 parpadeos = 1 segundo
  - 1er parpadeo  $.46\text{mts} = 18''$ , desde el punto de partida
  - 2ndo parpadeo  $1.83\text{mts} = 6'$  desde el punto de partida
  - 3er parpadeo  $4.81\text{mts} = 15.75'$  desde el punto de partida

# Caída libre

## ○ Ecuaciones:

○  $h = \frac{1}{2} g t^2$

○  $V^2 = 2 g h$

○  $V = g t$

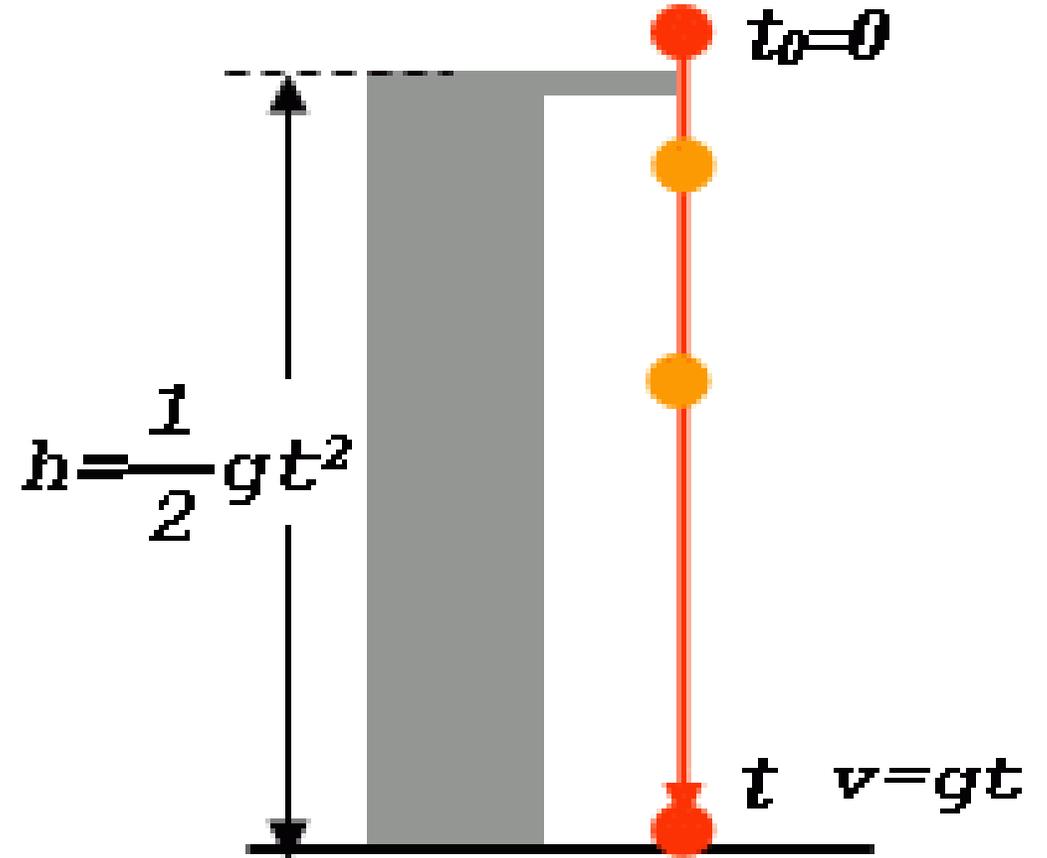
## • Dónde:

•  $h$  = altura en mts

•  $V$  = Velocidad

•  $g$  = Gravedad =  $9.81 \text{m/s}^2$

•  $t$  = tiempo en Segundos



# Velocidad final en función de tiempo

- Asumiendo que la  $g$  es  $9.81\text{m/s}^2$  y la fricción del viento es inapreciable...
  - Para caídas de  $X$  tiempo su velocidad final = \_\_ , y su distancia recorrida es \_\_ ,

Seg	M/s	MPH	Mts	Pies
1	9.81	22.00	4.91	16.11
2	19.62	43.89	19.62	64.37
3	29.43	65.83	44.19	144.98
4	39.24	87.78	78.48	257.48
5	49.05	109.72	122.75	402.72
6	58.86	131.67	176.58	579.33

- Velocidad terminal de un paracaidista, según Fuerza Aerea EU,  $54\text{mt/s}$

El Auto más rápido del mundo Bugatti Chiron  
SS 304 mph = 489 kmh = 135.9 mt/s



# Caída Libre (CL) vs Buggatti Chiron

- 0-300 km/h
  - Buggatti Chiron récord 0-300km/h = 12.1s
  - Caída Libre 0-300km/h = 8.49s
- 0-400 Km/h
  - Buggatti Chiron récord 0-489km/h = 28.6s
  - Caída Libre 0-489km/h = 13.85
- Velocidad Máxima
  - Buggatti Chiron récord 135.9mt/s (304 Mph) en 28.6 seg
  - Caída libre (No se puede determinar)

# Viéndolo de otra manera....

- Si el carro suyo, tuviera la aceleración de la fuerza de la gravedad, la ecuación para determinar tiempo y vel final en el ¼ de milla sería así...
- $v=gt$ ,  $h=1/2gt^2$
- $t= [402.33m/.5(9.81m/s^2)]^{1/2}= \mathbf{9.05s}$
- $v=9.81m/s^2(9.05s)=88.84mt/s = \mathbf{198.73MPH}$

Educación, preparación, prevención...



# Viéndolo de otra manera....

- Tiempo y vel final en el 1/2 de milla sería así...
  - $v=gt$ ,  $h=1/2gt^2$
  - $t= [804.66m/.5(9.81m/s^2)]^{1/2}= \mathbf{12.81s}$
  - $v=9.81m/s^2(12.81s)=88.84mt/s = \mathbf{281.1MPH}$

Educación, preparación, prevención...



# Ejemplos #1

- Pedro se cae una distancia de 3mts (9.84').

- Calcule tiempo de caída
- velocidad final

- $h = \frac{1}{2}gt^2 =$

$$3\text{mts} = \frac{1}{2}(9.81\text{m/s}^2)(t)^2$$

$$(3\text{mts}) / \frac{1}{2}(9.81\text{m/s}^2) = t^2$$

$$.6116208\text{s}^2 = t^2$$

$$t = .7821\text{s}$$

- $V = gt = 9.81\text{m/s}^2 \times .7821\text{s}$

$$V = 7.67\text{m/s} = 27.61\text{Km/h} = 17.15\text{mph}$$



## Ejemplo #2

- Imaginemos que cae 6 mts (19.68'), calcule Tiempo y Velocidad final
  - ¿Podemos decir que será el doble del t anterior?
  - Será el doble de la V?
    - $t = 1.1060s$
    - $V = 10.84m/s = 39.024km/h = 24.24mph$

Educación, preparación, prevención...



# Fuerza

- $F = \frac{1}{2} mV^2$
- Pero se dijo que la Vel no es constante debido a que cambia con respecto a la aceleración de la “g”
- Por ende se usa la Eq de Energía Potencial Gravitacional
- $mgh =$ 
  - Donde F = Fuerza expresada en Joules =  $(Kg (m/s^2)h) = NM$
  - M= Masa en Kg
  - g= Gravedad  $m/s^2$
  - h= altura



# Ejemplo #3

- Determine la fuerza de impacto de Pedro al caerse 3mts. Pedro pesa 75kg.
  - $F = mgh$
  - $F = (75\text{kg})(9.81\text{m/s}^2)(3\text{mts}) = 2,207.25\text{J}$
  - $F = 2.2\text{KJ}$

# Ejemplo # 4

- Determine la fuerza de impacto de Pedro al caerse 6mts (19.68'). Pedro pesa 75kg (165lbs).
  - $F = mgh$
  - $F = (75\text{kg})(9.81\text{m/s}^2)(6\text{mts})$
  - $F = 4,414\text{J} = 4.4\text{KJ}$

Educación, preparación, prevención...



# Ejemplo# 5

- Determine la fuerza de impacto de Pedro al caerse 6mts (19.68'). Pedro pesa 100kg (220lbs).
  - $F = mgh$
  - $F = (100\text{kg})(9.81\text{m/s}^2)(6\text{mts})$
  - $F = 5,886\text{J} = 5,875 \text{ J} = 5.87\text{KJ}$

Educación, preparación, prevención...



# Dureza de un Fémur

- El Fémur se considera el hueso mas fuerte del cuerpo humano
- Un Fémur se puede romper con una fuerza de 118 J

Educación, preparación, prevención...



# Comparaciones de fuerzas

- Un marrón de 10kg (22lbs) viajando a 18.00 m/s (40.26mph)
  - $\frac{1}{2}MV^2$   
 $=.5(10\text{kg})(18\text{m/s})^2$   
 $=1620\text{J} = 1.6\text{KJ}$
- Un carro de 2,000kg (4,409lbs) a 60km/h (16.7m/s = (37.28mph)  
 $Ke = \frac{1}{2}(2,000\text{kg})(16.7\text{m/s})^2 = 278,890\text{J} = 279\text{KJ}$
- Una motora pequeña que pesa 133kilos (293lbs) viajando a 40km/h (25mph)  
 $Ke = \frac{1}{2}(133)(11.12\text{m/s})^2 = 2,060\text{J} = 2.06\text{KJ}$

# ¿A dónde me puedo conectar?

- Una expansión sencilla diseñada para trabajar en Hormigón:
  - Dia  $3/8'' = 9.5\text{mm}$
  - Profundidad de  $15/8'' = 41.3\text{mm}$
  - Instalada en hormigón de  $4,000\text{psi} = 27.6\text{MPa}$
  - Poseen una tensión de  $2,030\text{lbs}$ , =  $9.1\text{kn}$  pero manufacturero determina que solo se debe de usar a un 25% de su resistencia lo que =  $2.275\text{kn}$



# ¿A dónde me puedo conectar?

- Pedro se cae....
  - $m = 75\text{kg}$
  - $g = 9.81\text{m/s}^2$
  - $h = 1.80\text{mts}$  o  $6'$
  - Distancia que el absorbedor abre  $1.07\text{mt}$  o  $3.5'$
- $= [75\text{kg}(9.81\text{m/s}^2)(1.80\text{mts}) / 1.07\text{mts}]$
- $= 1.237\text{kN}$



# ¿A dónde me puedo conectar?

- Pedro se cae....
  - $m = 75\text{kg}$
  - $g = 9.81\text{m/s}^2$
  - $h = 1.80\text{mts}$  o  $6'$
  - Distancia que eslinga estira  $.36\text{mt}$   
o  $14.17''$ 
    - Nota, cuerda con un 20% de elongación
- $= [75\text{kg}(9.81\text{m/s}^2)(1.80\text{mts}) / .36\text{mts}]$
- $= 3.7\text{Kn}$



# ¿A dónde me puedo conectar?

- Pedro se cae....
  - $m = 75\text{kg}$
  - $g = 9.81\text{m/s}^2$
  - $h = 1.80\text{mts}$  o  $6'$
  - Distancia que eslinga estira 2% =  $.036\text{mt}$  o  $1.41''$ 
    - Nota, cuerda o cable con un 2% de elongacion
- $= [75\text{kg}(9.81\text{m/s}^2)(1.80\text{mts}) / .036\text{mts}]$
- $= 36.7\text{Kn}$



# Referencias importantes

- Sistema tiene que garantizar que la distancia de desaceleración de un empleado no sea mayor de 3.5' o 1.07mts
  - 1926.502(d)(16)(iv)
- Ser lo suficientemente fuerte para aguantar el doble de la fuerza máxima de impacto ejercida por un empleado cayendo una distancia de 6' o 1.80mts
  - 1926.502(d)(16)(v)
  - Nota: se considera que el peso á del empleado con herramientas lo es 310lbs o 140kg. Si el empleado excede este peso el patrono tiene que garantizar de que el sistema funcione.

# 1910.151 Sub Parte K “Medical and First Aid”

- [1910.151\(a\)](#) El empleador deberá asegurar la pronta disponibilidad de personal médico para el asesoramiento y consulta en materia de sanidad en el área de trabajo.
- [1910.151\(b\)](#) En ausencia de una enfermería, clínica u hospital en las proximidades del lugar de trabajo que se utilice para el tratamiento de todos los empleados lesionados, una persona o personas deberán estar adecuadamente capacitadas para brindar primeros auxilios. Los suministros adecuados de primeros auxilios deberán estar fácilmente disponibles.

# Referencias importantes

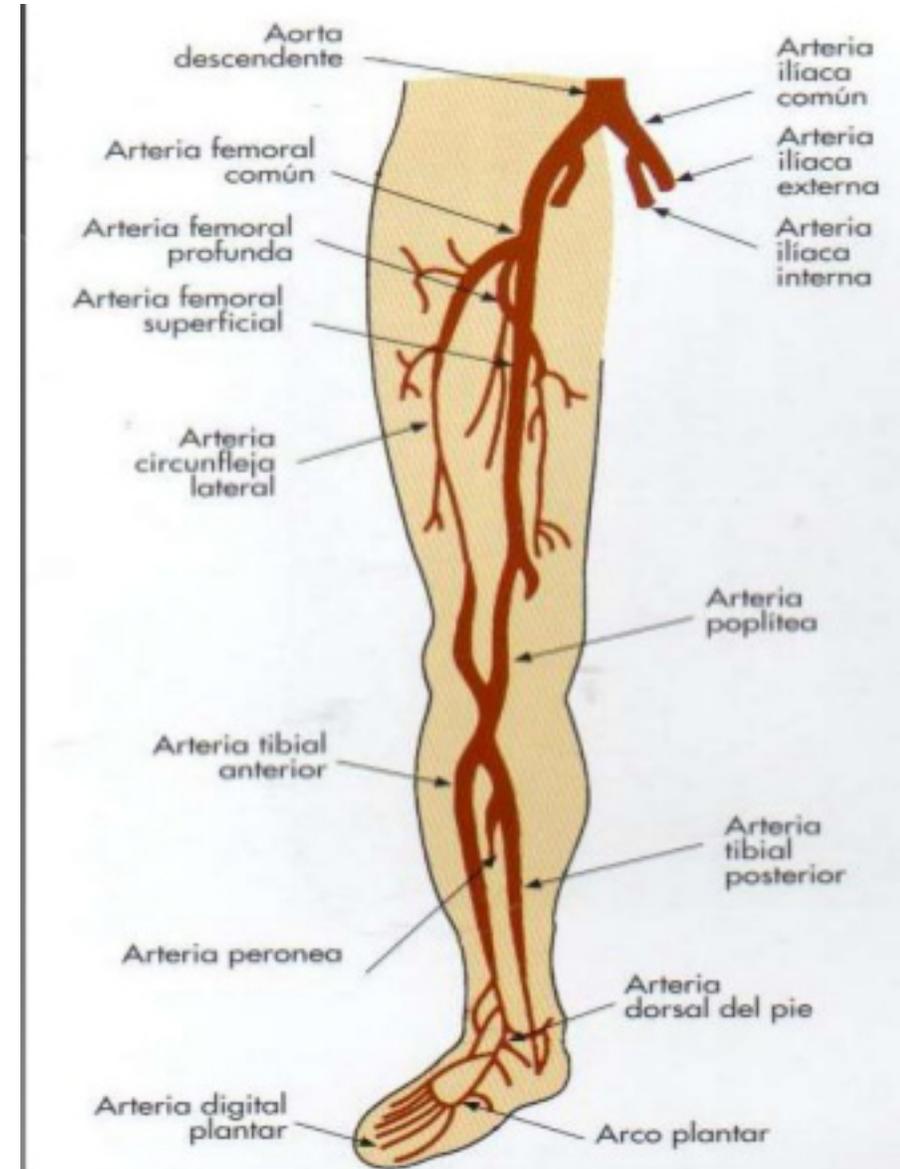
- Patrono deberá de proveer un pronto rescate en el caso de una caída o debe asegurarse el que el empleado se pueda autorescatar.
  - 1926.502(d)(20), Sub Parte M, Proteccion Contracaidas
- El empleador debe prever el rescate inmediato de los empleados en caso de caída.
  - 1910.140(c)21, Sub Parte I, Sistema Personal de Protección contra Caídas

Educación, preparación, prevención...



# Síndrome del Arnés

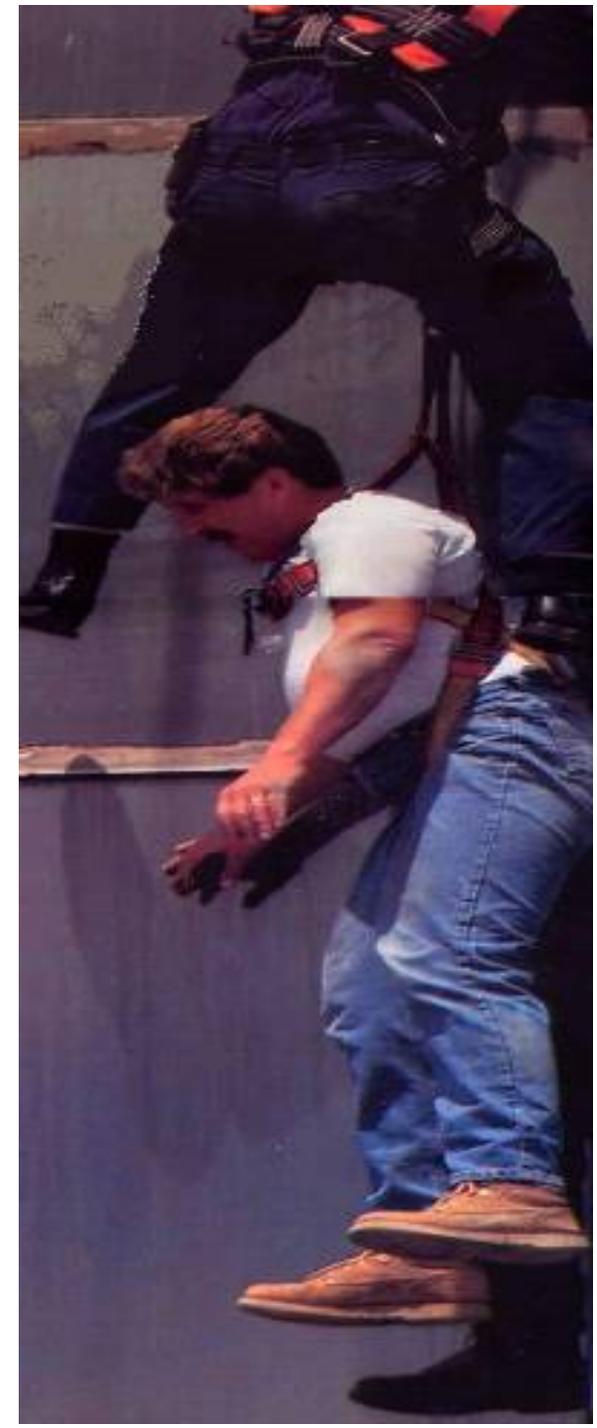
- También llamado trauma por suspensión o shock ortostático, ocurre como consecuencia de la imposibilidad de movimiento estando en posición vertical.
- Por que ocurre:
  - falta de movimiento,
  - cierre de vasos sanguíneos
  - acumulación de sustancias tóxicas.
- Sintomatología
  - Mareos
  - Transpiración profusa
  - Aumento en ritmo cardíaco y respiración.
  - Pérdida de conocimiento.
- Si no se puede auxiliar a la víctima con rapidez esta corre el riesgo de morir por un bloqueo de las vías respiratorias, falta de sangre o trombosis.



## Síndrome del Arnés.

- Un arnés mal puesto no lo protegerá como debe.
- Un arnés mal puesto puede ser la diferencia entre impactar el suelo o quedar colgando.
- Puede ser fatal para paciente en menos de 30 minutos de estar colgado.
- Efectos dañinos al cuerpo tan rápido como 3 a 5 minutos luego de haber ocurrido.

Educación, preparación, prevención...



# ¿Cómo prevenir el síndrome del arnés?

- Educación a empleados.
- Arnés adecuado.
- Plan de Prevención de Caídas.
- Plan de Rescate personal en suspensión.
- Que la víctima llegue al suelo cuanto antes. Para ello, la mejor forma es mediante un sistema de descenso y rescate.

# Plan de Prevención de Caídas.

## 1. Información del lugar de trabajo:

1. Dirección, Nombres personal Clave, Contratista General, Superintendente, maestro de obra, personal entrenado en Primeros Auxilios, Personal adiestrado en Rescate.

## 2. Análisis de Peligros que puedan resultar en caídas:

1. Tragaluces, hoyos en pisos, ventanas, elevadores.

## 3. Métodos y Equipos

1. Detalles de arneses, “lanyards”, anclajes, etc.

## 4. Uso, mantenimiento e Inspección:

1. Detalles de.....

## 5. Almacenamiento de Equipo

# Plan de Prevención de Caídas.

## 6. Protección contra objetos que caen.

1. Detalle de como evitar que empleados sean golpeados por objetos que caen.

## 7. Plan de Rescate.

1. Quién realizará el mismo, donde puede ocurrir, métodos hacer utilizados, proceso de evaluación del mismo.

## 8. Certificaciones, adiestramientos.

1. Todo el personal tiene que haber sido adiestrado.

# Plan de Rescate en Sistema de prevención Caídas.

## 1. Tipos de Rescates:

### 1. Auto rescate.

- ¿Se lastimó la persona?

### 2. Rescate con asistencia.

- ¿Se le puede hacer llegar una escalera?
- ¿Se le puede hacer llegar un Etrier?



# Plan de Rescate...

## 3. Rescate realizado por personal competente presente.

1. ¿Cuánto puede halar y mantener una persona promedio?
2. Transferencia de peso, ¿ cómo la realizó?
3. Doble Línea....
4. ¿Tenemos un punto focal sobre empleado lesionado?
  1. ¿Puedo usarlo como anclaje para mi Sistema?
5. ¿Equipo de rescate disponible?
6. ¿Cuánto equipo tengo disponible para realizar el rescate?
7. ¿Area donde llegará empleado lesionado?



# Plan de Rescate:

8. ¿Existe alguna energía la cual haya que aislar?
9. ¿ERT, Brigada?
10. ¿Cuántas víctimas?
11. ¿Hora del incidente?
12. ¿Cuánto tiempo a pasado desde que se cayó?



# Plan de Rescate...

2. ¿Dónde se encuentra el equipo hacer utilizado?
3. Equipos y cantidades.
  1. ¿Cuánto pesa empleado?
  2. ¿Cuánta gente tengo disponible para asistir en el rescate?
  3. ¿Tengo suficiente cuerda para que llegue al suelo empleado lesionado?
  4. ¿Basado en la disponibilidad de personal y equipo, que VM usaré para la transición de peso?
4. Capacitación.
5. Protocolo de Trabajo



# Plan de Rescate...

4. Capacitación.

5. Protocolo de Trabajo.

1. ¿Una vez tengo peso del empleado lesionado, en Sistema de rescate, como lo suelto de su línea (lanyard)?
2. ¿Envió al rescatista a socorrer el paciente o lo rescato sin hacer contacto?



# Resumen

- Prevención, prevención, prevención.....
- Adiestre a su personal a que hacer en caso de algún accidente.
- Plan de rescate debe de ser parte de tu JHA y plan de trabajo.
- El plantearme que voy hacer, una vez está la emergencia puede ser la diferencia entre un rescate o una recuperación de cádaver.
- Es responsabilidad del patrono proveer un pronto rescate.

Roberto M Miranda Palacios

[Roberto@institutorescatevertical.com](mailto:Roberto@institutorescatevertical.com)

787-922-2647