



**Roofers & Waterproofers
Research and Education
Joint Trust Fund**



Charla de Seguridad sobre Protección Contra Caídas



Las Caídas son la principal causa de Muerte en la industria de techado.

Los techadores e impermeabilizadores ocupan el tercer lugar en la lista de las ocupaciones más peligrosas en E.U.

Techadores suelen trabajar en lugares de alto riesgo durante el remover y reaplicación de sistemas de techo.

Identificar posibles peligros de caídas y tomar medidas preventivas para garantizar la seguridad de los miembros del equipo en el lugar de trabajo es de suma importancia.

¿Cuándo se necesita protección contra caídas?

Cualquier trabajo realizado a alturas de 6 pies o más en construcción requiere algún tipo de protección contra caídas.

Una Person Competente puede identificar los componentes adecuados para garantizar la seguridad del trabajador.

La capacitación en protección contra caídas permite a techadores evaluar con conocimiento de causa los riesgos y tomar las medidas adecuadas para corregirlos.



¿Cuáles son las áreas de riesgo de caída más comunes para un techador e impermeabilizador?

- Lados y bordes del techo sin protección
- Tragaluces
- Agujeros u otras aberturas en el techo/piso
- Escaleras
- Equipo
- Andamios

¿Qué sistemas de protección contra caídas están disponibles durante el trabajo?

Barandillas
Tapas de agujeros y fijaciones
Sistemas de detención de caídas
Sistemas de contención de caídas
Redes de seguridad
Lineas de advertencia y monitores de seguridad
Rescate

Preguntas para el equipo:

¿Qué peligros de caídas hay en el sitio?

Nombre de los miembros del equipo que identificarán los peligros:

¿Hay un Persona Competente asignada? Sí ____ No ____

Nombre de Persona Competent asignada: _____

¿Qué equipos o componentes de protección contra caídas están disponibles para su uso?

Nombre de los miembros de la tripulación para identificar los componentes:

¿Se ha inspeccionado el equipo antes de su uso? Sí ____ No ____

Nombre de los miembros de la tripulación que realizan la inspección:

¿El equipo de protección contra caídas en uso es adecuado para el peligro asociado? Sí ____ No ____

¿Existe una mejor manera de proteger a la tripulación de las caídas? Si es así, ¿cómo?

¿Hay equipo de rescate disponible? Sí ____ No ____

¿Se ha inspeccionado el equipo? Sí ____ No ____

Nombre de miembro de la tripulación que realiza la inspección:

¿Se ha desarrollado y practicado un plan de rescate específico para el sitio? Sí ____ No ____

Nombre del lider de rescate: _____

Lista de verificación contra caídas:

¿Existen riesgos de caída? Sí ____ No ____

Si es así, ¿qué tipo de protección contra caídas se utilizará?

Barandillas:

¿Construido en sitio o fabricado? _____

¿Móvil o permanente? _____

¿Cumplen con las normas de OSHA? Sí ____ No ____

Requisitos clave que recordar:

Altura:

El riel superior debe estar aproximadamente a 42 pulgadas por encima de la superficie de caminar/trabajo, con una tolerancia de ± 3 pulgadas en dirección hacia fuera o hacia abajo. El riel superior debe soportar al menos 200 libras de fuerza aplicada en cualquier dirección hacia fuera o hacia abajo.

Riel intermedio:

Debe instalarse un riel intermedio aproximadamente a medio camino entre el riel superior y la superficie de caminar y soportar 150 libras de fuerza.

Rodapiés:

Necesario para evitar la caída de objetos, que se extienden al menos 3,5 pulgadas de altura desde la superficie de trabajo para caminar y deben soportar 50 libras de fuerza.

Tragaluces y cubiertas de agujeros:

¿Están protegidos o cubiertos los tragaluces y los agujeros en el techo? Sí ____ No ____

¿Las cubiertas o jaulas cumplen con las normas de OSHA?

Sí ____ No ____

Requisitos claves que recordar:

Cubiertas:

Debe soportar un mínimo de dos veces la carga prevista.

Deben estar codificados por colores o marcados con "Agujero" o "Precaución" en un idioma que todos en el techo puedan entender y "sujetadas de forma segura" para evitar desplazamientos.

"Líneas de advertencia y monitores de seguridad" no pueden usarse para bloquear un tragaluz. Debe ser una barandilla que cubra todos los lados, una jaula o cubierta asegurada con los sujetadores adecuados.

Agujeros de 2 pulgadas o más de diámetro deben estar cubiertos.



Sistemas de detención de caídas:

¿Están todos los componentes de un sistema de anticaídas en el sitio? Sí ____ No ____

¿Se han inspeccionado todos los componentes? Sí ____ No ____

Requisitos clave a recordar:

Los componentes de anticaídas —anclaje, arnés corporal y conectores (ABC)— deben cumplir con normas estrictos de seguridad para limitar las fuerzas máximas de detención a 1800 libras y evitar caídas libres superiores a 6 pies.

Anclaje (A): Debe ser independiente del soporte de los trabajadores, capaz de soportar al menos 5,000 libras por empleado conectado, o diseñado por una persona calificada con un factor de seguridad de dos.

Arnés corporal (B): Los arneses corporales completos son obligatorios para distribuir las fuerzas de caída entre los muslos y glúteos, manteniendo al usuario erguido. Deben incluir anillos en D dorsales (espalda) y, cuando sea necesario, anillos en D frontales/laterales para tareas específicas.

Conectores (C): Estos incluyen cordones, dispositivos de desaceleración o líneas de vida.

Requisitos: Debe tener puertas automáticas de cierre para evitar desenganches accidentales.

Compatibilidad: Los ganchos de presión deben ser compatibles con el anclaje para evitar el fallo de la compuerta.

Desaceleración: Los cordones absorbentes de impactos o las líneas de vida autoretráctiles (SRL) deben limitar la distancia máxima de desaceleración a 3,5 pies.



Sistemas de cotención de caídas:

¿Están todos los componentes de un Sistema de Cotención de Caídas en el lugar? Sí ____ No ____

¿Se han inspeccionado todos los componentes? Sí ____ No ____

Requisitos clave que recordar:

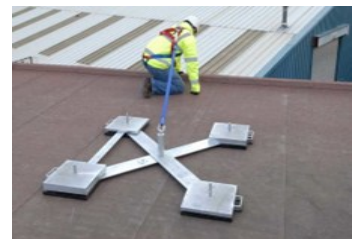
Un sistema de contención contra caídas (o restricción de desplazamiento) es un mecanismo de seguridad proactivo diseñado para evitar que los trabajadores lleguen a un peligro de caída, como un borde, una abertura en el techo o una elevación peligrosa. **Actúa como una "correa" que mantiene a los trabajadores en una zona segura mediante un cordón de longitud fija o ajustable, ancla y arnés.**

Propósito: Restringe físicamente el movimiento del trabajador para que no pueda acercarse demasiado a un borde desprotegido o a un riesgo de caída, evitando que ocurra una caída.

Componentes: Un sistema típico incluye un arnés de cuerpo completo, un cordón de longitud fija o ajustable (no absorbente de impactos) y un punto de anclaje seguro.

Funcionalidad: A diferencia del anticaídas, que detiene al trabajador durante una caída, un sistema de cotención asegura que el trabajador permanezca en la superficie de trabajo.

Capacitación: Los trabajadores deben recibir capacitación para ajustar correctamente la longitud del cordón y evitar que no alcancen el borde.



Redes de seguridad:

¿Se han instalado redes de protección contra caídas? Sí ____ No ____

¿Se han inspeccionado todos los componentes? Sí ____ No ____

Requisitos clave que recordar:

Altura de instalación: Las redes deben colocarse lo más cerca posible bajo la superficie de trabajo y nunca más de 30 pies por debajo.

Extensión horizontal: La red debe extenderse hacia fuera desde el borde de la superficie de trabajo según la distancia de caída vertical:

- Hasta 5 pies: 8 pies de extensión.
- 5 pies a 10 pies: extensión de 10 pies.
- Más de 10 pies: 13 pies de extensión.

Espacio libre: Debe haber suficiente espacio debajo para evitar que una persona que caiga golpee superficies o estructuras.

Fuerza y malla:

- Cuerdas de borde: Deben tener una resistencia mínima a la ruptura de 5.000 libras.
- Aberturas de malla: El tamaño máximo de abertura es de 6 pulgadas por 6 pulgadas.
- Cruces de malla: deben asegurarse para evitar que se agranden.
- Resistencia al impacto: Las redes nuevas deben soportar un mínimo de 17.500 libras-pie de impacto.

Inspección y mantenimiento:

- Frecuencia: Inspeccionado semanalmente para detectar daños.
- Eliminación escombros: Las herramientas, equipos y materiales deben retirarse lo antes posible, al menos antes del siguiente turno de trabajo.

Líneas de advertencia:

¿Se están utilizando líneas de advertencia en un lado o borde sin protección? Sí ____ No ____

¿Cumplen los requisitos de OSHA? Sí ____ No ____

Requisitos clave a recordar:

Señalización: El material de alta visibilidad debe marcar la línea a intervalos no más de 6 pies.

Altura: La línea debe estar entre 34 pulgadas (punto más bajo) y 39 pulgadas (punto más alto) desde la superficie de caminar/trabajo.

Resistencia: La cuerda, el alambre o la cadena debe tener una resistencia mínima a la tracción de 500 libras.

Puntales: Deben soportar una fuerza horizontal de 16 libras aplicada a 30 pulgadas sobre la superficie sin volcar.

Ubicación: Cuando no se utiliza equipo mecánico, la línea se coloca al menos a 6 pies del borde.

Cuando se utiliza equipo mecánico, la línea debe estar a 10 pies del borde cuando viaja perpendicularmente y a 6 pies hacia dentro cuando viaja en paralelo.

Camino de acceso: Los puntos de acceso, las áreas de manipulación de materiales y las áreas de almacenamiento deben estar conectados a la zona de trabajo mediante un camino formado por dos líneas de advertencia.



Monitor de seguridad:

¿Se ha asignado un Monitor de Seguridad para vigilar a los trabajadores en un lado o borde sin protección? Sí ____ No ____

¿El trabajador asignado es una Persona Competente? Sí ____ No ____



Requisitos clave a recordar:

Competencia: El supervisor debe ser una persona competente, capaz de reconocer riesgos de caídas y autorizado por el empleador para tomar medidas correctivas rápidas si es necesario.

Proximidad: El monitor debe estar en la misma superficie para caminar/trabajo que los empleados y dentro de la distancia visual y auditiva.

Comunicación: El monitor debe estar lo suficientemente cerca para comunicarse oralmente con todos los empleados en un idioma que puedan entender.

Funciones: El monitor no debe tener otras responsabilidades que puedan desviar la atención de la función de monitorización de caídas.

Restricciones: No se puede usar ni almacenar ningún equipo mecánico en áreas donde un monitor sea el único método de protección.

Alcance: Los monitores de seguridad solo están permitidos para trabajos de techo de baja declive (4 en 12 o menos).

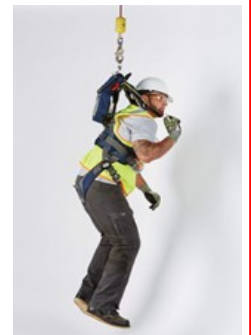
Métodos de combinación **"Las líneas de advertencia se utilizan a menudo en combinación con sistemas de monitor de seguridad. Cuando se utiliza una línea de advertencia, el monitor debe colocarse dentro de la línea de advertencia".**

Sistemas de rescate:

¿Hay equipo de rescate disponible en el sitio? Sí ____ No ____

¿La tripulación ha sido capacitada y autorizada para su uso? Sí ____ No ____

Las normas de OSHA exigen que los empleadores proporcionen planes de rescate rápidos, escritos y específicos para el sitio para los trabajadores suspendidos, ya que el traumatismo por suspensión puede ser fatal en minutos. Los planes de rescate deben establecer procedimientos para el auto-rescate o rescate asistido, identificar equipos especializados (por ejemplo, escaleras de rescate, cabrestantes) y exigir la formación de todo el personal.



Requisitos clave a recordar:

Rescate rápido: Los planes deben garantizar un rescate rápido para evitar traumas en la suspensión.

Plan escrito: Un plan de rescate específico para el sitio es obligatorio para cualquier trabajo en altura que requiera sistemas de detención de caídas.

Identificación del equipo: El plan debe detallar el equipo específico de rescate que se va a utilizar, como kits especializados, escaleras o elevadores aéreos.

Rescatadores calificados: El personal debe estar capacitado tanto en técnicas de auto-rescate como en rescate asistido, incluyendo el uso de equipos de rescate, con capacitación de actualización al menos cada dos años.

Puntos de anclaje: Deben identificarse puntos de anclaje específicos y probados para rescates.

Para más información sobre los sistemas de protección contra caídas o la campaña Fall Stand Down 2026:

- [#StandDown4Safety](#)
- [Osha.gov/PreventFalls](#)
- [stopconstructionfalls.com](#)

