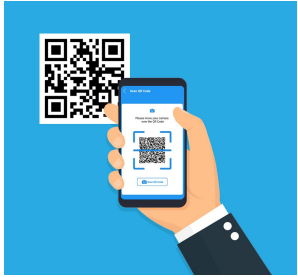


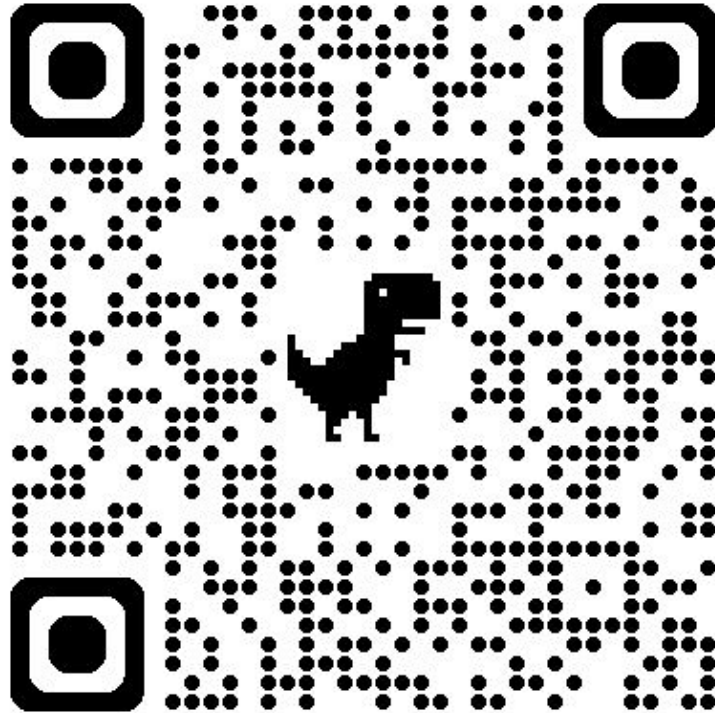


Entrenamiento en Protección de Caídas

OSHA - Beca de Formación Susan Harwood



Para registrarse para la clase de hoy, por favor escanee el código QR



# BIENVENIDOS

- Favor de firmar la hoja de asistencia – Código QR
- Tome un folleto (paquete)
- Habrá una actividad de grupo
  - Prueba Pruevia y Posterior

## UBICACIÓN

- Salidas de emergencia
- Escaleras d emergencia
- Ubicación de los baños
- Ubicación de los bebederos (Si es aplicable)

# Reglas

- Por favor mantenga la máscara puesta en todo momento
- No hablar durante la clase
- No uso de celular durante la clase
- Favor de completar todo el papeleo entregado (Electronico)



# Responsabilidad

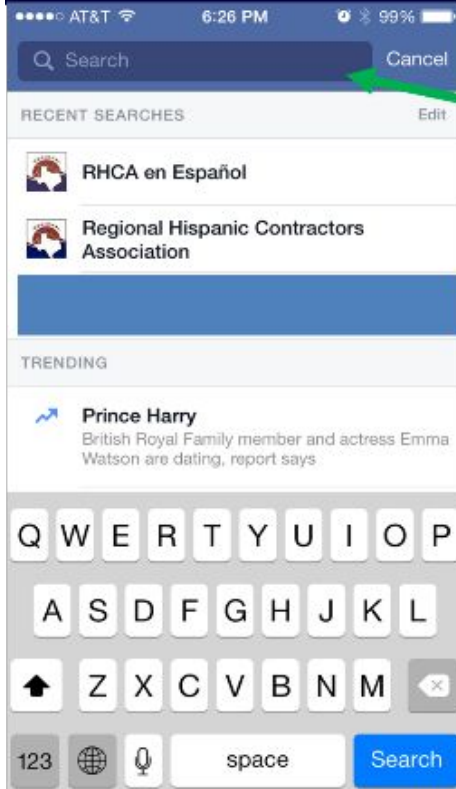
- Este material fue producido bajo la concesión número SH000517F24 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional, Departamento del Trabajo. No refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento del Trabajo, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales, o de organizaciones implica la aprobación por el gobierno de Estados Unidos.

# Beca Susan Harwood

- El curso de Protección Contra Caídas se ofrece de forma gratuita a la comunidad de la construcción a través de la Beca de Capacitación Susan Harwood de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos (DOL).
- El curso de protección contra caídas cubre el área que causa la mayoría de las muertes y lesiones en la construcción. "Caídas"
- Este material fue producido bajo el número de subvención SHTG-FY-24-25 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional, Departamento de Trabajo de los EE. UU. No necesariamente refleja los puntos de vista o políticas del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos, ni menciona nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones que impliquen el respaldo del gobierno de los Estados Unidos.

# SIGANOS EN REDES SOCIALES

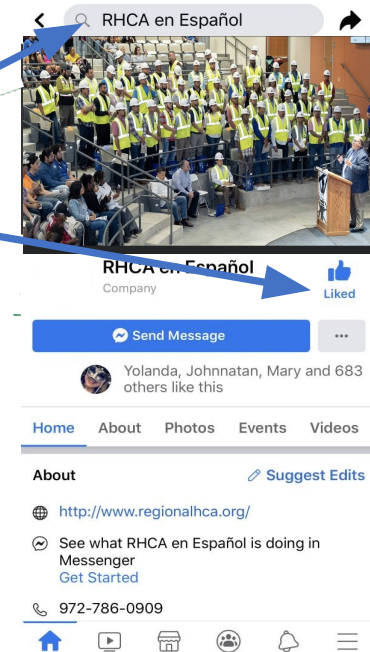
## PASO 1



Buscar



## PASO 2 @RHCAenEspañol

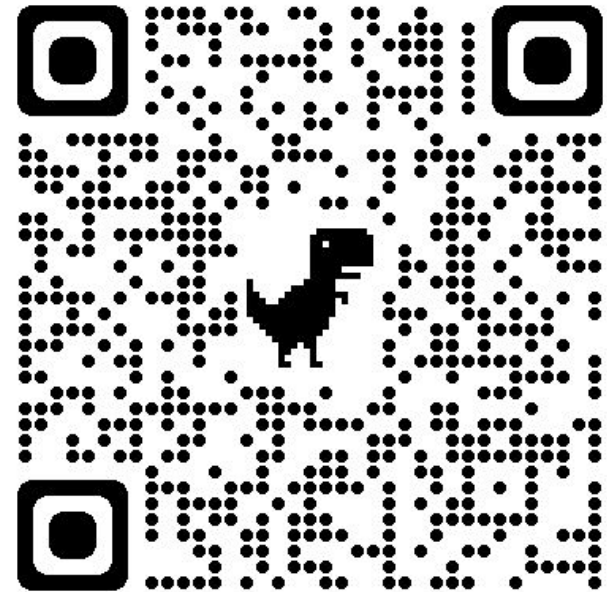


@DFWRHCA



REGIONAL HISPANIC CONTRACTORS ASSOCIATION (RHCA)

# Derechos de los trabajadores

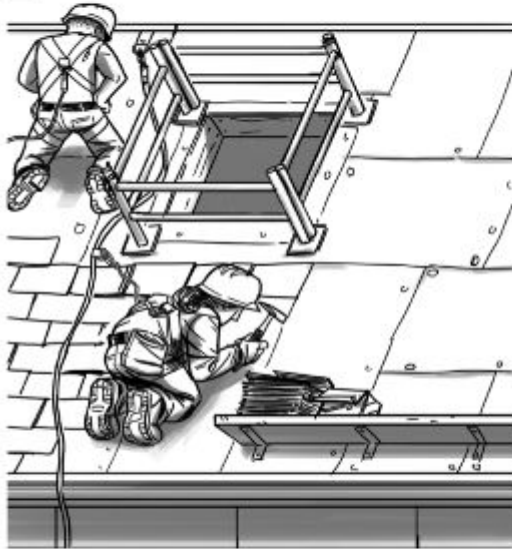




# Hoja informativa – Prevención contra caídas

## ¡LAS CAÍDAS DESDE TECHOS PUEDEN PREVENIRSE!

- ✓ Use un arnés y siempre quédese conectado
- ✓ Asegúrese de que el arnés le quede a la medida
- ✓ Use barandas o cuerdas de salvamento
- ✓ Inspeccione el equipo de seguridad antes de usarlo
- ✓ Proteja o cubra todos los huecos, aberturas y tragaluces



**NO**  
se desconecte de  
la cuerda de  
salvamento

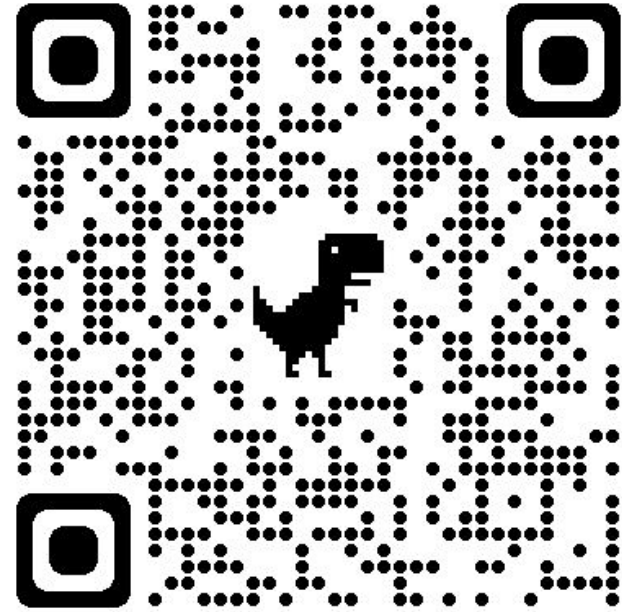


**NO**  
trabaje cerca de  
tragaluces u aberturas  
que no estén protegidas



**NO**  
use equipo defectuoso

**PLANIFIQUE** con anticipación para hacer el trabajo de forma segura.  
**PROPORCIONE** el equipo para techos correcto.  
**ADIESTRE** a todo el mundo a utilizar el equipo de forma segura.



Departamento de  
Trabajo de E.E.U.U.



Administración de  
Seguridad y Salud  
Ocupacional  
1-800-321-OSHA (6742) • TTY 1-877-889-5627  
www.osha.gov

MSHA 2012-1425F • OSHA 3334-04 2012

UNA HOJA INFORMATIVA—PREVENCIÓN CONTRA CAÍDAS

# Efectos en la salud a causa del calor

 **Los efectos del calor**  
Dos tipos de enfermedades por calor:

**Agotamiento**

  
Mareo, Dolor de cabeza, Debilidad, Dolor

  
Calambres, Náusea/vómito, Fatiga

**Insolación**

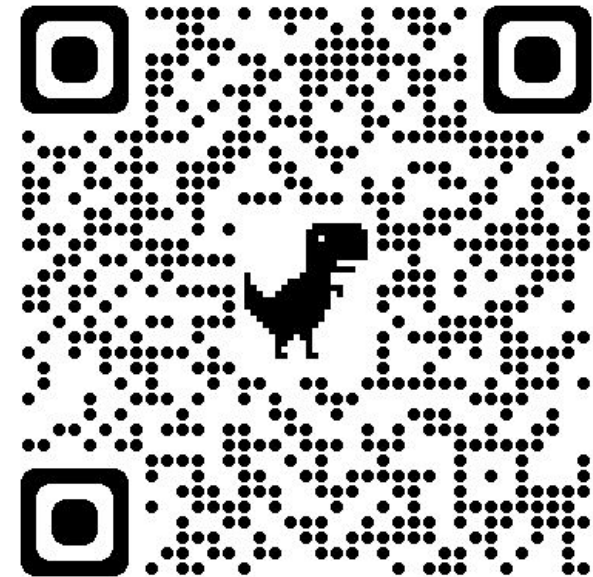
  
Fiebre de alta temperatura, Erupción de la piel, Desmayo, Caídas

  
Caídas



**1** **OJO con los primeros síntomas.** Podrían necesitar atención médica.  
Las personas reaccionan de diferentes maneras.  
Podrían tener unos cuantos de estos síntomas o la mayoría de ellos.

 **¡Manténganse seguros y sanos!**  
**AGUA. SOMBRA. DESCANSOS.** Sin ellos no se puede trabajar.

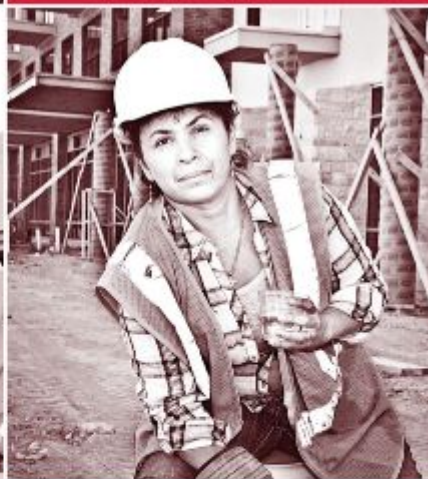


# Hoja informativa sobre el calor



**AGUA.  
SOMBRA.  
DESCANSOS.**

*Sin ellos no se puede trabajar.*



UNA HOJA INFORMATIVA SOBRE EL CALOR

# Seguridad para las escaleras portátiles - OSHA



## Seguridad con las escaleras portátiles



Las caídas desde escaleras portátiles (recta, de paso o combinación, y con extensión) son unas de las causas principales de muertes y daños profesionales.

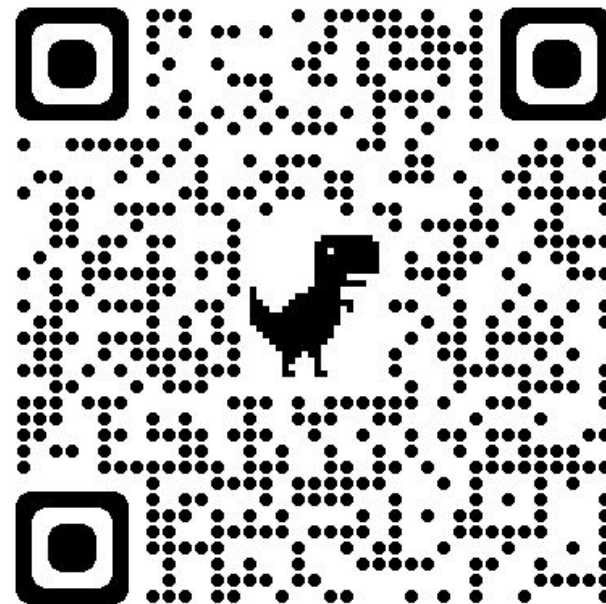
- Lea y siga todas las etiquetas/marcas en la escalera.
- ¡Evite los peligros eléctricos! — Busque líneas eléctricas aéreas antes de manejar una escalera. Evite usar una escalera metálica cerca de líneas eléctricas o equipo eléctrico energizado expuesto.
- Siempre inspeccione la escalera antes de usarla. Si la escalera está dañada, debe ser retirada del servicio y etiquetada hasta que sea reparada o desechada.



Contacto de tres puntos

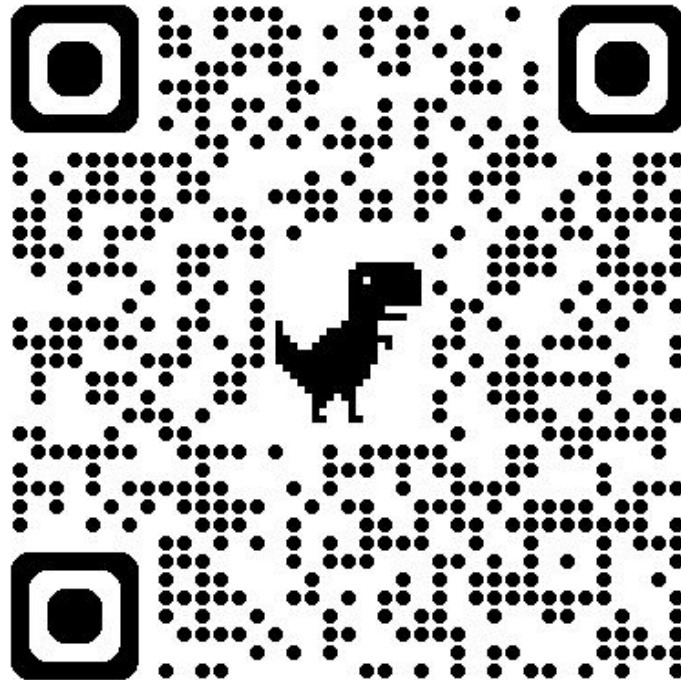
- Mantenga siempre un contacto de tres puntos (dos manos y un pie, o dos pies y una mano) en la escalera al subir. Mantenga su cuerpo cerca del centro del escalón y siempre enfrente la escalera mientras sube (vea el diagrama).
- Utilice sólo escaleras y accesorios apropiados (niveladores de escalera, gatos o ganchos) para los fines diseñados.
- Las escaleras deben estar libres de cualquier material resbaladizo en los escalones, peldaños o pies.

- No utilice una escalera autoportante (por ejemplo, una escalera de paso) como una sola escalera o en una posición parcialmente cerrada.
- No use el escalón/peldaño superior de una escalera como un escalón/peldaño a menos que haya sido diseñado para ese propósito.





Codigo Qr para descargar el material de  
entrenamiento



# Agenda del dia



- Bienvenida
- Introducción a OSHA
- Derechos de los trabajadores
- Introducción a la protección contra caídas
  - Reconocimiento de los riesgos de caídas
  - Principios de prevención de caídas básicas
  - Principios de protección de caídas básicas
  - Breve revisión de las normas
- Descanso

# Agenda cont.

- Controlar el peligro de caídas
  - Jerarquía de controles
  - Refrenan
  - Componentes
  - Espacio libre de caída
  - Inspecciones
  
- Rescate
  
- Entrega de certificados



# PRUEBA

## PRELIMINAR PRUEBA PRELIMINAR

1. En general, se le debe suministrar protección contra caídas a los trabajadores que se encuentran en superficies con bordes desprotegidos que se encuentran \_\_\_\_\_ sobre el nivel inferior.

(a) 3 ft.

(b) 4 ft.

(c) 6 ft.

(d) 8 ft.



2. ¿De qué maneras puede un empleador proteger a los empleados contra caídas en el trabajo?

- (a) Usando barandas, redes de protección y correas de seguridad
- (b) Usando barandas, y redes de protección
- (c) Usando barandas, redes de protección y arnés de seguridad
- (d) Usando solo barandas

3. Un Sistema personal de protección contra caídas consiste de:

(a) Un anclaje y un cinturón

(b) Un anclaje, líneas de vida y cinturón

(c) Un anclaje, líneas de vida, y un arnés

(d) Una línea de vida, y un arnés

4. Después de una caída la primera acción a tomar es:

(a) Llamar a OSHA

(b) Llenar la forma 300A

(c) Tomar un video del área del accidente

(d) Implementar el procedimiento de emergencia que mayor se ajuste a la situación

5. Si su empleador le pide que haga un trabajo que Ud. Considera que no es seguro, usted lo debe hacer por miedo a que lo despidan.

(a) Verdadero

(b) Falso

6. Un empleado puede presentar una queja a OSHA bajo la sección 11(c) si el empleador lo castiga o toma una acción desfavorable en su contra porque el empleado trató de proteger sus derechos en relación a tener un lugar seguro de trabajo. OSHA requiere que se haga la queja en los siguientes \_\_\_\_\_ después de haber ocurrido la acción desfavorable.

- (a) 3 días
- (b) 7 días
- (c) 30 días
- (d) 90 días

7. Una persona aprobada o asignado por el empleador para realizar un tipo específico de deber o deberes o para estar en una ubicación específica en el sitio de trabajo se conoce como:

- (a) Persona Autorizada
- (b) Persona Competente
- (c) Persona Calificada
- (d) Persona Inteligente

# Introducción a OSHA

- Resumen de disposiciones contra las represalias, derechos de empleados, responsabilidades del empleador, leyes y procedimientos de la investigación de queja de OSHA

# ¿Por qué es importante OSHA?

- OSHA se inició porque, hacia 1970, no había ninguna ley nacional para prevenir riesgos de seguridad y salud.
- En promedio 12 trabajadores mueren cada día por lesiones de trabajo
- El número de muertes de trabajadores en Estados Unidos ha bajado en promedio, de aproximadamente 38 muertes de trabajadores al día en 1970 a 12 diarios en 2013.
- **MUERTES DE TRABAJADORES**
- 4.836 trabajadores murieron en el trabajo en el año 2015
- Las caídas representan 364 de 937 total de muertes en la construcción en el año 2015 CY (38.8%)

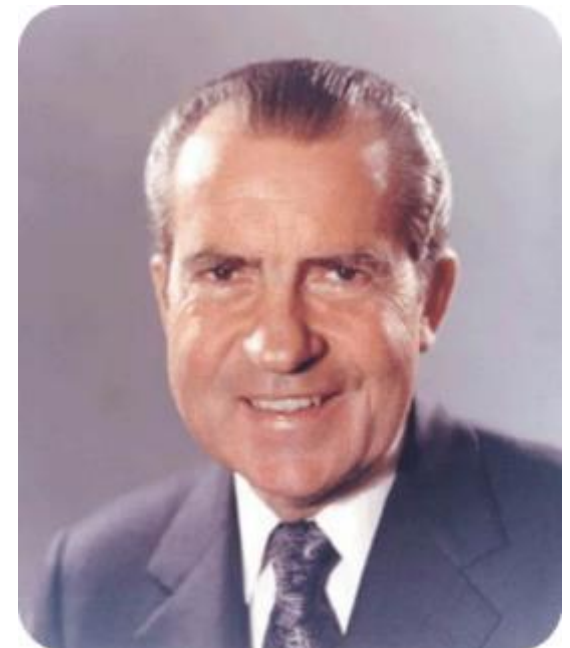


# Preguntas para la discusión

- ¿Durante su experiencia de trabajo, cuando fue la primera vez que escuchó sobre OSHA?
- ¿Qué pensaste sobre OSHA entonces?
- ¿Qué crees que es el trabajo de OSHA?

# Historia de OSHA

- OSHA es la Administración de Seguridad y Salud, depende del Departamento del Trabajo
- La responsabilidad de OSHA es la protección de la seguridad y la salud del trabajador
- El 29 de diciembre de 1970, Presidente Nixon firmó el acta de OSH
- Esta ley creó OSHA, la agencia formalmente entró en vigor el 28 de abril de 1971



# Misión de OSHA

- Salvar vidas
- Prevenir accidentes
- Proteger a los empleados en los Estados Unidos.

# Prioridades de inspección de la OSHA

<b>Prioridad</b>	<b>Categoría de Inspección</b>
<b>1a</b>	<b>Peligro Inminente:</b> <i>Donde OSHA estima con cierta seguridad que existe un peligro o riesgo fatal.</i>
<b>2da</b>	<b>Fatalidad/ Catastrofe:</b> <i>Reportado a OSHA; inspeccionado lo antes posible.</i>
<b>3ra</b>	<b>Querellas/ Referidos:</b> <i>Un trabajador o el representante del trabajador pueden someter una querrela acerca de peligros de seguridad y salud ocupacional.</i>
<b>4ta</b>	<b>Inspecciones Programadas:</b> <i>Cubren las industrias y empleadores con alta incidencia de lesiones y enfermedades, peligros o riesgos específicos, u otras exposiciones.</i>

# Derechos como denunciante

- Empleado puede presentar una queja con OSHA bajo sección 11(c), si su empleador toma represalias contra usted al tomar cualquier acción desfavorable en su contra porque usted realizó actividades relativas a la salud y seguridad en el trabajo.
- OSHA requiere que las quejas deben ser presentadas dentro de 30 días después de la supuesta represalia.

# Derechos como denunciante

- Su empleador puede encontrarse que tomó represalias contra usted, si toma acción desfavorable en contra suya por ejercer su derecho a tener un lugar seguro de empleo. Tales acciones pueden incluir:

- Despedir
- Listas negras
- Degradar
- Negando horas extras o promoción
- disciplinar
- Denegación de beneficios
- El fracaso de contratar o recontratar
- Intimidación / acoso
  - Hacer amenazas
  - Reasignación que afecta a las perspectivas de promoción
  - La reducción de salario u horas

¿Preguntas sobre OSHA?

# Introducción a la Protección Contra caídas



# Objetivos

- Reconocer, evitar y prevenir riesgos de caídas en la construcción
  - Identificar los peligros de caídas
  - Describir los tipos de riesgos de una caída
  - Protegerse de los peligros de una caída
  - Reconocer los requisitos del empleador para proteger a los trabajadores de los riesgos de caída

# Caídas en la construcción

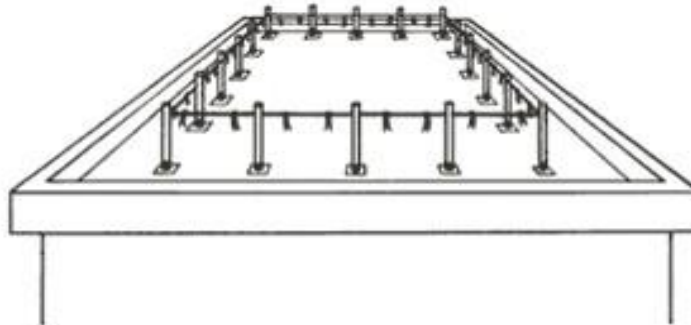
- LAS CAÍDAS SON LA CAUSA PRINCIPAL DE MUERTE EN LA CONSTRUCCIÓN.
- En el año 2015, ocurrieron 350 caídas fatales a un nivel más bajo, de 937 muertes de construcción (datos del BLS).
- Estas muertes pueden ser evitadas.

# Reglamentos de OSHA sobre protección contra caídas

- Industria general:
  - Protección contra caídas cuando se está trabajando a 4 pies sobre el nivel inferior
- Industria de la construcción:
  - Protección contra caídas cuando se está trabajando a 6 pies sobre el nivel inferior

# Líneas de advertencia

- conjunto de 4 caras de líneas en el lugar para advertir a los trabajadores del peligro de borde
  - **No es una baranda**
  - Distancia del borde:
    - ✓ 6' - General
    - ✓ 10' – “Equipo mecánico”
  - Permit work inside w/ no PFAS



# Escaleras

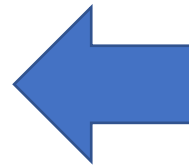
- ¿Donde se encuentran las normas de uso de escalera?
  - 1910 – Sub-parte D
  - 1926 – Sub-parte X
- ¿Cuándo es necesario protección de caídas?
  - La recomendación sería utilizar protección siempre que sea posible.



# Mal uso de Escaleras portátiles



¡Esta se ve bien!



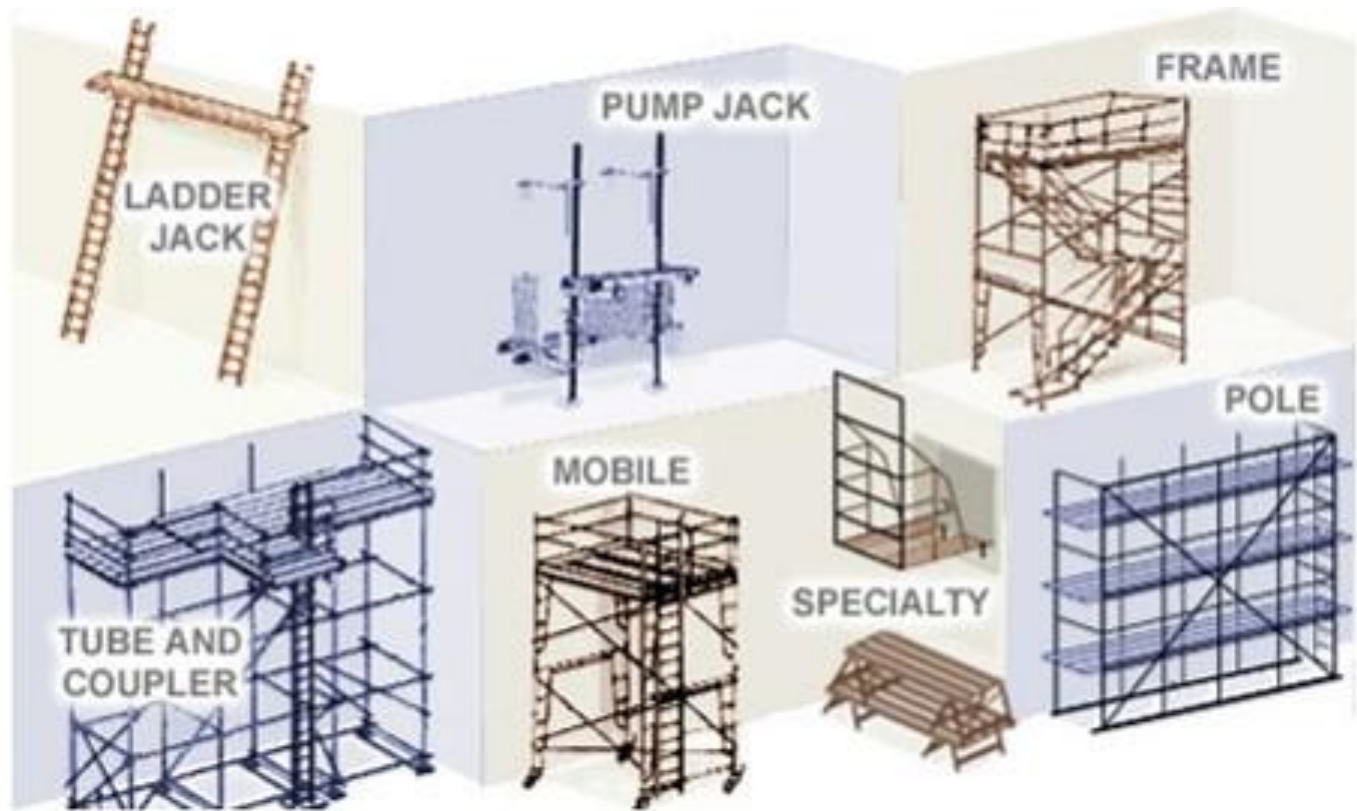
Está asegurada

# Protección en Plataformas Aéreas.

- ¿Se requiere protección contra caídas?
- ¿Dónde se debe conectar?
  - ¿Qué pasa fuera de la canasta?
  - ¿Qué pasa con las barandas?
- En general se prohíbe:
  - Mover la plataforma largas distancias con la canasta elevada
  - Pararse sobre las barandas



# Tipos de andamio - soportados





# Andamios en la construcción

- Evitando riesgos
- Siga las instrucciones del fabricante.
- Instalar barandas a lo largo de todos los lados abiertos y extremos de las plataformas.
- Protección contra caídas debe utilizarse en andamios de más de 10 pies de altura.



# Andamios en la construcción





- Trabajadores deben tener acceso apropiado.

# Persona autorizada

- Persona autorizada:
- Una persona aprobada o asignado por el empleador para realizar un tipo específico de deber o deberes o para estar en una ubicación específica en el sitio de trabajo.
- Este es el "usuario" del equipo.
- Saben lo que necesitan saber para poder realizar su trabajo particular



# Persona competente

- Persona competente:
- (1) que es capaz de identificar peligros
- [a] existentes y
- [b] previsibles riesgos en un entorno o condiciones de trabajo que son antihigiénicas, riesgosas o peligrosas a los empleados, y
- (2) que tiene autorización para tomar medidas correctivas para eliminarlos.



# Persona calificada

Persona calificada:

- (1) Alguien que por la posesión de un
  - [i] título reconocido,
  - [ii] certificado o
  - [iii] profesionalmente activo, o
- (2) que por experiencia, formación y amplio conocimiento ha demostrado exitosamente su habilidad para resolver problemas relacionados con la materia, el proyecto o la obra.



# Requisito de la protección de caída

- Lados desprotegidos y bordes. Cualquier empleado caminando/trabajando en una superficie con un lado desprotegido o borde que está 6 pies (1,8 m) o más sobre un nivel inferior debe estar protegido de caer por el uso de sistemas de barandas, sistemas de red de seguridad o sistemas personales de detención de caídas.
- En andamios, la protección contra caídas se requiere a 10 pies.

# Barandas

- **3 Componentes:**

- **(1) Baranda Superior**

- ✓ 42" or 42" +/- 3"

- ✓ ¿Fuerza?

- **(2) Baranda Intermedia**

- ✓ A medio camino entre el riel superior y la tierra (pantallas / malla de una opción)

- **(3) Baranda de piso**

- ✓ ¿objetivo? ¿altura?



# Barandas



**Tope**

**Medio**

**Piso**

- ❑ Tope 42 +/- 3 in
- ❑ Piso 3 1/2 in de altura

# Uso de redes de seguridad

- Asume que la caída se producirá



# Sistemas de red de seguridad

- Deben ser inspeccionadas por desgaste, daños y otras alteraciones por lo menos una vez por semana y después de cualquier ocurrencia que puedan afectar la integridad del sistema.
- No se utilizarán redes defectuosas y los componentes defectuosos deben ser retirados del servicio.
- Los objetos que han caído en la red de seguridad, tales como pedazos de desecho, equipos y herramientas, deben quitarse tan pronto como sea posible de la red y por lo menos antes del siguiente turno de trabajo.

# Redes de seguridad

- No es para atrapar basura
- Esta diseñada para atrapar las caídas de los trabajadores
- Forma de protección pasiva
- A veces se utiliza en proyectos con puentes o construcción de edificios prefabricados



Safety Net in Residential  
Construction



SafetyRespect® Safety Net  
System

# Tragaluces y orificios

- Tragaluces y orificios
  - Tropiezos y caídas;
  - Areas débiles del techo;
  - Agujeros escondidos



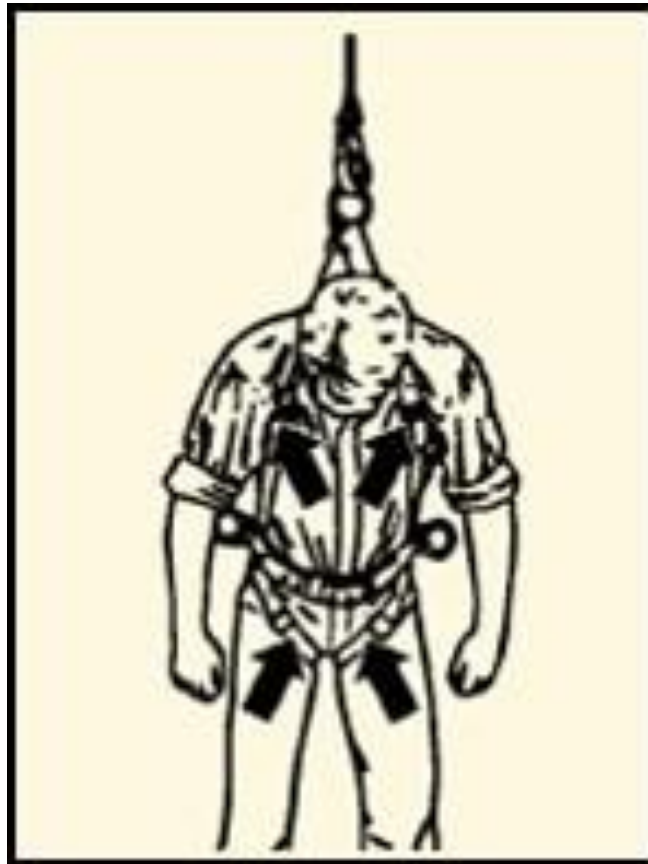
NIOSH FACE Skylight Fatality

- Cubiertas
  - Deben soportar el peso
  - Deben estar aseguradas para que no se muevan



# Sistemas de detención de caídas

- Incluyen un punto de anclaje, una línea de vida y un arnés



# Punto de anclaje

Conectores de anclaje temporal

Conectores de anclaje permanente

Líneas de vida horizontales permanentes

• Columnas

• Vigas

• Concreto

• Estructura

- OSHA
  - 5,000 lbs.



# Conexiones temporales



**Anchorage Connector Straps / Chain**



**Workman® FP Stryder™**



**Workman Reusable Roof Anchor**



**Removable Concrete Anchorage Connectors**





# Conectores

- Sistemas auto-retractables
- Trabajan como un cinturón de seguridad



PFL



Web SRL



# Conectores



# Lineas horizontales permanentes



# Líneas verticales



# Arnés de cuerpo

- Los arnés de cuerpo están diseñados para minimizar las fuerzas de estrés en el cuerpo de un empleado en caso de una caída, mientras que proporciona la suficiente libertad de movimiento para permitir el trabajo a realizar.
- No use arneses de cuerpo para levantar materiales.



# Inspección



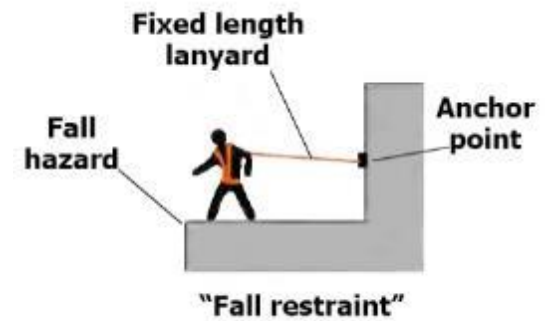






# Retiene

- Evita que llegue al borde

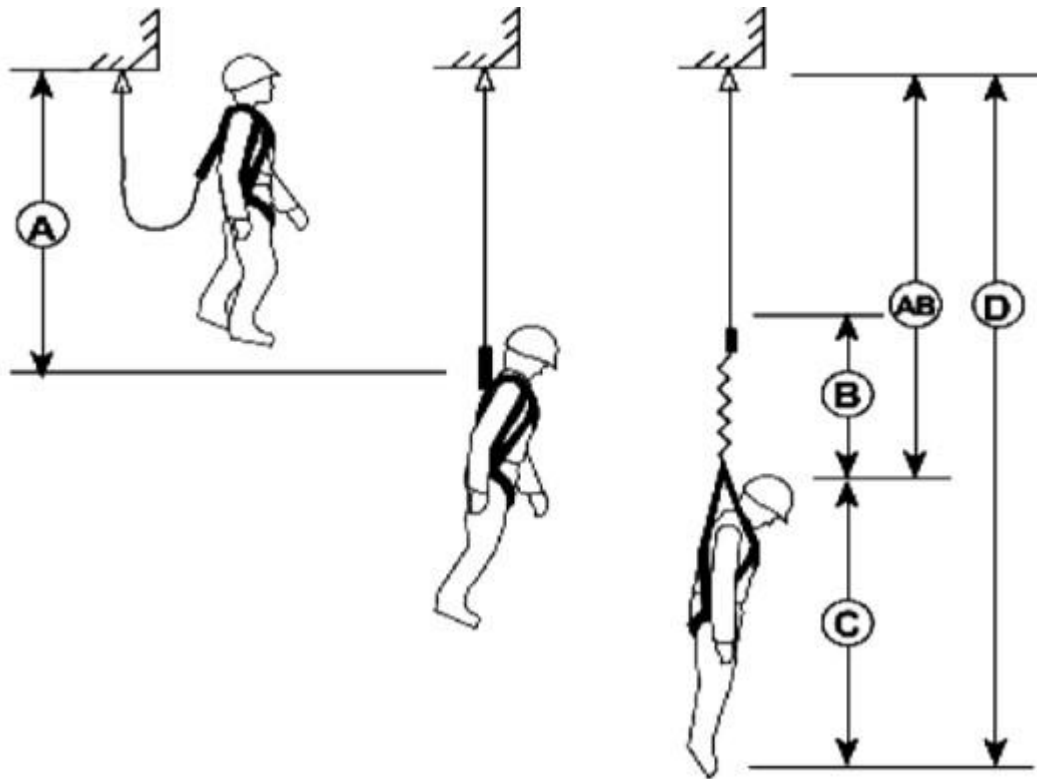


# Posiciona

- Coloca al empleado en posición para trabajar  
A veces se confunden los términos



# Distancia de caída



**A = 6 Feet (1.83 m)**

**B = 3 ½ Feet (1.07 m)**

**AB = 9 ½ Feet (2.9 m)**

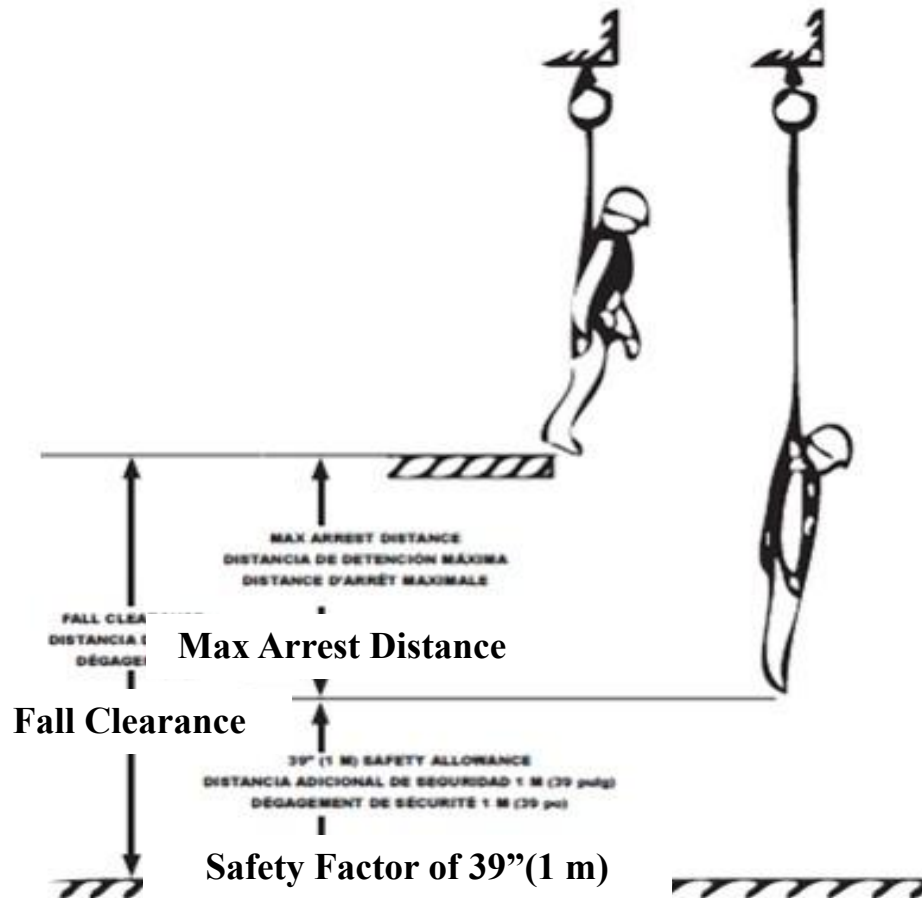
**C = 6 Feet (1.82 m)**

**+ 3 (0.9m) Safety Margin**

**D = 18 ½ Feet (5.33 m)**

Márgen de seguridad: 3'

# Distancia de caída



## Ejemplo

MAD = 4 ½ Feet (1.37 m)

+ 39" (1 m) margen de seguridad

D = 7'9" Feet (2.4 m)

# Equipo de rescate

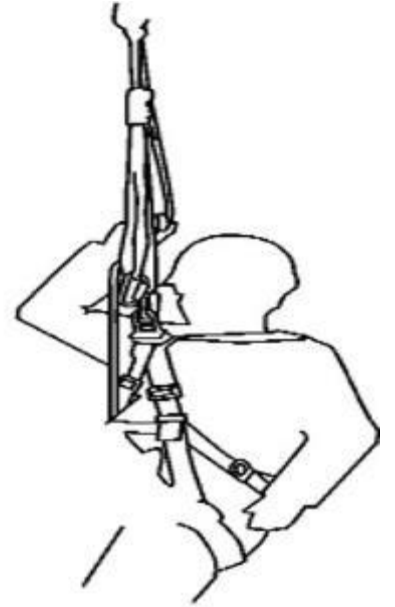


# Procedimientos de rescate de caída

- Proteger al personal de rescate durante las operaciones de rescate
- Administrar los primeros auxilios si es necesario.
- El plan de prevención de caídas debe incluir disposiciones para el rescate rápido.



¿Preguntas?





# Disclaimer and Copyright Information

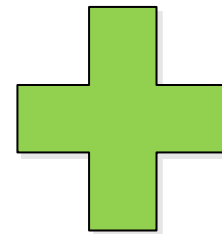
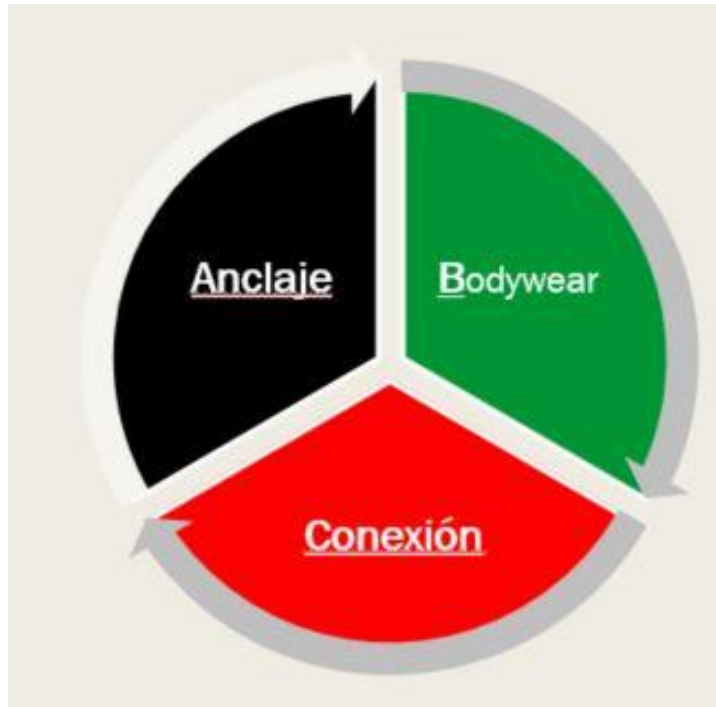
- This material was produced under grant # SH-31201–SH7 from the Occupational Safety and Health Administration, U.S. Department of Labor. It does not necessarily reflect the views or policies of the U. S. Department of Labor, nor does mention of trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by the U. S. Government. The U.S. Government does not warrant or assume any legal liability or responsibility for the accuracy, completeness, or usefulness of any information, apparatus, product, or process disclosed.
- This material is the copyrighted property of Florida International University. By federal regulation, OSHA reserves a license to use and disseminate such material for the purpose of promoting safety and health in the workplace. Florida International University hereby authorizes employers and workplace safety and health professionals to use this material, distributed by or through OSHA, in their workplaces or practices in accordance with the guidance contained in the material.
- To this end, permission is granted to use such copyrighted material solely for non-commercial, instructional, personal, or scholarly purposes. The material may be used and incorporated into other workplace safety and health programs on the condition that no fee may be charged for the subsequent use of the material. Use of the material for any other purpose, particularly commercial use, without the prior, express written permission of the copyright owner/s is prohibited. Furthermore, any modification to the material is prohibited without the prior, express written permission of the copyright owners.

# Material de Apoyo

# Opciones

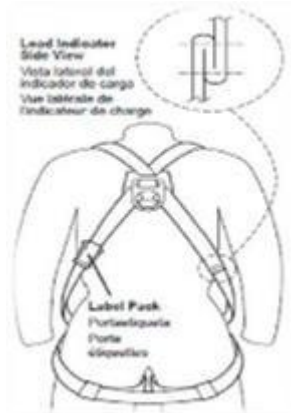


# Sistemas de prevencion de caídas



**Rescate**

# Harnes



**EVOTECH Harness Sizing Chart**

HEIGHT FT (m)	110 (50)	130 (59)	150 (68)	170 (77)	190 (86)	210 (95)	230 (105)	250 (114)	270 (123)	290 (132)	310 (141)	330 (150)	400 (181)
6'-6" (2.0)	STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE				
6'-4" (1.9)	STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE				
6'-2" (1.9)	STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE				
6'-0" (1.8)	X-SMALL		STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE		
5'-10" (1.8)	X-SMALL		STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE		
5'-8" (1.7)	X-SMALL		STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE		
5'-6" (1.7)	X-SMALL		STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE		
5'-4" (1.6)	X-SMALL		STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE		
5'-2" (1.6)	X-SMALL		STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE		
5'-0" (1.5)	X-SMALL		STANDARD				X-LARGE				SX-LARGE		

WEIGHT LB (kg)

# Dispositivos



# Ejemplos de defectos

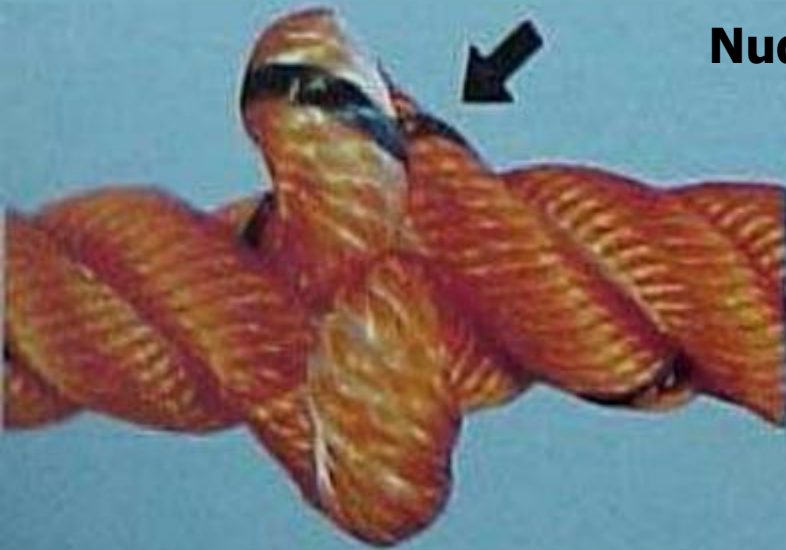


**Daño por  
calor**

# Ejemplo de fallas



**Daños por calor**



**Nudos**





# Ejemplos de fallas



**Quimicos y pinturas**

# Tipos de andamio

## Andamio suspendido



# Tipos de andamio



¿Es esto un riesgo de caída?

**SI**



Los trabajadores están expuestos a caídas de más de 6 pies

Los empleados deben estar protegidos contra caídas

# ¿Es esto un riesgo de caída?

**SI**



Están instalando un techo  
sin protección.

NOTA: Recuerde que las escaleras solamente se pueden extender 3 pies arriba de la area de aterrizaje

# ¿Es esto un riesgo de caída?

**SI**

No hay  
protección contra  
caídas

Parece que hay  
mucho peso  
sobre el andamio



**Los empleados están  
a 35 pies y hay  
materiales que  
pueden caer y hacer  
daño**

¿Es esto un riesgo de caída?



# YES SI

Worker working on an 8:12 pitch roof with only the lifeline tied to his waist as fall protection.

Persona trabajando en el techo con una pendiente de 8:12 con solamente una cuerda sujetandolo de su cintura como proteccion de no caerse



**Employer must provide full body harnesses.**

**Empleador debe proveer una arnes completo**



# Observa algun riesgo de caída?



# YES SI

Scaffold was not erected with guardrails in areas where workers were working at heights greater than 10 feet.

Andamio no fue puesto con las barandillas en las areas que los trabajadores estaban trabajando en alturas de mas de 10 pies.



# Acceso adecuado

Mal

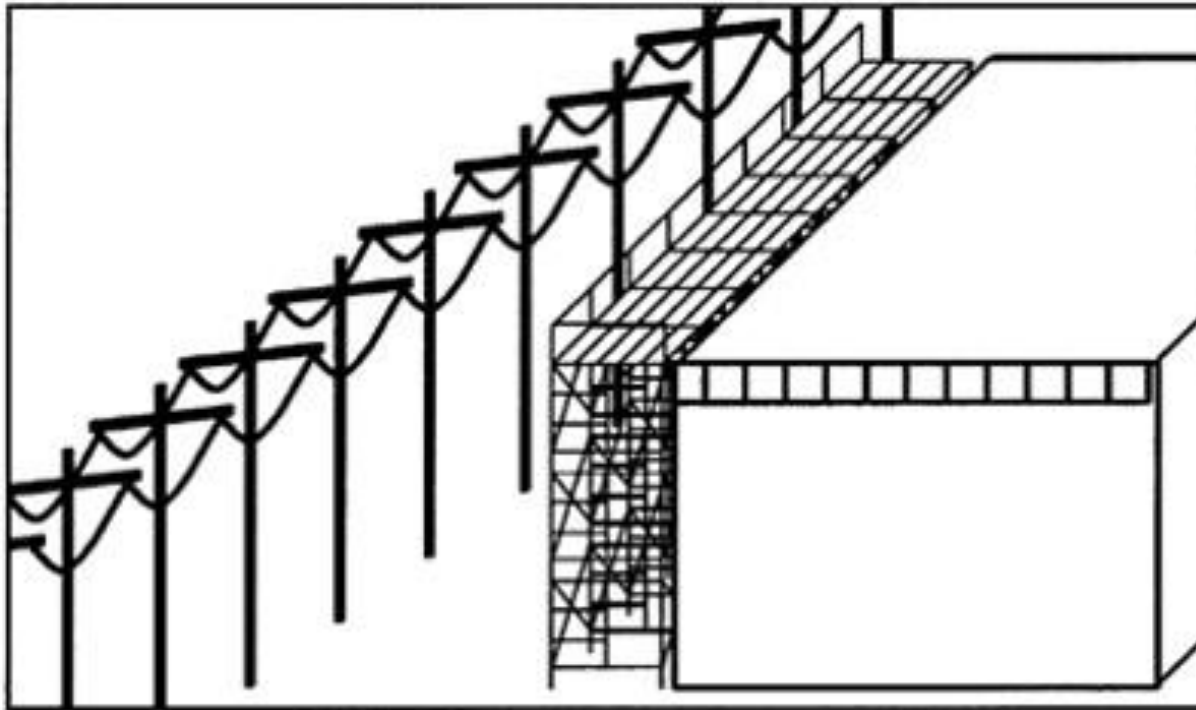


Mejor



# Andamios en la construcción

Evitar las líneas de corriente eléctrica



# Que pasó?

- José, un trabajador de la construcción, se cayó a de un andamio desde una altura de 20 pies. Él había estado ayudando a instalar marcos de metal en la pared exterior de un edificio cuando ocurrió el incidente. El andamio no estaba bien instalado, y mientras que José estaba trabajando, el andamio se movió. José cayó al suelo golpeando su cabeza en el segundo piso y murió.
- ¿Cómo pudo esto haberse evitado?

# Prueba Post-Entrenamiento

## Prueba Post- Entrenamiento

1. En general, se le debe suministrar protección contra caídas a los trabajadores que se encuentran en superficies con bordes desprotegidos que se encuentran \_\_\_\_\_ sobre el nivel inferior.
  - (a) 3 ft.
  - (b) 4 ft.
  - (c) 6 ft.
  - (d) 8 ft.

La respuesta correcta es:

(c) 6 ft

2. ¿De qué maneras puede un empleador proteger a los empleados contra caídas en el trabajo?

- (a) Usando barandas, redes de protección y correas de seguridad
- (b) Usando barandas, y redes de protección
- (c) Usando barandas, redes de protección y arnés de seguridad
- (d) Usando solo barandas



La respuesta correcta es:

(c) Usando Barandas, Redes de Seguridad y Arnes de Seguridad.

3. Un Sistema personal de protección contra caídas consiste de:

(a) Un anclaje y un cinturón

(b) Un anclaje, líneas de vida y cinturón

(c) Un anclaje, líneas de vida, y un arnés

(d) Una línea de vida, y un arnés

La respuesta correcta es:

(c) Un anclaje, líneas de vida y un arnés.

4. Después de una caída la primera acción a tomar es:

(a) Llamar a OSHA

(b) Llenar la forma 300A

(c) Tomar un video del área del accidente

(d) Implementar el procedimiento de emergencia que mayor se ajuste a la situación

La respuesta correcta es:

(d) Implementar el procedimiento de emergencia que mayor se ajuste a la situación.

5. Si su empleador le pide que haga un trabajo que usted considera que no es seguro, usted lo debe hacer por miedo a que lo despidan.

(a) Verdadero

(b) Falso

La respuesta correcta es:

(b) Falso

6. Un empleado puede presentar una queja a OSHA bajo la sección 11(c) si el empleador lo castiga o toma una acción desfavorable en su contra porque el empleado trató de proteger sus derechos en relación a tener un lugar seguro de trabajo. OSHA requiere que se haga la queja en los siguientes \_\_\_\_\_ después de haber ocurrido la acción desfavorable.

- (a) 3 días
- (b) 7 días
- (c) 30 días
- (d) 90 días



La respuesta correcta es:

(c) 30 días

7. Una persona aprobada o asignado por el empleador para realizar un tipo específico de tarea o tareas o para estar en una ubicación específica en el sitio de trabajo se conoce como:

- (a) Persona Inteligente
- (b) Persona Competente
- (c) Persona Calificada
- (d) Persona Autorizada

La respuesta correcta es:

(d) Persona Autorizada

# Planee- Provea - Entrene



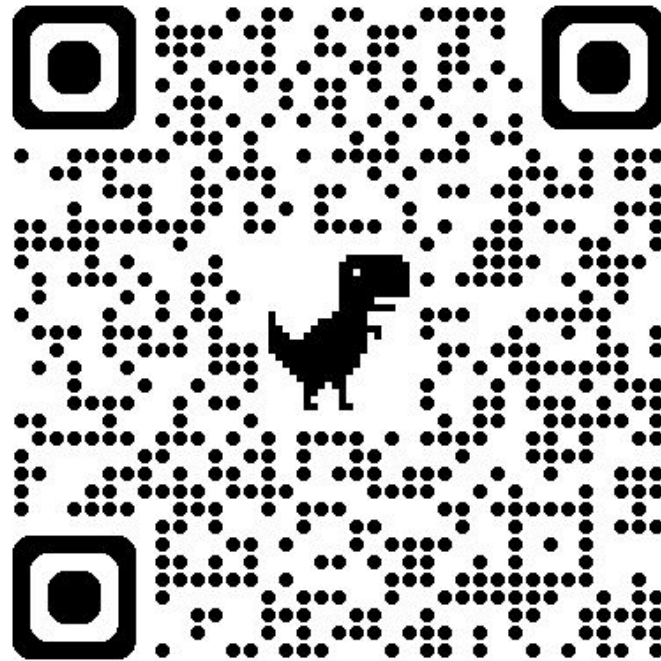
¡Gracias por asistir!



¿Preguntas?



Favor de llenar la encuesta  
que se encuentra en el  
código QR





# Gracias

972-786-0909

[www.regionalhca.org](http://www.regionalhca.org)