

## Sesión Guía para Instructores de Discusión Equipo de Protección Personal

### 1. Preparación

- Va a necesitar un equipo de DVD y un televisor.
- Revise las partes indicadas como **Diga**, **Pregunte** y **Revise** de la Guía para Instructores de Discusión. Durante estas sesiones, usted presentará al grupo el material escrito en letra *cursiva*.
- Vea usted mismo el video antes de presentarlo.
- Asegúrese que todos los asistentes al cursillo pueden ver y escuchar el video con facilidad.
- Imprima el material que vaya a entregar antes del comienzo del cursillo.

### Día del cursillo

### 2. Introduzca el tema

**Diga:** *Hoy vamos a repasar la importancia del equipo de protección personal y los peligros ocupacionales de los cuales deberán protegerles. El cursillo va a incluir la presentación de un video y un tiempo para discusión. Durante el tiempo de discusión puede que les hagan algunas preguntas.*

*Dirijan su atención al documento titulado **Identificación de Peligros**.*

*Quizás recuerden que los peligros son las condiciones o acciones que causan lesiones o enfermedades. Mientras que nuestra meta es la de reducir o eliminar peligros, existen algunos peligros que no se pueden eliminar.*

*El equipo de protección personal o EPP les protege contra peligros, pero no los elimina. Ejemplos de EPP son lentes de seguridad, botas de trabajo, guantes, casco rígido, chalecos salvavidas, respiradores y escudos antirresplandor de energía radiante.*

---

*Algunos de los peligros comunes de los cuales les protege el EPP, son:*

- *Impacto en los ojos u otras partes del cuerpo de objetos que vuelen, caigan o estén en movimiento.*
- *Temperaturas extremas procedentes de actividades como soldar, verter líquidos calientes o de trabajar en un almacén de congelados.*
- *Penetración de objetos afilados tales como clavos, cuchillos y sierras.*
- *Radiación ligera producida por soldar y cortar.*
- *Ruido excesivo.*
- *Químicos peligrosos en contacto con la piel o los ojos.*
- *Inhalar polvo o vapores que contengan químicos dañinos.*
- *Caerse desde las alturas o en agua.*

Nota: Utilice ejemplos de su propio lugar de trabajo si dispone de ellos.

*Ahora comencemos el video.*

### **3. Comience el DVD**

- Seleccione el idioma de su elección
- Seleccione el escenario

### **4. El DVD se ha pausado**

### **5. Promueva la discusión**

**PREGUNTE:** *¿Por qué es peligrosa esta situación?  
¿Qué otro peligro ven ustedes en el video?  
¿Qué EPP debería estar utilizando el empleado?  
¿Qué EPP usamos aquí?*

### **6. Comience de nuevo el DVD**

### **7. Revise**

**Diga:** *Saber para qué peligros se requiere el uso de equipo de protección personal es solamente el primer paso. Para prevenir lesiones ustedes tienen que utilizar el equipo de protección personal de forma adecuada.*

---

*Dirijan su atención al documento titulado **Previniendo**.*

*Sin tener en cuenta el equipo de protección personal específico que ustedes utilicen, algunas de las cosas que deberían recordar sobre el EPP y las lesiones:*

- *Inspeccionar su equipo de protección personal cada vez que lo utilicen para asegurarse de que no está roto. Equipo roto o estropeado no proporciona la protección adecuada.*
- *Asegúrense que el equipo está limpio y adecuadamente almacenado. El equipo que no se mantenga limpio y almacenado de forma adecuada puede estropearse.*
- *Sepan con lo que van a estar trabajando y elijan el EPP adecuado. Por ejemplo: mientras que un guante de goma, neopreno o de vinilo pueda servir para protección contra productos químicos, no les protegerán contra cortes o punciones.*
- *Pónganse el equipo de protección personal. El equipo que no se usa no les puede proteger.*
- *Pónganse lentes de seguridad, visores o goggles cuando estén trabajando alrededor de productos químicos y objetos volantes. Las lesiones de ojos son una de las lesiones más comunes y prevenibles.*
- *Los tapones de oído o las orejeras deberán llevarse puestos en todo momento que ustedes entren en un área donde el nivel de ruido les obligue a gritar para ser oídos.*
- *El equipo de protección personal no les protegerá de todo. Conozcan las limitaciones del equipo. Por ejemplo: unas lentes de seguridad normales no les protegerán de un vertido químico.*
- *Pónganse el calzado adecuado para el trabajo. Si ustedes van a trabajar en un área donde podrían caerle objetos pesados en los pies, la mejor opción serían botas o zapatos con punta de acero. Calzado que proporcione buen soporte y que sea antirresbaladizo les prevendrá de lesiones de otro tipo de peligros.*
- *Si no están seguros sobre qué equipo de protección personal deben usar o cómo usarlo, pídanle ayuda a su supervisor.*

Nota: Revise los requisitos para EPP de su empresa.

*El equipo de protección personal está ahí para protegerles. Ponérselo es responsabilidad suya. Nadie se lo puede poner por ustedes. Prevengan lesiones poniéndose su EPP.*

*¿Hay algunas preguntas?*

*Gracias*

## **RECURSOS ADICIONALES**

La Administración de Salud y Seguridad Ocupacional (OSHA) requiere que las empresas comprueben los peligros existentes en el lugar de trabajo que puedan requerir el uso de equipo de protección personal y que desarrollen un plan de protección personal. El plan escrito deberá identificar los peligros y el EPP que se deba utilizar. El programa escrito deberá incluir:

- Identificación y evaluación de los peligros
- Procedimientos para la selección de EPP y su mantenimiento.
- Procedimientos para evaluar la efectividad del EPP.
- Procedimientos para entrenar a los empleados en el uso y cuidado del EPP.

Los respiradores y los protectores auditivos están considerados EPP. Cada uno tiene requisitos de programa específico para su uso.

---

## Identificación de Peligros Equipo de Protección Personal

**Para prevenir accidentes usted deberá saber cómo identificar los peligros y qué hacer para corregirlo o eliminarlos.**

**Peligros** = Condiciones o acciones que pueden causar lesión o enfermedad

**Exposición** = Cómo de cerca esta usted del peligro

### Peligros Comunes

El equipo de protección personal está diseñado para protegerle contra algunos peligros comunes. No reduce los peligros. Algunos de los peligros de los que le protege el equipo de protección personal incluyen:

- Impacto en los ojos u otras partes del cuerpo de objetos que vuelen, caigan o estén en movimiento.
- Temperaturas extremas procedentes de actividades como soldar, verter líquidos calientes o de trabajar en un almacén de congelados.
- Penetración de objetos afilados tales como clavos, cuchillos y sierras.
- Radiación ligera producida por soldadar y cortar.
- Ruido excesivo.
- Químicos peligrosos en contacto con la piel o los ojos.
- Inhalar polvo o vapores que contengan químicos dañinos.
- Caerse desde las alturas o en agua.

## **Previniendo Equipo de Protección Personal**

Protegerse usted mismo de los peligros que no se pueden eliminar requiere que usted sepa qué Equipo de Protección Personal necesita y cómo usarlo.

### **PIENSE...con antelación**

- Inspeccione su equipo de protección personal cada vez que lo utilice y compruebe que no este roto. El equipo que este roto o dañado no le aporta la protección adecuada.
- Asegúrese de mantener el equipo limpio y bien almacenado. El equipo que no se mantenga limpio y almacenado de forma adecuada puede estropearse.
- Sepa con lo que va a estar trabajando y elija el EPP adecuado. Por ejemplo: mientras que un guante de goma, neopreno o de vinilo pueda servir para protección contra productos químicos, no les protegerán contra cortes o punciones.

### **ACTÚE... ahora**

- Póngase su equipo de protección personal. El equipo que no se usa no le puede proteger.
- Póngase lentes de seguridad, visores o goggles cuando esté trabajando alrededor de productos químicos y objetos volantes. Las lesiones de ojos son una de las lesiones más comunes y prevenibles.
- Los taponos de oído u orejeras deberán llevarse puestos en todo momento que usted entre en un área donde el nivel de ruido le obligue a gritar para ser oído.

### **OBSERVE...sus pasos**

- El equipo de protección personal no le protegerá de todo. Conozcan las limitaciones del equipo. Por ejemplo: unas lentes de seguridad normales no le protegerán de un vertido químico.
- Póngase el calzado adecuado para el trabajo. Si usted trabaja en un área donde podrían caerle objetos pesados en los pies, botas o zapatos con punta de acero resistentes a las abolladuras son la mejor opción. Calzado antirresbaladizo y que proporcione buen soporte, siempre es una buena elección.

- Trabajar sobre o cerca de agua requiere que usted se ponga un chaleco salvavidas o un dispositivo de flotación.
- Si no está seguro sobre qué equipo de protección personal debe usar o cómo usarlo, pídale ayuda a su supervisor.