

LOS PRESENTES DETALLES SON A MODO DE EJEMPLOS, CONSIDERANDO EN TODAS LAS TAREAS ALGUNAS DE LA MEDIDAS PREVENTIVAS, NO SIENDO ESTAS PARA NADA LA TOTALIDAD APLICABLE A DICHAS ACTIVIDADES NI RIESGOS DETALLADOS EN DICHS EJEMPLOS

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> TAREAS MANUALES 	<ul style="list-style-type: none"> Lesiones oculares. Aspiración de polvos. Levantamiento manual de cargas Aplastamiento, golpes. Caídas o golpes contra objetos 	<ul style="list-style-type: none"> Vallado y señalización. Protecciones. Sujeción de elementos voluminosos. Uso de elementos de protección personal de acuerdo a los riesgos propios de la actividad. (Casco, guantes de descarme, calzado de seguridad, protección visual, arneses de seguridad tomados a cabo de vida o punto fijo, máscara facial) Mantenimiento del orden y la limpieza de los sectores de trabajo Capacitaciones frecuentes en cuanto a los riesgos propios de las tareas desarrolladas.- Verificación del estado de equipos <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> INGRESO, MANIPULACIÓN Y TRASLADO DE MATERIALES 	<ul style="list-style-type: none"> Producto de la utilización de maquinaria. Atropellamiento. Aplastamiento. Tropezos resbalones y caídas Cortes Cuerpos extraños en ojos. Esfuerzo físico excesivo o falsos movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> Se dispondrá de un camino de circulación apropiado para la descarga e ingreso de los materiales a obra. Se mantendrá el orden de las disposiciones de los materiales. Los accesos y los pasos se mantendrán despejados. Los materiales se dispondrán de modo de evitar su desplazamiento o caída y de no obstruir los lugares de paso. El material suelto como arena, etc. No deberá afectar el tránsito del personal. Aquellos materiales que por su ubicación pudieran provocar riesgos de tropezos o caídas serán señalizados. Los trabajadores encargados de manipular cargas o materiales recibirán capacitación sobre el modo de levantarlas y transportarlas. Los operarios no levantarán si ayuda pesos superiores a los 25 Kg. Al efectuar movimiento de cargas entre varias personas, las operaciones se llevarán a cabo a una voz de mando. Siempre que sea necesario se recurrirá a medios mecánicos para elevar cargas pesadas: al sobrepasarse el límite de carga para manipulación manual o siempre que su izaje o transporte comprometa la seguridad de los trabajadores. Los operarios estarán atentos en toda operación de carga para no quedar atrapados en la misma. Uso de elementos de protección personal, guantes de descarme, botines de seguridad, casco.-

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> TAREAS DE SOLDADURA SOLDADURA ELÉCTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> Riesgo eléctrico Radiaciones no ionizantes Quemaduras de ojos 	<p style="text-align: center;">Tareas de soldadura</p> <ul style="list-style-type: none"> Uso de polainas, mangas y chalecos de cuero. Uso de protección ocular. Uso de mascarillas. Ropa de trabajo.- Calzado de seguridad. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> MOVIMIENTO DE SUELOS EXCAVACIONES CON MAQUINARIAS 	<ul style="list-style-type: none"> Producto de la utilización de maquinaria. Atropellamiento. Aplastamiento. Cortes Tropiezos resbalones y caídas a nivel Caídas en excavaciones. Desprendimiento de tierra. Desmoronamiento de construcciones linderas. Caída de materiales desde el borde de la excavación. Cuerpos extraños en ojos. Esfuerzo físico excesivo o falsos movimientos. 	<p style="text-align: center;">EXCAVACION CON MAQUINARIA</p> <ul style="list-style-type: none"> Las máquinas deberán contar con luces de retroceso y estar equipada con bocina, que sea distinguible del nivel de ruido ambiental, que será operada en la forma necesaria cuando la máquina se desplaza en cualquier dirección. En caso contrario el equipo que posea una visión trasera obstruida no será nunca usado en retroceso salvo que un empleado señale que se puede retroceder sin peligro. Asimismo deberá tener sistema de frenado capaz de detener y retener el equipo totalmente cargado y dichos frenos serán bloqueados cuando el vehículo esté detenido. Debe contar con marcas reflectantes, sistema de alarmas para neumáticos, señales de dirección, desempañadores, espejos retrovisores a cada lado, cinturón de seguridad, extintores y superficies antideslizantes en paraportes pisos y peldaños. Los operadores de retroexcavadoras cumplirán con las normas para el manejo seguro de los equipos y estarán capacitados en conducción segura. Los conductores tendrán prohibido abandonar las máquinas con el motor en marcha. Se señalizará el área de desplazamiento de la misma. Se tomarán las precauciones necesarias al establecer el área de desplazamiento para que la máquina no se acerque de manera peligrosa a conductores eléctricos. Está prohibido arrancar el motor de una pala mecánica sin antes cerciorarse de que no hay nadie en el área de operación. Cuando la máquina esté trabajando no deberá haber ninguna persona en la zona de trabajo. Uso de elementos de protección personal de acuerdo a los riesgos propios de la actividad. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p style="text-align: center;">PROTECCIONES CONTRA DESMORONAMIENTOS Y CAÍDAS EN EXCAVACIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> Los vehículos y las máquinas operativas afectadas a la excavación no se ubicarán sobre terreno inseguro. Las orugas o ruedas de los mismos no deberán ser puestas en forma perpendicular (de frente) al borde de la excavación, sino en forma paralela a la misma a una distancia no inferior a 50 cm, o la adecuada para evitar desmoronamientos. Estará prohibido el acopio de tierra a menos de 1,00 metro del borde de la excavación. Uso de elementos de protección personal de acuerdo a los riesgos propios de la actividad. Capacitación del personal en temas inherentes a los riesgos de las tareas <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> UTILIZACION E EQUIPOS O ELEMENTOS DE IZAJE 	<ul style="list-style-type: none"> Aplastamiento. Cortes punzo cortantes Caídas de cargas suspendidas. Caída de materiales y/o elementos desde altura. Cuerpos extraños en ojos. Esfuerzo físico excesivo o falsos movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> Los elementos utilizados para izar o bajar materiales o como medios de suspensión deben tener el coeficiente de seguridad correspondiente y ser ensayados. Los ganchos de aparatos accionados manualmente, el coeficiente de seguridad es 3 (tres). Los aparatos accionados manualmente contarán con dispositivos de corte automático de la fuerza motriz, cuando se sobrepase la altura, el desplazamiento o la carga máxima. Inspeccionar visualmente cada aparato de elevación antes de ser usado. Se controlarán los dispositivos de tracción, aparejos, roldanas, etc. Deben tener indicada la carga máxima admisible que soporten. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p style="text-align: center;">Montacargas</p> <ul style="list-style-type: none"> El montaje y desmontaje del montacargas será efectuado por personal capacitado, provisto de arnés de seguridad, bajo la supervisión del responsable de la tarea. La estructura y sus soportes tendrán la suficiente resistencia para sostener la carga máxima prevista y su propio peso y estarán fijadas sobre bases firmes o soportes. Los cable de izaje se protegerán en P.B. En P.B. la protección del recinto tendrá una altura mínima de 2,00 metros desde el nivel de piso o relleno o cualquier otro lugar en el que se haya previsto el acceso. Los puntos de acceso estarán provistos de puertas resistentes o protecciones análogas. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> SEÑALIZACIONES VARIAS 	<ul style="list-style-type: none"> Caída de personas desde altura Falsos movimientos Tropiezos resbalones y caídas a nivel Golpes 	<p align="center">SEÑALIZACION</p> <p>El área comprometida de obra y sus adyacencias, responderá a una adecuada señalización, que seguirá el siguiente esquema:</p> <p>Señalización preventiva y de riesgos</p> <ul style="list-style-type: none"> Indicarán trabajos en altura, áreas restringidas, ubicación de escaleras y/o equipos, etc. Señalización para concientización de hábitos y actitudes seguras. Estarán orientados a mantener permanentemente vigente los mensajes preventivos y de concientización para el personal. Ej. utilización de elementos de protección personal, mantenimiento de orden y la limpieza, etc., los que se distribuirán estratégicamente en toda la Obra.- <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> TRABAJOS EN ALTURA ANDAMIOS 	<ul style="list-style-type: none"> Aplastamiento. Cortes punzo cortantes Caída de materiales y o elementos desde altura. Caída de personas desde altura Cuerpos extraños en ojos. Esfuerzo físico excesivo o falsos movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> Se identificarán y señalarán todos los lugares que presenten riesgo de caída de personas. Se le dará prioridad a la colocación y aseguramiento de todas las barandas y dispositivos permanentes de protección contra caídas. Cuando sea necesario, se instalarán dispositivos permanentes de protección contra caídas (huecos de ascensores y montacargas, bordes de losa) Se le dará prioridad a la colocación y aseguramiento de todas las barandas y dispositivos permanentes de protección contra caídas. Cuando sea necesario, se instalarán cubre pisos y barandas provisionarias. Se colocarán las barandas perimetrales a medida que se coloquen los tableros de las vigas de borde de losa. El personal que trabaje o transite sobre la estructura incompleta, con aberturas en donde exista riesgo de caída utilizará sistema de arnés / cabo de vida debidamente amarrado. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p align="center">Andamios</p> <ul style="list-style-type: none"> El armado de andamios será ejecutado por personal competente bajo la supervisión del responsable de la tarea. Las plataformas de trabajo que superen los 2.00 metros de altura contarán en todo su perímetro expuesto al vacío con una baranda superior ubicada a 1,00 metro de altura, una baranda intermedia a 50 cm. De altura y un zócalo en contacto con la plataforma. La plataforma tendrá un ancho de 60 cm como mínimo (2 tableros firmemente unidos con alambre en sus extremos). El espacio entre los tableros no será mayor a 25 mm y los mismos no tendrán un ancho mínimo de 30 cm. Antes de proceder al izaje del andamio se examinarán todos los componentes. Será responsabilidad del Jefe de Obra que los elementos que se utilicen hayan sido verificados previamente. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> TRABAJOS EN ALTURA ANDAMIOS COLGANTES 	<ul style="list-style-type: none"> Aplastamiento. Cortes punzo cortantes Caída de materiales y o elementos desde altura. Caída de personas desde altura Cuerpos extraños en ojos. Esfuerzo físico excesivo o falsos movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> Se identificarán y señalarán todos los lugares que presenten riesgo de caída de personas. Se le dará prioridad a la colocación y aseguramiento de todas las barandas y dispositivos permanentes de protección contra caídas. Cuando sea necesario, se instalarán dispositivos permanentes de protección contra caídas (huecos de ascensores y montacargas, bordes de losa) Se le dará prioridad a la colocación y aseguramiento de todas las barandas y dispositivos permanentes de protección contra caídas. Cuando sea necesario, se instalarán cubre pisos y barandas provisionarias. Se colocarán las barandas perimetrales a medida que se coloquen los tableros de las vigas de borde de losa. El personal que trabaje o transite sobre la estructura incompleta, con aberturas en donde exista riesgo de caída utilizará sistema de arnés / cabo de vida debidamente amarrado. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p align="center">Andamios colgantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> El sistema de izar contará con un sistema eficaz para enclavar los movimientos verticales. Los andamios se colgarán de vigas por medio de ganchos. El conjunto tendrá un factor de seguridad 4 y los anclajes deberán inspeccionarse antes de colocar los ganchos. Se utilizarán muertos de hormigón o similar, no se permitirán tambores de agua como contrapeso. Se inspeccionará visualmente el equipo de elevación antes de ser usado. Se controlarán los dispositivos de tracción, aparejos, roldanas, etc. Deben tener identificada la carga máxima admisible que soportan. Se verificará el estado de cables y gancho, descartándose los que presenten nudos, quebraduras, desgastes, corrosión, alargamiento, hilos rotos, decoloración o cualquier otro síntoma de deterioro. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • TRABAJOS EN ALTURA • ESCALERAS • ARNESSES DE SEGURIDAD 	<ul style="list-style-type: none"> • Aplastamiento. • Cortes punzo cortantes • Caída de materiales y o elementos desde altura. • Caída de personas desde altura • Tropiezos resbalones y caídas • Cuerpos extraños en ojos. • Esfuerzo físico excesivo o falsos movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se identificarán y señalizarán todos los lugares que presenten riesgo de caída de personas. • Se le dará prioridad a la colocación y aseguramiento de todas las barandas y dispositivos permanentes de protección contra caídas. Cuando sea necesario, se instalarán dispositivos permanentes de protección contra caídas (huecos de ascensores y montacargas, bordes de losa) • Se le dará prioridad a la colocación y aseguramiento de todas las barandas y dispositivos permanentes de protección contra caídas. Cuando sea necesario, se instalarán cubre pisos y barandas provisorias. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p style="text-align: center;">Escaleras</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las escaleras a utilizar serán las adecuadas y en buen estado de conservación. • Las escaleras de madera se mantendrán limpias y sin pintar. • Las escaleras tipo tijera se abrirán siempre abriendo ambos largueros hasta los topes de máxima apertura. No estará permitido usarlas como si fueran de una hoja. • Antes de usar las escaleras, inspeccionarlas visualmente para detectar posibles fallas, roturas o rajaduras. • Las escaleras manuales utilizadas para pasar de una losa a otra sobresaldrán 1,00 metro como mínimo por encima de la losa. • Se calzará y atará la escalera en la parte superior para evitar que se mueva transversalmente. • No use nunca el último peldaño. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p style="text-align: center;">Arneses de seguridad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los arneses de seguridad se revisarán siempre antes de su uso, desechando los que presenten cortes, grietas o demás modificaciones que comprometan su resistencia calculada para el peso del cuerpo humano en caída libre con recorrido de 5 metros. La longitud. De los cabos será lo más corta posible conforme a la tarea a realizar. Se verificará el sistema de anclaje y su resistencia. • Las líneas de seguridad serán tan cortas como sea posible. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • INSTALACIONES ELÉCTRICAS 	<ul style="list-style-type: none"> • Riesgo eléctrico • Cortes con elementos punzo cortantes • Tropiezos resbalones y caídas • Quemaduras y/o fognazos 	<p style="text-align: center;">INSTALACIONES ELÉCTRICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se utilizará la protección ocular adecuada cuando se hagan las canalizaciones de muros. • Se mantendrá el orden y limpieza en el sector. • El personal que realice tareas eléctricas deberá ser adecuadamente capacitado y estar expresamente autorizado por el responsable de la tarea. • El personal electricista deberá tener la correspondiente habilitación. Deberá estar familiarizado con los métodos de primeros auxilios en caso de accidente eléctrico. • Se separará al operario de las partes en tensión con elementos y herramientas aisladas según normas IRAM. Las herramientas a utilizar tendrán mango de material aislante. • Los destornilladores tendrán aislamiento incluso en el vástago hasta 2cm del filo. • El operario electricista usará calzado de seguridad con suela aislante. • No usará anillos, alhajas, cadenas y elementos que puedan estar en contacto con circuitos eléctricos. • Se dispondrá de los elementos adecuados de verificación de la ausencia de tensión. • Antes de iniciar el trabajo el operario deberá estar plenamente seguro y a satisfacción de que está trabajando bajo condiciones de seguridad. • Se dispondrá de los elementos adecuados de verificación de la ausencia de tensión. • Los circuitos eléctricos se considerarán siempre como circuitos vivos hasta que el electricista haya procedido al corte y cerciorarse de lo contrario. • Se verificará la puesta a tierra de la instalación (permanente o temporaria) con la que se vaya a operar. • Antes de realizar la conexión a la red eléctrica, se deberá tener realizada la conexión a tierra. • Todas las partes metálicas de cajas, tableros, etc. Deberán estar conectadas a tierra. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • CARPINTERIA Y COLOCACION DE VIDRIOS • PINTURA 	<ul style="list-style-type: none"> • Cortes con elementos cortantes • Tropiezos resbalones y caídas • Caída de personas desde altura • Inhalación de productos diluyentes • Cuerpos extraños en ojos. • Esfuerzo físico excesivo o falsos movimientos 	<p align="center">INSTALACION DE CARPINTERIA Y VIDRIOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se cumplirán las medidas de seguridad descritas para manipulación de materiales y uso seguro de herramientas. • Todas las herramientas y elementos que se utilicen reunirán las condiciones de seguridad necesaria para su puesta en servicio. • En todos los trabajos que se realicen en altura por medio de andamios será obligatorio el uso de arnés de seguridad. • El lugar donde se ubiquen transitoriamente los vidrios para su posterior colocación será señalizado. • Las planchas de vidrio se moverán siempre en forma vertical para evitar accidentes por roturas. • Se utilizarán guantes de descarné para manipular las mismas. • En caso de roturas se limpiarán la zona inmediatamente y los trozos de vidrio se dispondrán envueltos de manera segura para evitar riesgos durante el traslado para su desecho. <p align="center">PINTURA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las pinturas susceptibles de emanar vapores inflamables se guardarán con los recipientes bien cerrados. • El lugar de trabajo deberá permanecer bien ventilado. • Se mantendrá en todo momento el orden y limpieza en el sector de trabajo. • El vertido de pigmentos en la pintura se realizará desde la menor altura posible para evitar salpicaduras en los ojos. • Se utilizarán las proporciones de acuerdo a las especificaciones del fabricante y se respetará el período de vida útil del material. • Los solventes estarán en recipientes con las etiquetas reglamentarias y nunca en envases que anteriormente fueron destinados a contener bebidas. • Estará prohibido fumar o comer donde se pinte con pinturas que contengan disolventes orgánicos. • Se utilizarán guantes de PVC, para preparar la pintura y mascarilla con filtro para gases ácidos / vapores orgánicos cuando se pinte con pulverizador. • Estará prohibido fumar o comer mientras se realizan las tareas. • Estará prohibido fumar o comer donde se pinte con pinturas que contengan disolventes orgánicos.

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • LEVANTAMIENTO MANUAL DE CARGAS 	<ul style="list-style-type: none"> • Lesiones lumbares 	<p align="center">INTRODUCCIÓN</p> <p>El manejo incorrecto de cargas o bultos, adoptando posiciones inadecuadas del cuerpo y el peso / volumen de los mismos son la causa principal de la fatiga muscular, y/o lesiones músculo esquelética, por esto: SEA AMABLE CON SU ESPALDA.</p> <p align="center">CAUSAS DE LESIONES EN ESPALDA</p> <p align="center">CONSIDERACIONES GENERALES</p> <p align="center">METODOS:</p> <p>A- Poner los pies a los lados de la carga con las piernas ligeramente separadas. Adoptar una posición agachada equilibrada, enderezar la espalda y tensar los músculos dorsales y abdominales.</p> <p>B- Elevar la carga mediante el enderezamiento de las piernas.</p> <p>C- Erguir la parte superior del cuerpo.</p> <div style="text-align: center;"> <p>MALA A B C</p> <p>BUENA</p> </div> <p align="center">ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN																																							
<ul style="list-style-type: none"> • RUIDOS 	<ul style="list-style-type: none"> • Hipoacusia 	<p align="center"><u>CÓMO TRABAJA EL OÍDO</u></p> <p>El oído es un órgano complejo, diseñado para percibir sonidos; sin embargo, no posee defensas naturales contra el ruido. El oído esta constituido por tres secciones principales:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El oído externo: la oreja recibe el sonido y lo dirige hacia el canal auditivo, que conduce al tímpano. El sonido rebota en el tímpano, conectado con el oído medio. 2. El oído medio: contiene los tres huesos más pequeños del cuerpo humano: el martillo, el yunque y el estribo. El sonido se transmite por ellos hasta alcanzar el medio líquido en el oído interno. 3. El oído interno: compuesto por una cavidad llena de líquido, en cuyas paredes en forma de espiral (cóclea) se disponen miles de células sensoriales que, en sus extremos, poseen delgados cilios, sensibles a la vibración que las ondas de sonido producen en el fluido. Esta vibración estimula los nervios, que transmiten señales al cerebro. Éste, finalmente, interpreta estas señales como música, palabras, o sonidos de cualquier otro tipo. <p align="center"><u>PÉRDIDA DE AUDICIÓN</u></p> <p>Es necesario emplear protección auditiva cuando los ruidos en su área de trabajo son irritantes, o cuando usted precisa elevar el nivel de su voz para ser escuchado por alguien ubicado a menos de un metro de distancia. Esto ocurre si el nivel de sonido alcanza los 85 decibeles o más, por un período de 8 horas; o cuando hay ruidos cortos y muy intensos que pueden causar daño auditivo. Si entonces siente dolor o aturdimiento, es la señal infundible de que debe emplear la protección auditiva mientras trabaja.</p> <p align="center"><u>PROTECCION AUDITIVA</u></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>NIVEL SONORO (dBA)</th> <th>FUENTE EMISORA DE RUIDO</th> <th>RIESGO PARA LA AUDICIÓN</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td align="center" colspan="3">NIVEL SEGURO</td> </tr> <tr> <td>0-20</td> <td>Imperceptible para el oído humano</td> <td></td> </tr> <tr> <td>40-50</td> <td>Oficina comercial. Tránsito liviano</td> <td></td> </tr> <tr> <td>50-60</td> <td>Conversación normal</td> <td>Bajo</td> </tr> <tr> <td>60-70</td> <td>Ruido normal de una ciudad. Tránsito mediano</td> <td></td> </tr> <tr> <td>70-80</td> <td>Tránsito pesado. Restaurante ruidoso.</td> <td></td> </tr> <tr> <td align="center" colspan="3">UMBRAL DE DAÑO</td> </tr> <tr> <td>85-90</td> <td>Dentro de un colectivo. Dentro de un subterráneo antiguo</td> <td>Moderado a</td> </tr> <tr> <td>100-115</td> <td>Aserradero. Helicóptero. Martillo neumático. Bocina de auto. Escapes libres.</td> <td>alto</td> </tr> <tr> <td align="center" colspan="3">UMBRAL DE SUFRIMIENTO</td> </tr> <tr> <td>120-140</td> <td>Bombas hidráulicas, a 1 m Escapes de vapor o aire a alta presión Conjunto de rock (amplificación moderada) Walkman con volumen elevado</td> <td>Muy alto</td> </tr> <tr> <td>mayor de 140</td> <td>Avión al despegar.</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>	NIVEL SONORO (dBA)	FUENTE EMISORA DE RUIDO	RIESGO PARA LA AUDICIÓN	NIVEL SEGURO			0-20	Imperceptible para el oído humano		40-50	Oficina comercial. Tránsito liviano		50-60	Conversación normal	Bajo	60-70	Ruido normal de una ciudad. Tránsito mediano		70-80	Tránsito pesado. Restaurante ruidoso.		UMBRAL DE DAÑO			85-90	Dentro de un colectivo. Dentro de un subterráneo antiguo	Moderado a	100-115	Aserradero. Helicóptero. Martillo neumático. Bocina de auto. Escapes libres.	alto	UMBRAL DE SUFRIMIENTO			120-140	Bombas hidráulicas, a 1 m Escapes de vapor o aire a alta presión Conjunto de rock (amplificación moderada) Walkman con volumen elevado	Muy alto	mayor de 140	Avión al despegar.	
		NIVEL SONORO (dBA)	FUENTE EMISORA DE RUIDO	RIESGO PARA LA AUDICIÓN																																					
NIVEL SEGURO																																									
0-20	Imperceptible para el oído humano																																								
40-50	Oficina comercial. Tránsito liviano																																								
50-60	Conversación normal	Bajo																																							
60-70	Ruido normal de una ciudad. Tránsito mediano																																								
70-80	Tránsito pesado. Restaurante ruidoso.																																								
UMBRAL DE DAÑO																																									
85-90	Dentro de un colectivo. Dentro de un subterráneo antiguo	Moderado a																																							
100-115	Aserradero. Helicóptero. Martillo neumático. Bocina de auto. Escapes libres.	alto																																							
UMBRAL DE SUFRIMIENTO																																									
120-140	Bombas hidráulicas, a 1 m Escapes de vapor o aire a alta presión Conjunto de rock (amplificación moderada) Walkman con volumen elevado	Muy alto																																							
mayor de 140	Avión al despegar.																																								

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • DEMOLICIONES 	<ul style="list-style-type: none"> • Caída de materiales. • Desprendimientos • Caídas de personas desde altura y a nivel • Desmoronamiento. • Aplastamiento, golpes. • Lesiones oculares. • Aspiración de polvos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sujeción de elementos voluminosos. • Uso de elementos de protección personal de acuerdo a los riesgos propios de la actividad. (Casco, guantes de descarné, calzado de seguridad, protección visual, arneses de seguridad tomados a cabo de vida o punto fijo, máscara facial) • Regado de escombros • Mantenimiento de andamios • Mantención del orden y la limpieza de los sectores de trabajo • Capacitaciones frecuentes en cuanto a los riesgos propios de las tareas desarrolladas.- • Verificación y control de parte de la supervisión y jefatura de obra sobre posibles interferencias de diferentes servicios. • Los trabajadores de demolición serán ejecutados por personal capacitado y bajo supervisión del Jefe de Obra o del Capataz afectado exclusivamente a esta tarea. • El área de trabajo será delimitada y señalizada. Se colocará un vallado de protección y avisos apropiados alrededor de la zona de peligro. • Previo a iniciar la demolición se instalarán las protecciones necesarias para evitar daños en las construcciones linderas. • Se instalarán protecciones de chapa y redes de media sombra a lo largo de la parte exterior de los muros de manera tal que tienen la caída de trozos de material. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>

TAREAS	RIESGOS	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • USO DE HERRAMIENTAS MANUALES 	<ul style="list-style-type: none"> • Riesgo eléctrico • Tropiezos resbalones y caídas a nivel • Cortes • Amputaciones • Cuerpos extraños en ojos 	<p>UTILIZACION DE HERRAMIENTAS MANUALES Y ELECTRICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Todas las herramientas manuales serán mantenidas en condiciones seguras de operación. • Se utilizarán herramientas apropiadas para cada trabajo y las mismas estarán en buenas condiciones. • Se verificará antes del inicio de las tareas el estado y condiciones de las herramientas a utilizar y no se usarán aquellas que estén en malas condiciones o presenten dudas. • Toda herramienta que no esté funcionando en forma adecuada, o que desarrolle un defecto durante la operación, será removida del servicio y no podrá ser usada hasta que se haya reparado en forma apropiada. • Si tiene rebabas, cabeza suelta, floja mango astillado o defectuoso, si están rotas o fisuradas, no se usarán. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p>Uso de amoladoras portátiles:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Controlar el estado del cable, ficha, protector de disco, empuñadura y carcasa. • Seleccionar el disco apropiado para cada operación. • Verificar la velocidad máxima (RPM) aprobada para la piedra y que coincida con la de la máquina. • Controlar el estado del disco (existencia de fisuras, rajaduras, etc). • Utilizar la llave adecuada para el cambio del disco. No utilizar nunca punto y martillo. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p> <p>Uso de sierra circular</p> <ul style="list-style-type: none"> • Controlar el estado del disco. El mismo no deberá presentar fisuras, rajaduras o falta de algún diente. Si presenta algún defecto deberá ser reemplazado. • Verificar que esté bien colocada la protección del disco. No utilizar nunca la sierra sin protección. • No acercar las manos al punto de corte. Utilizar un empujador. • Utilizar protector facial y auditivo. <p>ESTAS SON ALGUNAS DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A MODO DE EJEMPLO SIN SER LA TOTALIDAD DE LAS APLICABLES A LAS DIFERENTES SITUACIONES NI PARA TODOS LOS RIESGOS DESCRIPTOS</p>