

Los trabajadores en todo tipo de industrias enfrentan riesgos potenciales. Ya que los incidentes de caída pueden a menudo ser mortales, son una preocupación principal para OSHA. Cualquier organización que tenga personal trabajando en alturas debe tener un plan de rescate para caídas implementado.

Incluso cuando los controles de seguridad y entrenamiento de prevención contra caídas son puestos en su lugar por los empleadores y practicados por los trabajadores, los incidentes de caída pueden aun ocurrir. Cuando los trabajadores estén usando sistemas personales contra caídas (PFAS) o sean protegidos usando redes de seguridad (o dispositivos de protección contra caídas similares) un trabajador que ha experimentado una caída puede necesitar ser rescatado.

**OSHA Estándar 1910.140(c)(21)** *El empleador debe proporcionar un rescate oportuno para cada empleado en caso de una caída.*



0001693

Un plan de rescate contra caídas es un procedimiento que proporciona detalles sobre como recuperar de manera segura a la persona que ha caído de una superficie de trabajo elevada y esté suspendida con un arnés corporal completo, red de seguridad u otro dispositivo de protección contra caídas que ha detenido la caída del trabajador de manera segura.

El plan de rescate puede incluir rescate asistido, auto-rescate y métodos de rescate con ayuda mecánica.

Este tema de seguridad proporciona un resumen básico de lo que debe ser considerado al desarrollar un plan de rescate cuando estén presentes riesgos de seguridad en el trabajo y porque es importante que los trabajadores entiendan y sean entrenados en el plan de rescate.

Después de que una caída sea detenida y un trabajador este en un estado suspendido, el rescate debe ser rápido, incluso si el trabajador puede comunicar que no está lesionado. Si un trabajador que cayó permanece suspendido por mucho tiempo, esto puede aumentar la severidad de cualquier lesión sostenida o llevar a otras lesiones serias.

Cuando un trabajador está usando un sistema personal contra caídas (PFAS) para protección contra caídas, incluso si el PFAS está trabajando apropiadamente, el peso del cuerpo del trabajador presiona las tiras del arnés que puede comprimir las venas y causar que la sangre se acumule en las extremidades inferiores. Esta presión previene la circulación apropiada al corazón del trabajo resultando en una condición potencialmente amenazante llamada trauma de suspensión. Si la presión no es reducida rápidamente, el trabajador puede perder la conciencia en minutos. Un rescate oportuno puede significar la diferencia entre la vida y muerte.



0001703

- Cuando sea posible, los trabajadores que usan PFAS debe ser equipados con equipo de auto-rescate que le permita al trabajador bajarse de manera segura al piso.
- Considere usar una correa para pie como parte del sistema personal contra caídas para ayudar a los trabajadores que caigan para aliviar presión en las piernas después de una caída cuando estén suspendidos.

**OSHA Estándar 1910.29(a)(2)** *El empleador debe proporcionar e instalar todos los sistemas de protección contra caídas... antes de que cualquier empleado comience el trabajo que necesita protección contra caídas.*

**Fig. 4**

*Continúe sujetándose a la línea de vida con ambas manos y póngase de pie. Esto aliviará la presión en la parte superior de sus piernas. Cuando se cansa, puede hacerse para atrás a una posición de sentado. Mientras espera por ayuda, alterne entre sentarse en el arnés y estar de pie en la correa.*

*También puede distribuir el peso entre sus pies y el arnés. Para trepar hacia arriba o abajo distancias cortas, deslice el agarre de cuerda hacia arriba (para subir) o abajo (para bajar); siéntese, tome otro pedazo de cuerda, luego repita el proceso.*



0001704

Para proporcionar rescate para un trabajador que cayó puede necesitar un plan que detalle procedimientos, equipo y personal necesitado para asegurar que el rescate proceda rápida y eficientemente cuando ocurra una caída.

El plan de rescate debe también tener procedimientos para diferentes situaciones de rescate para caídas.

- Los trabajadores que estén protegidos por medio de una red de seguridad pueden no poder salir de la red de seguridad por su propia cuenta.
- Un trabajador que esté suspendido de una línea de vida que esté inconsciente puede no poder desempeñar un auto-rescate y necesitará ayuda de rescatistas entrenados.



0001694

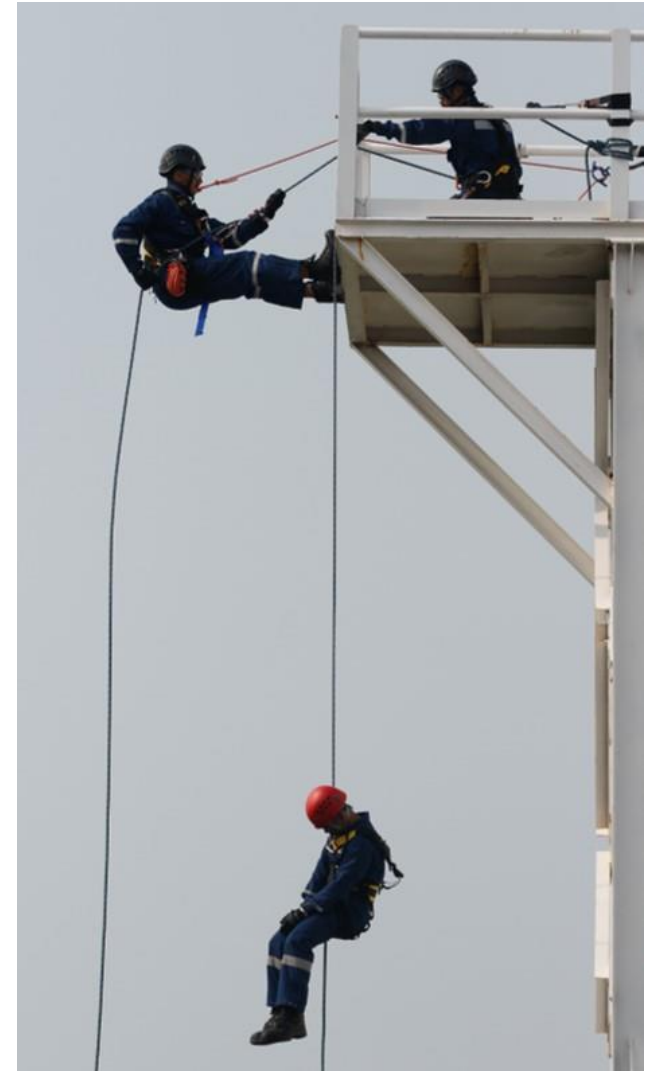


0001692

Considere lo siguiente a ser incluido en el plan de rescate contra caídas:

- Accesibilidad disponible para completar el rescate
- Condiciones potenciales del ambiente y clima
- Distancia hacia, locación de y disponibilidad de servicios de emergencia locales
- Método de comunicación entre rescatista(s) y trabajador que se cayó
- Equipo de rescate requerido y ubicación del equipo en sitio
- Requisitos de entrenamiento y habilidades para rescatistas
- Riesgos que pueden estar presentes durante el rescate
- Características estructurales de la ubicación de trabajo
- Métodos de rescate que estén disponibles
- Procedimiento(s) de rescate que permitirán un rescate seguro y oportuno

- Asegure que las autoridades de emergencia locales sean identificadas en el plan de rescate. Es importante entender los recursos de rescate contra caídas que están disponibles en los servicios de emergencia locales, si es que hay, si necesitara suceder un rescate.
- En todos los casos donde un empleado cae y procedimientos de rescate deben ser implementados, llame al 911 o número local de servicios de emergencia en el plan de rescate.
- Si el rescate para caídas es para una persona suspendida en su PFAS, asegure que los intervinientes de emergencia estén conscientes que tratamiento por trauma de suspensión puede ser necesitado.
- No dependa en llamar al 911 como su único plan de rescate. Esto podría llevar a una situación desastrosa si el personal local de servicio de emergencia no está entrenado o equipado para responder a la situación específica o si están muy lejos para llegar al sitio de trabajo suficientemente rápido para un rescate exitoso.
- Inicialmente después de una caída, especialmente una caída que sea detenida por equipo de protección contra caídas, el trabajador rescatado puede parecer no haber sufrido lesiones. Es importante que cualquier trabajador que haya tenido un incidente de caída reciba atención médica inmediata porque las lesiones internas pueden no ser aparentes, pero podrían ser fatales si no se tratan apropiadamente por un médico profesional.



0001691





0001695



0001705

- Todos los trabajadores deben ser entrenados en el reconocimiento de riesgos de caída y prevención contra caídas.
- Revise el plan de rescate actual regularmente con todos los trabajadores.
- Es imperativo para los trabajadores competentes y autorizados estar preparados y entender los básicos del rescate por caída.
- Asegure que los rescatistas sean entrenados y puedan llevar a cabo un rescate asistido, si es requerido.
- Todos los trabajadores deben conocer su rol en el rescate si ocurre una caída.
- Simulacros de rescates deben ser desempeñados suficientemente a menudo para asegurar que los trabajadores competentes estén familiarizados con los básicos del rescate.
- Si un auto-rescate no puede ser desempeñado de manera segura, debido a como o donde ocurrió la caída, o si el trabajador está lesionado y no puede hacer el auto-rescate, el trabajador competente en el sitio debe estar preparado con un plan de rescate.

**OSHA Estándar 1910.30(a)(1)** *Antes de que cualquier empleado sea expuesto a un riesgo de caída, el empleador debe proporcionar entrenamiento para cada empleado que use sistemas de protección personal contra caídas ...*

## COPYRIGHT Y RENUNCIA DE RESPONSABILIDAD

Este material es la propiedad intelectual de Weeklysafety.com, LLC. La compra de este material de Weeklysafety.com, LLC permite al dueño el derecho de usar este material con el propósito de seguridad en el espacio de trabajo y educación. El uso de este material para cualquier otro propósito, particularmente uso comercial, está prohibido. Este material, incluyendo las fotografías, no puede ser re-vendido. Weeklysafety.com, LLC no garantiza ni asume ninguna responsabilidad legal o responsabilidad de la precisión, integridad o utilidad de ninguna información, aparato, producto o proceso expuesto en estos materiales. Las fotos mostradas en esta presentación pueden representar situaciones que no están en cumplimiento con los requerimientos de seguridad aplicables de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacional (OSHA). Estos materiales están destinados solo a propósitos informativos y no es la intención de Weeklysafety.com, LLC proveer entrenamiento basado en el cumplimiento. La intención es abordar la concientización de riesgos en la construcción e industrias relacionadas y reconocer los riesgos potenciales presentes en muchos espacios de trabajos. Estos materiales están destinados a discutir solamente las Regulaciones Federales, ya que los requerimientos Estatales pueden ser más rigurosos. Muchos estados operan su propio OSHA del estado y pueden tener estándares diferentes a la información presentada en este entrenamiento. Es la responsabilidad del empleador y sus empleados el cumplir con todas las reglas de seguridad y regulaciones OSHA pertinentes en la jurisdicción en la cual trabajan.

## RECONOMIENTO DE FOTOS

A menos que se especifique debajo, todas las fotos son propiedad intelectual de Weeklysafety.com, LLC y no pueden ser usadas en cualquier otro material de entrenamiento ni ser re-ventas para ningún propósito.

- 0001691 – 0001695 Shutterstock License for Weeklysafety.com
- 0001703 ARTBAMedia: Fall Protection (The Just In Time Safety Video Series). [youtube.com/watch?v=B81u\\_64ShBA](https://youtube.com/watch?v=B81u_64ShBA)
- 0001704 WISHA; Fall Protection Responding to Emergencies. [ini.wa.gov/forms-publications/f417-208-000.pdf](http://ini.wa.gov/forms-publications/f417-208-000.pdf)
- 0001705 Shutterstock License for Weeklysafety.com

Para más información en este tema semanal de seguridad, otros temas que están disponibles y la lista completa de preguntas frecuentes por favor visita [www.weeklysafety.com](http://www.weeklysafety.com) o envía un correo a [safety@weeklysafety.com](mailto:safety@weeklysafety.com).