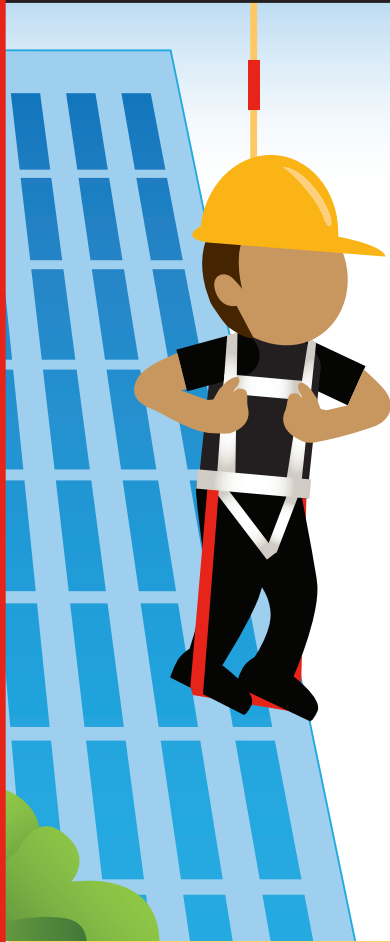


TENGA UN PLAN DE RESCATE PARA PREVENIR LOS TRAUMATISMOS SI EL TRABAJADOR QUEDA SUSPENDIDO

¡El arnés detuvo la caída, pero quedar suspendido durante mucho tiempo puede ser mortal!



Antes de que comience el trabajo...

- ✓ **Capacite a los trabajadores** para el autorrescate y los rescates con asistencia, y provea equipo de rescate.

Después de una caída, inicie el plan de rescate...

- ✓ **Si el rescate inmediato no es posible, el trabajador que quedó suspendido debe mantener la circulación sanguínea de la siguiente manera:**
 - Usando correas de rescate o un lazo de cuerda, una escalera de cuerda personal, or creando un lazo para el pie hecha de la línea de salvamento para cambiarse a una postura vertical.
 - Subiendo y bajando las piernas con frecuencia.
- ✓ **Llame al 911.** No deje que el trabajador se tumbé mientras espere que llegue la ayuda.

Mire el reloj... Si la sangre no está circulando, solo toma poco tiempo para que al trabajador le ocurra lo siguiente:



Se sienta mareado, tenga náuseas o quede inconsciente.



Sufra traumatismos por haber quedado suspendido y muera.

PLANIFIQUE PROPORCIONE ADIESTRE

Tres pasos sencillos para prevenir caídas.

Más información en www.osha.gov/dts/shib/shib032404.pdf



¡Únase a la campaña para acabar con las caídas en la construcción!

www.stopconstructionfalls.com



PLANIFIQUE. PROPORCIONE. ENTRENE.



National Institute for Occupational Safety and Health
NIOSH



CPWR
THE CENTER FOR CONSTRUCTION
RESEARCH AND TRAINING