Safety Footwear Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

CALZADO EN GENERAL

Proteger los pies de los empleados con un buen calzado industrial reduce las horas de trabajo perdidas, mejora la productividad y eleva la moral y reduce las lesiones.

EVALUACIÓN DE RIESGOS

Un buen programa de calzado de seguridad no comienza con la selección de un nuevo par de zapatos o botas, sino con la evaluación de todas las superficies de tránsito y de trabajo a las que van a estar expuestos los empleados y la garantía de que están en las mejores condiciones posibles. En el proceso de evaluación de riesgos, los responsables de seguridad y salud deben tener en cuenta los tipos de operaciones dentro de una instalación, los procesos que se utilizan, las tareas que se realizan, las condiciones ambientales y la naturaleza de los productos químicos que se utilizan. También deben examinar los “factores clave del rendimiento humano”, como el ajuste del calzado o si el pie sudará profusamente.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS Y PELIGROS HABITUALES

- Materiales manipulados o utilizados por el trabajador.
- Cualquier material o equipo que pueda rodar sobre los pies.
- Objetos afilados o puntiagudos que puedan cortar la parte superior de los pies.
- Objetos que puedan penetrar en la parte inferior o lateral del pie.
- Riesgo de dañar componentes o equipos electrónicos sensibles debido a la descarga de electricidad estática.
- Riesgo de entrar en contacto con conductores energizados de tensión baja o moderada (por ejemplo, 220 voltios o menos).
- Tipo de superficie sobre la que se camina y condiciones ambientales a las que pueden estar expuestos los trabajadores (por ejemplo, suelo suelto, superficies lisas, temperatura, húmedo/aceitoso, productos químicos, etc.).

COMO PROTEGERSE

CUALIDADES DEL CALZADO DE SEGURIDAD

- La parte interior del zapato debe ser recta desde el talón hasta el final del

dedo gordo.
- El zapato debe agarrar firmemente el talón.
- La parte delantera debe permitir la libertad de movimiento de los dedos del pie.
- El zapato debe tener un cierre en el empeine para evitar que el pie resbale al caminar.
- El zapato debe tener un tacón bajo y ancho; se recomiendan los zapatos planos.
- El zapato debe tener un tacón bajo y de base ancha. Se recomiendan los tacones pequeños (de 1/4″ a 1/3″ para un hombre de la talla 9, escalado a otras tallas).

CONSEJOS PARA COMPRAR CALZADO DE TRABAJO

- No espere que un calzado demasiado ajustado se estire con el uso.
- Mídase los dos pies al comprar el calzado. El tamaño de los pies suele ser diferente.
- Compre zapatos que se ajusten al pie más grande.
- Compre los zapatos a última hora de la tarde, cuando es probable que los pies estén hinchados al máximo.
- Pida consejo a un médico si no dispone de zapatos que se ajusten correctamente.
- Considere la posibilidad de utilizar plantillas amortiguadoras cuando el trabajo requiera caminar o estar de pie sobre suelos duros.

FACTORES CLAVE A TENER EN CUENTA AL ELEGIR LA PROTECCIÓN DE LOS PIES

- El calzado con protección para los tobillos evita que las chispas y las partículas ardientes entren en los zapatos del trabajador. Los elásticos facilitan que los trabajadores se quiten los zapatos en caso de emergencia.
- Calzado impermeable en condiciones de humedad. Calzado y botas que protejan contra el calor y el frío.
- Calzado con buena tracción para evitar resbalones y caídas. Algunos trabajadores pueden necesitar llevar tacos, o zapatos con suela abrasiva, con grano, acanalada, con púas o con tacos.
- Los zapatos de goma, PVC o neopreno protegen contra los derrames de aceite, grasa animal y productos químicos. Seleccione el material adecuado para protegerse de la exposición a productos químicos y otros materiales cáusticos.
- El calzado con protecciones protege los pies contra la caída de objetos. Los protectores son de acero, plástico o fibra y protegen la parte superior del pie de la caída de objetos.
- Protege la parte inferior de los pies de cortes, puñaladas y pinchazos de agujas. Los zapatos con suelas reforzadas hechas de un metal flexible especial protegen contra los cortes y pinchazos de objetos afilados como agujas, clavos y cristales rotos.
- Los trabajadores expuestos a riesgos eléctricos necesitan un calzado con suela especial para protegerse de las descargas.
- Las zapatillas y sandalias higiénicas son ideales para los empleados que se duchan antes de salir del trabajo. El calzado desechable evita la propagación de infecciones.

ASPECTOS BÁSICOS DE AJUSTE Y CUIDADO DEL CALZADO DE SEGURIDAD

Ajuste:

- Pruébese las botas nuevas hacia el mediodía. Los pies suelen hincharse durante el día.
- Camine con el calzado nuevo para asegurarse de que es cómodo.
- Las botas deben tener un amplio espacio para los dedos. No espere que el calzado se estire con el uso.
- Al comprar las botas, prevea calcetines adicionales o soportes especiales para

el arco del pie. Pruébate las botas nuevas con los soportes o calcetines que sueles usar en el trabajo.
- Las botas deben quedar bien ajustadas al talón y al tobillo cuando se atan.
- Ajústate los cordones de las botas por completo. Las botas de corte alto proporcionan apoyo contra las lesiones de tobillo.

Cuidados:

- Utilice un revestimiento protector para que el calzado sea resistente al agua.
- Inspeccione periódicamente el calzado para detectar daños (por ejemplo, grietas en las suelas, roturas en el cuero o punteras expuestas).
- Repare o sustituya el calzado desgastado o defectuoso.
- La resistencia a las descargas eléctricas del calzado se reduce en gran medida en condiciones de humedad y con el desgaste.
- El calzado expuesto a la penetración de la suela o a los impactos puede no presentar signos visibles de daños.

CONCLUSIÓN

Proteger los pies y los tobillos de las lesiones implica seleccionar y usar el calzado adecuado según la tarea y los riesgos. En general, es una buena idea utilizar siempre calzado de seguridad aprobado por la CSA. También es importante seleccionar el calzado adecuado para las condiciones y la tarea.