

Lugar de Trabajo: _____ Instructor: _____ Fecha/Hora: _____

TEMA SC569: SEGURIDAD CON PANELES DE YESO (A)

Introducción: Los materiales de paneles de yeso usados en la construcción son tablas de yeso, madera contrachapada, tableros de fibra y pulpa y tableros de fibrocemento. Estas hojas grandes y rígidas se sujetan directamente al armazón del edificio. Esto permite la circulación libre de aire detrás de la pared interior. Debido al peso, a los levantamientos difíciles, a las tareas repetitivas (levantar, cortar, pegar, lijar) y a otras preocupaciones, el colgado de la pared seca es responsable de muchas lesiones en los tejidos blandos.

Las siguientes son guías de seguridad a seguir cuando se trabaja con paneles de yeso:

- Despeje su camino de obstáculos antes de trabajar
- Si es posible, instale los materiales de paneles de yeso al nivel de la cintura. Mantenga la carga lo más cerca posible de su cuerpo al levantar, llevar y bajar la carga
- Evite levantar cosas pesadas mientras se agacha. Haga que los levantamientos con dos personas sean el procedimiento estándar
- Evite torcer la espalda mientras levanta, carga y baja la carga, use los pies para girar el cuerpo
- Evite alcanzar sobre la cabeza para mantener el panel de yeso en su lugar. Esto puede causar lesiones en las articulaciones, el cuello, los hombros, la espalda y las manos

Adicionalmente:

- Minimice la necesidad de levantar objetos. Haga que los materiales sean entregados lo más cerca posible de donde serán usados; Use carros y elevadores de paneles de yeso siempre que sea posible. Asegúrese de que estos dispositivos se mantengan en buen estado de funcionamiento
- Coloque las cargas de manera uniforme en los carros y elevadores para evitar que se vuelquen. Cuando la carga sea pesada, haga que un compañero de trabajo le ayude a moverla
- Use manijas especiales para paneles de yeso que hacen que el levantamiento sea menos incómodo
- Use gatos en forma de T y abrazaderas de suspensión de tableros para ayudar a mantener el panel de yeso en su lugar para clavar
- Descanse durante 15 segundos con frecuencia a lo largo del día; los descansos cortos ayudan a evitar lesiones y fatiga
- Rote los trabajos. Si está haciendo una tarea que requiere mucho trabajo por encima de la cabeza, cambie por un tiempo a una actividad en otra posición que use diferentes tipos de movimientos de trabajo
- Use herramientas que sean más fáciles de usar para su cuerpo. Al comprar herramientas eléctricas, tenga en cuenta el peso, la comodidad de agarre, la facilidad de activación, la vibración y el ruido. Los disparadores de cuatro dedos son mejores para las instalaciones
- Mantenga limpio el lugar de trabajo
- Use tableros con clasificación de resistencia al fuego de 1 hora a 4 horas. La madera para el armazón debe tener un bajo contenido de humedad para evitar que los clavos de paneles de yeso se aflojen
- Use máscaras o respiradores para el polvo, gafas protectoras, guantes y ropa de manga larga al cortar o lijar tablas de fibrocemento formadas por una mezcla de cemento Portland y fibra de asbesto. Algunos tableros de fibrocemento pueden contener agentes de curado, aditivos repelentes al agua y otras sustancias que pueden ser dañinas para la piel, los ojos y los pulmones.
- Revise las SDS (Hojas de Datos de Seguridad) y use el EPP (equipo de protección personal) requerido para todo el material usado en el sitio de trabajo, incluyendo el panel de yeso
- Use calzado protector
- Vístase abrigado cuando haga frío. Mantenga sus manos calientes y secas. Use guantes y cámbieselos si se mojan

Empleados que Asistieron: (Nombres o firmas del personal que asistió a esta junta)

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Estas guías no reemplazan los reglamentos locales, estatales o federales, y no deben ser interpretadas como un sustituto o interpretación legal de cualquier reglamento de OSHA.