# Charla sobre seguridad en techos: Protegiendo a nuestro equipo de caídas y más

Buenos días, equipo. Hoy, nos sumergimos en la seguridad de los techos, un tema que no solo es importante, sino que salva vidas. Los techos son uno de los trabajos más peligrosos en la construcción, siendo las caídas la principal causa de muertes. Según OSHA, las caídas representan aproximadamente el 34% de todas las muertes en la construcción, y los trabajadores de techos corren el mayor riesgo. Solo en 2024, OSHA informó más de 100 incidentes relacionados con caídas en operaciones de techado en todo el país.

Nuestro objetivo hoy es revisar las regulaciones clave de OSHA que nos mantienen seguros, discutir los peligros comunes y comprometernos con las mejores prácticas. Recuerde, la seguridad no es una casilla de verificación, es lo que nos lleva a casa con nuestras familias todas las noches. Comencemos con lo básico: ¿Qué requiere OSHA para la protección contra caídas y por qué es importante?

**Peligros clave y regulaciones de OSHA**

**1. Protección contra caídas: la regla número uno (OSHA 29 CFR 1926.501)**

Las caídas desde los techos se pueden prevenir, pero solo si seguimos las reglas. OSHA exige protección contra caídas para cualquier trabajo a 6 pies o más sobre un nivel inferior, sin excepción para los techos. Esto incluye bordes, tragaluces y aberturas.

- **Lo que requiere OSHA:**
    - **Sistemas de barandillas:** Para techos planos o de pendiente baja, instale barandas de al menos 42 pulgadas de alto con barandillas intermedias y rodapiés. Deben soportar 200 libras de fuerza.
    - **Sistemas de redes de seguridad:** Use redes para atrapar caídas, colocadas lo más cerca posible de la superficie de trabajo (dentro de los 2 pies).
    - **Sistemas personales de detención de caídas (PFAS):** Si las barandillas o redes no son factibles, cada trabajador debe usar un arnés de cuerpo completo conectado a un punto de anclaje capaz de soportar 5,000 libras por trabajador. Los cordones deben limitar la caída libre a 6 pies o menos.
    - **Líneas de advertencia:** En techos de pendiente baja (hasta 50 pies de ancho), configure líneas de advertencia a 6 pies del borde para alertar a los trabajadores, pero combínelas con otros controles para bordes más

cercanos que eso. Es posible que deba ser de 15 pies para otros oficios en el área, estos también deben estar 100% cerrados.

Piense en su último trabajo en ese techo de tejas inclinadas, sin arneses atados, un resbalón podría haber sido mortal. Siempre inspeccione su equipo antes de usarlo: revise los arneses en busca de deshilachados, asegúrese de que las líneas de vida estén libres de nudos y verifique que los puntos de anclaje estén seguros. Las multas de OSHA por incumplimiento pueden alcanzar los $ 16,000 por violación o más, pero lo más importante es que salva vidas.

**2. Acceso al techo y escaleras: entrada y salida seguras (OSHA 29 CFR 1926.1053)**

Llegar al techo de manera segura es el primer paso. Los resbalones en las escaleras causan más lesiones de las que piensas.

- **Requisitos de la escalera:** Use solo escaleras Tipo IA o IAA clasificadas para 300+ libras. Colóquelo en un ángulo de 4:1 (1 pie por cada 4 pies hacia arriba), extienda 3 pies por encima del borde del techo y asegure la parte superior e inferior.
- **Agujeros y bordes del techo:** Cubra los agujeros de más de 1 pulgada con madera contrachapada asegurada en todos los lados, marcada como "AGUJERO" en letras de 2 pulgadas. Nunca pise superficies frágiles como tragaluces sin refuerzo.
- **Capacitación:** OSHA requiere que nos capacitemos en el reconocimiento de peligros y el uso adecuado del equipo. Si eres nuevo en el equipo, únete a un veterano durante tus primeros días.

Pregunta rápida: ¿Cuántos de ustedes han visto una escalera no atada? Llamémoslo la próxima vez: es un esfuerzo de equipo.

**3. Equipo de protección personal (EPP) y otros peligros (OSHA 29 CFR 1926.95-106)**

El EPP es nuestra última línea de defensa. OSHA exige que los empleadores lo proporcionen y capaciten de forma gratuita.

- **Protección para la cabeza, los ojos y los pies:** cascos para riesgos por encima de la cabeza, gafas de seguridad para escombros y botas con punta de acero para pinchazos.

- **Arneses y Cordones:** Como se mencionó, obligatorios para la detención de caídas. Las líneas de vida retráctiles son excelentes para pendientes: manténgalas limpias y almacenadas correctamente.
- **Riesgos adicionales: Esté** atento a los peligros eléctricos cerca de las líneas eléctricas (OSHA 1926.416), mantenga un espacio libre de 10 pies. El estrés por calor está aumentando con el cambio climático; hidrátate cada 15 minutos y toma descansos a la sombra. Se resbala del musgo o superficies húmedas. Use botas antideslizantes y materiales seguros.

La cláusula de deber general de OSHA (Sección 5 (a) (1)) cubre cualquier cosa que cree un "peligro reconocido", por lo que si no es seguro, va en contra de las reglas. Documente las inspecciones diariamente; nos protegerá en las auditorías.

**Ejemplos de la vida real y discusión**

Hagamos esto realidad. El año pasado en Colorado, un techador en Denver cayó 20 pies desde un borde desprotegido, OSHA citó a la compañía $ 150,000 y cerró el sitio. Pero aquí están las buenas noticias: un equipo en Fort Collins evitó el desastre al insistir en arneses durante una instalación ventosa. ¿Qué peligros has visto últimamente?

**Conclusiones clave**

1. Protección contra caídas a 6 pies, barandillas, redes o arneses. Inspecciona todo.
2. Asegure las escaleras y cubra los agujeros religiosamente.
3. Use su EPP; no es negociable.
4. Informe los peligros de inmediato, sin culpa, solo correcciones.

OSHA no es el enemigo; es nuestro plan de supervivencia. Me comprometo a predicar con el ejemplo: verificaré dos veces los amarres en cada trabajo. Ahora, es tu turno.

Gracias por su atención. ¿Preguntas? De lo contrario, firme la hoja y pongámonos a trabajar de manera segura. ¡Mantente alerta ahí fuera!

# Reunión de seguridad
# Hoja de Firma

Fecha: _____

Nombre del trabajo: _____

Nombre de la persona competente: _____

Firma de la persona competente: _____

Tema: Seguridad en techos

| Asistentes: | |
|---|---|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |