

## *Guía de trabajo en altura en la Fuerza Aérea Uruguaya*



### *¿QUÉ SE ENTIENDE POR TRABAJO EN ALTURA?*

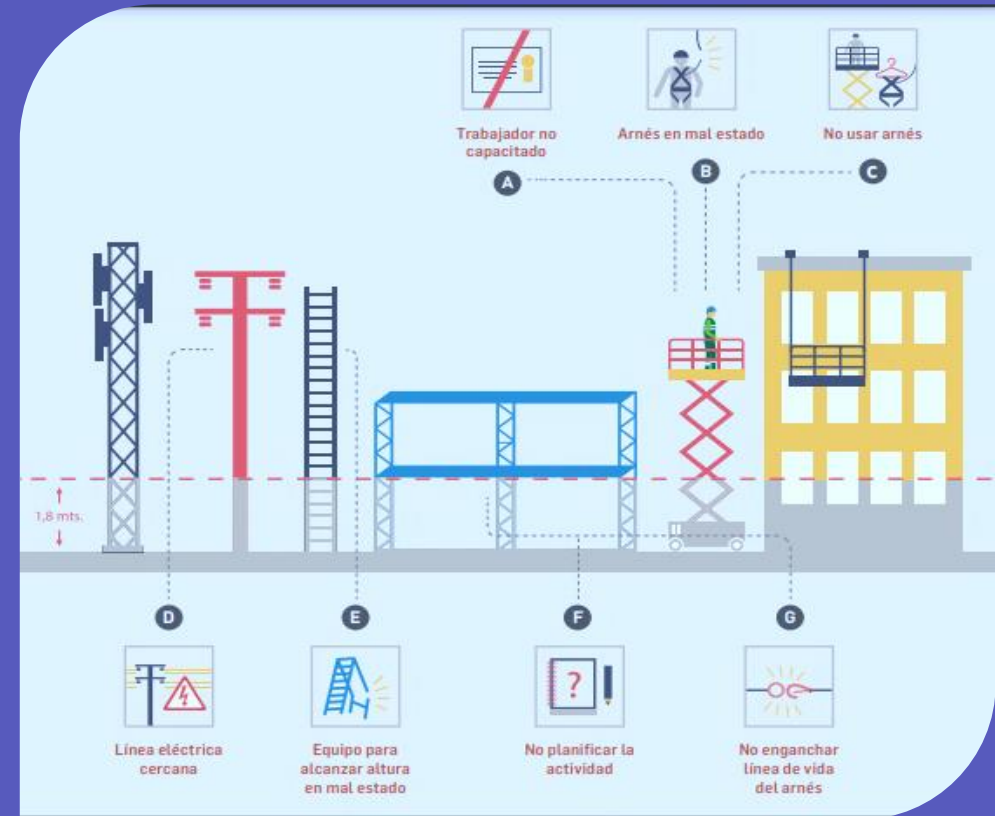
*"Cualquier actividad que se realice en alturas superiores a 2 m respecto al nivel del suelo, en las que, además, durante la ejecución de dicha actividad, existen probabilidades de que se produzca alguna caída.*



### **¿Qué actividades pueden ser consideradas como trabajos en altura?**

1. Montaje de instalaciones para el que sea necesario utilizar escaleras o superficies en alto para poder llevar a cabo dicho montaje.
2. Actividades de mantenimiento y reparación de edificios o fachadas.
3. Trabajos en vertical, como el montaje de antenas, poda de árboles, acceso a grúas.
4. Actividades donde es necesario la utilización de andamios como la pintura de fachadas, la restauración de edificios o la construcción.
5. Trabajos en balancines y plataformas elevadoras
6. Trabajos sobre escaleras de mano simples o tijera a una altura mayor a los 2 metros de altura





*En la prevención de riesgos laborales, el trabajo en altura es uno de los elementos importantes a considerar, por las consecuencias catastróficas que puede acarrear.*

## **PRINCIPALES ACCIDENTES FATALES EN TRABAJOS DE ALTURA**

- a) PERSONAL NO CAPACITADO
- b) ARNES EN MAL ESTADO O NO ADECUADO
- c) NO ENGANCHAR LA LÍNEA DE VIDA DEL ÁRNES
- d) LINEAS ELÉCTRICAS CERCANAS
- e) EQUIPOS PARA TRABAJOS EN ALTURA EN MAL ESTADO
- f) FALTA DE PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD



## **DATOS**

SABÍAS QUE UNA PERSONA DEMORA 00.3 SEGUNDOS EN GOLPEAR AL PISO EN UNA CAÍDA DE 20 MTS.

EN CASO DE CAÍDA LIBRE LA DISTANCIA DE SEGURIDAD MINIMA DEBE SER 5.50 MTS, PARA DETENER LA CAÍDA DE UNA PERSONA ANTES QUE GOLPEE EL PISO

LA FUERZA GENERADA POR EL SISTEMA DE DETENCIÓN DE CAÍDA AL REALIZAR UNA DETENCIÓN, IMPACTA DIRECTAMENTE EN EL CUERPO.

## **MEDIDAS DE MITIGACION DE CAÍDAS EN TRABAJOS EN ALTURA**

Uso obligatorio del sistema de protección anti caída

- Arnés de seguridad
- Línea de vida o punto de sujeción
- Estrobo de sujeción con amortiguador de energía

Seleccione un punto de anclaje por encima de la cabeza con resistencia mínima de 1500 kg por cada persona.

Proteja las líneas de vida de bordes filosos que puedan producir la rotura de la misma.

Inspeccione previamente el sistema de protección anti caída antes de realizar los trabajos.

Cuando utilice escaleras de mano asegure la parte inferior y superior, permitiendo que sobresalga 1 metro del descanso superior.

Siempre suba de frente a las escaleras manteniendo 3 puntos de apoyo en todo momento

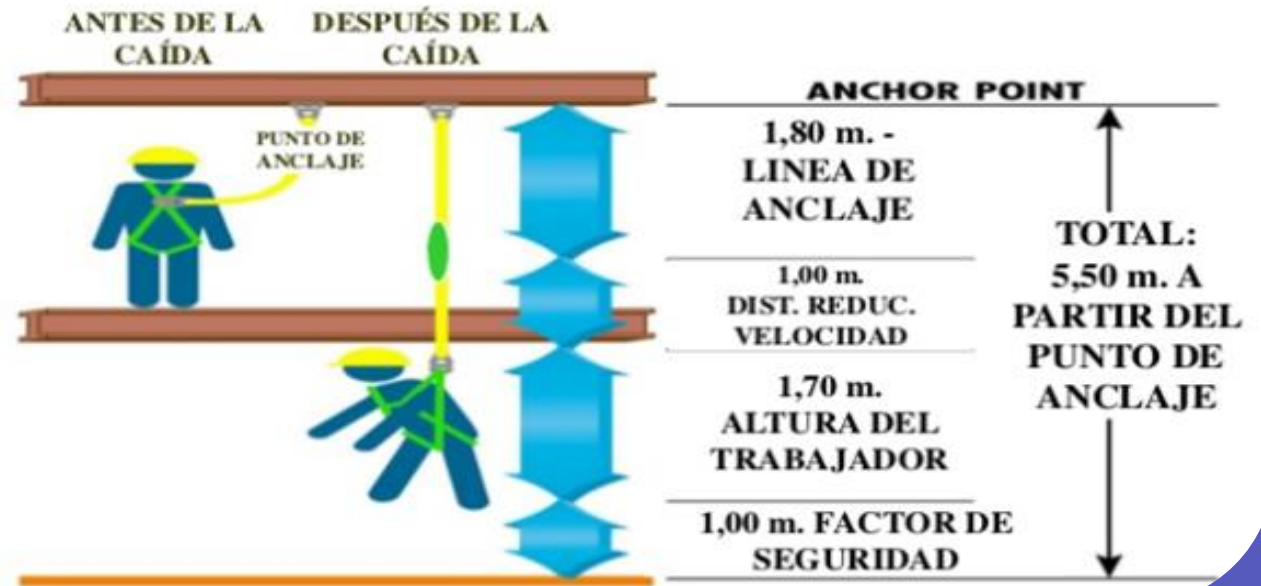
Nivele el plano de apoyo de escaleras de mano, andamios y plataformas elevadoras, antes de utilizarlas.

Asegure la estabilidad y resistencia de las plataformas de trabajo.



## CALCULO DE LA DISTANCIA DE CAIDA

### Fall Clearance Calculation



### IMPORTANTE

#### UTILICE ADECUADAMENTE EL ARNES DE SEGURIDAD.

El correcto uso reduce riesgos de lesiones en la columna vertebral y órganos internos.

#### ¡TE SALVA LA VIDA!

Reciba capacitación sobre trabajo en altura, uso de equipos y sistema de detención antiácida

### MEDIDAS DE MITIGACION DE CAIDAS EN TRABAJOS EN ALTURA

Para los trabajos sobre andamios y plataformas elevadoras verifique la instalación de doble baranda y rodapié resistente a 150 kg en cualquier punto de apoyo.

Utilice puntos de anclaje independientes al andamio y escaleras de mano.

En plataformas elevadoras el punto de anclaje del arnés de seguridad será la baranda de dicho equipo.

Solo realice trabajo en altura si recibió el **apto médico y capacitación.**