



# Rastras y Paletas Vacías

HS93-021F(10-06)

Soporte de adiestramiento de 5 minutos

El manejo de rastras y paletas vacías tal vez parezca rutina a la mayoría de de nosotros, pero lo que aparenta ser un trabajo sencillo muchas veces puede provocar lesiones serias cuando no se toman las precauciones de seguridad.

Ya que el manejo de material causa más lesiones que cualquier otro tipo de trabajo, tomemos unos cuantos minutos para hablar de algunos de los pasos que podemos tomar para evitar lesiones.

La primera cosa que hay que hacer antes de usar rastras y paletas es inspeccionarlas para astillas, clavos sueltos, daños resultando de haberlas dejado caer, y otros defectos. Podemos protegernos contra lesiones causadas por tales defectos usando guantes de piel y zapatos de seguridad. Si una unidad luce peligrosa, se debe de apartar y etiquetar para repararse o desecharse, y se debe de guardar con cuidado. Si hay que mover las unidades desechadas alguna distancia, se requiere el uso de una máquina o carretilla. Si se van a quemar, hay que observar todos los reglamentos de seguridad e incendios. La causa principal de lesiones en el trabajo a los trabajadores es el levantar objetos. Hay que tener cuidado especial al levantar las rastras. Usualmente se requiere a dos personas de la misma altura para levantar juntos y evitar lastimarse. Necesitamos doblar las rodillas y usar los músculos fuertes de las piernas para completar el levantamiento. Mantenga la espalda derecha y quédese cerca del objeto que está levantando.

Para asegurar de que las rastras y paletas estén estables, amontónelas un máximo de cuatro pies y siempre manténgalas horizontales, nunca verticales. Montones y unidades individuales deben de quedar lejos de pasillos y puertas. Evite obstruir las salidas, las cajas eléctricas, los extinguidores u otro equipo de emergencia. Las paletas no deben de extenderse hacia los pasillos donde alguien se golpeará o se tropezará contra ellas, o tendrá que caminar o pisar sobre ellas, porque esto también puede resultar en un accidente. Al usar rastras y paletas individuales, amontónelas a un máximo de 32 unidades de alto. Se necesitan dos personas para remover paletas del montón, con una persona a cada lado del montón para el manejo seguro. Tenga en cuenta la capacidad de peso del piso

al amontonar las rastras y paletas. También, recuerde no sobrepasar la fuerza máxima de las unidades. Al trabajar con cartón, tenga en mente que es menos fuerte y que se daña con más facilidad que la madera. En tiempo húmedo, el cartón se debilitará aún más debido a la absorción de humedad. Un área de trabajo limpia contribuye a nuestra seguridad y a la de nuestros vecinos. Si ponemos en práctica el sentido común y las precauciones aquí mencionadas, podemos estar seguros de que los accidentes y las lesiones se mantendrán a un nivel mínimo.

## Vamos a repasar esas precauciones una vez más.

- Inspeccione las rastras y paletas para peligros como clavos y astillas. Montones de paletas almacenadas al aire libre por un tiempo pueden albergar avispas y víboras.
- Trabaje junto con otra persona para el manejo seguro de las rastras.
- Recuerde aplicar prácticas seguras de levantamiento.
- Amontone las rastras y paletas un máximo de cuatros pies de altura.
- Use equipo protectorio para las manos y los pies.
- Asegúrese de que los montones no obstruyan equipo de emergencia.
- Deseche o repare unidades peligrosas.
- Mantenga su área de trabajo limpia.

***Recuerde poner en práctica la seguridad.  
No la aprenda por accidente.***

