

# Lo Básico Sobre la Protección Contra Caídas en Actividades de la Industria de la Construcción

*El estado de Washington modificó las normas de protección contra caídas con fecha de vigencia el 1 de abril de 2013. Este folleto contiene un resumen de los requisitos.*



**[www.Lni.wa.gov/Seguridad](http://www.Lni.wa.gov/Seguridad)**

*Aviso: Este folleto NO contiene todos los requisitos que requieren las normas. Siempre consulte el Capítulo 296-155, Parte C-1, Requisitos de la protección contra caídas.*



Washington State Department of  
**Labor & Industries**

*Division of Occupational Safety and Health*

Las caídas que se pueden evitar son las causas principales de muertes, lesiones debilitantes y permanentes de trabajadores en el estado de Washington.

# Lo Básico Sobre la Protección Contra Caídas en Actividades de la Industria de la Construcción

*El estado de Washington modificó las normas de protección contra caídas con fecha de vigencia del 1 de abril de 2013. Este folleto contiene un resumen de los requisitos.*

*Aviso: Este folleto NO contiene todos los requisitos que se requieren en las normas. Siempre consulte los requisitos de la protección contra caídas en el Capítulo 296-155, Parte C-1.*

Para más información de las normas de protección contra caídas y otros recursos, visite la página de internet: **[www.Lni.wa.gov/Safety/Topics/AtoZ](http://www.Lni.wa.gov/Safety/Topics/AtoZ)** y presione la letra "F". (En inglés solamente.)



# Contenido

---

CERO pies	
WAC 296-155-24607.....	<b>1</b>
CUATRO pies o más	
WAC 296-155-24609.....	<b>1</b>
DIEZ pies o más	
WAC 296-155-24611.....	<b>2</b>
Plan de protección contra caídas .....	<b>3</b>
Requisitos en general	
WAC 296-155-24605.....	<b>4</b>
Exenciones	
WAC 296-155-24605.....	<b>4</b>
Definiciones	
WAC 296-155-24603.....	<b>5</b>
Definiciones de los sistemas de protección contra caídas.....	<b>8</b>
Donde obtener ayuda.....	<b>Cubierta posterior</b>



# **CERO Pies**

## **WAC 296-155-24607**

---

### **Sin importar la altura:**

1. Todos los pisos, pasillos, plataformas o corredores, con lados desprotegidos, por encima o junto a equipo peligroso como máquinas para moler roca, equipo para el mover materiales y otras máquinas con riesgos similares, tienen que estar resguardados con un sistema de barandas de seguridad.
2. Los hoyos y aberturas en el piso tienen que estar resguardados conforme a las normas.
3. Los empleados tienen que protegerse de riesgos de empalamiento, por ejemplo, partes del conducto eléctrico, varillas de acero o las estacas de los cimientos.

# **CUATRO pies o más**

## **WAC 296-155-24609**

---

*(Aviso: Esta sección no incluye todos los requisitos en el WAC 296-155-24609.)*

### **Se aplica a:**

1. Todas las superficies desprotegidas, con lados sin protección y orillas o plataformas.
2. Rampas, pasillos, corredores y vías inclinadas para caminar.
3. Trabajo en los cimientos y varillas de acero, por ejemplo, cuando los trabajadores instalan o amarran varillas de refuerzo en una superficie vertical.
4. Techos de inclinación alta.
5. Techos de inclinación baja; aplica a todas las actividades no mencionadas en el WAC 296-155-24611.
6. Declives peligrosos donde existe el riesgo de una caída a una superficie inferior de cuatro pies o más.

*(Continúa en la página siguiente.)*

## **CUATRO pies o más**

### **WAC 296-155-24609** *(Continuación)*

---

7. Las aberturas en la pared de por lo menos 30 pulgadas de alto y 18 pulgadas de ancho tienen que estar resguardadas cuando la abertura es al menos de 39 pulgadas del nivel superior de la superficie de trabajo.
8. Cuando los trabajadores usan zancos, la altura del larguero superior o la parte equivalente del sistema de barandas de seguridad tiene que incrementarse a una cantidad equivalente a la altura de los zancos. Siempre manteniendo las especificaciones de solidez del sistema de barandas. (O se pueden adherir más largueros.)
9. Cuando se trabaja a un nivel más alto del el sistema de barandas de seguridad, la empresa tiene que incrementar la altura del sistema de barandas o usar otra forma de protección contra caídas.
10. Cuando se hace una tarea específica y el sistema de barandas de seguridad se tiene que quitar temporalmente, el área tiene que estar constantemente monitoreada por un trabajador, cuyo deber es advertir el peligro a las personas que se acerquen al área hasta que el barandal sea remplazado.

## **DIEZ Pies o más**

### **WAC 296-155-24611**

---

#### **Se aplica a trabajadores que:**

1. Instalan techos con pendiente baja.
2. Trabajan en un borde progresivo (lea las definiciones en la página # 5).
3. Trabajan en una superficie que no coincide con la definición de una superficie para caminar o trabajar no cubierta bajo el WAC 296-155-24609.
4. Para trabajo de excavación, consulte el WAC 296-155-24611(1) (d).

*Aviso: Los trabajadores que no trabajan directamente construyendo un borde progresivo, o no instalan techos,*



*tienen que cumplir con el WAC 296-155-24609, que requiere protección contra caídas de cuatro pies o más.*

## **Plan de protección contra caídas (FPWP por su sigla en inglés)**

---

El empleador tiene que desarrollar e implementar un Plan de protección contra caídas (FPWP) que incluya todas las áreas donde se está trabajando y donde existan riesgos de caídas de 10 pies o más. FPWP tiene que:

1. Identificar todos los riesgos de caídas en las áreas de trabajo;
2. Describir el método de sistema anticaídas o sistema de restricción de caídas que se va a proveer;
3. Describir el procedimiento correcto para el montaje, mantenimiento, inspección y desmontaje del sistema de protección contra caídas que se va a usar;
4. Describir el procedimiento correcto para el manejo, almacenamiento y seguridad de las herramientas y materiales;
5. Describir el método para la protección de trabajadores que pudieran pasar por el nivel inferior al sitio donde trabajan;
6. Describir el método para sacar más rápido y con seguridad a los trabajadores lesionados; y
7. Estar disponible en el lugar de trabajo para una inspección de parte del departamento.

Antes de permitir que los trabajadores entren en las áreas donde existen riesgos de caídas, el empleador tiene que asegurarse de capacitar e instruir a todos los trabajadores en todos los puntos descritos en el WAC 296-155-24611(2) (a) (i) hasta la sección (2) (a) (vii).

*Aviso: Cuando se usa un monitor de seguridad, consulte el WAC 296-155-24621.*

# Requisitos en general

## WAC 296-155-24605

---

(AVISO: Esta sección no incluye todo el contenido del WAC 296-155-24605)

1. El sistema personal de detención de caídas, sistema personal de restricción de caídas, sistema de posicionamiento y sus componentes tienen que usarse solo para la protección del trabajador y no para elevar materiales.
2. Antes de usarse todas las piezas del sistema personal de detención de caídas, sistema personal de restricción de caídas, y sistema de posicionamiento, tienen que inspeccionarse usando las instrucciones del fabricante para ver si tienen moho, desgaste, daño, o cualquier otro deterioro.
3. Las piezas defectuosas **tienen que** sacarse fuera de servicio.

## Exenciones

### WAC 296-155-24605

---

Los trabajadores están exentos de las secciones del WAC 296-155-24609 y WAC 296-155-24611 solo bajo las siguientes condiciones:

1. Antes de empezar cualquier actividad de trabajo, durante la instalación inicial del anclaje de protección contra caídas, y al terminar el trabajo durante el desmontaje del anclaje de protección contra caídas.
2. Cuando un trabajador inspecciona directamente o calcula las condiciones del nivel del techo, pero solo en techos de inclinación baja antes y de empezar el trabajo o después que se terminó todo el trabajo de la construcción.

Ejemplos de actividades que el departamento reconoce como inspección o cálculo incluyen:

- La medición del techo para determinar cuánto material se va a necesitar para el proyecto.
- La inspección de los daños en el techo sin quitar el equipo o sus piezas.

- La evaluación del techo para determinar que método de protección contra caídas se proveerá a los trabajadores.

Ejemplos de actividades que el departamento no reconoce como inspección o cálculo incluyen:

- La entrega, preparación o almacenamiento de materiales en el techo.
- Las personas evaluando o inspeccionando techos que se considerarían con “inclinación peligrosa”.

Para las exenciones de la protección contra caídas relacionadas a trabajos en excavaciones, consulte WAC 296-155-24611(1) (d) (i) (A) and (B).

## Definiciones

### WAC 296-155-24603

---

*(AVISO: Esta no es una lista completa de las definiciones.)*

**Anclaje** es un punto seguro de acoplamiento con la capacidad de resistir la potencia que se especifica en esta parte de la ley. Sirve para acoplar cuerdas salvavidas, cuerdas de seguridad y dispositivos de desaceleración.

**Equivalente** quiere decir que se usan diseños alternativos, materiales o métodos para proteger contra un riesgo y donde el empleador pueda demostrar que proveerán a los trabajadores un grado de protección equivalente o superior a los métodos, materiales o diseños especificados en la norma.

**Inclinación peligrosa** significa que existe una caída libre con distancia de cuatro pies o más al nivel inferior y no se puede mantener el punto de apoyo de los pies sin la ayuda de dispositivos de seguridad, debido a la inclinación de la superficie, condiciones climáticas, o superficie del material.

**Cuerda salvavidas horizontal** se usa para controlar las caídas con efecto péndulo y puede ser una barra, cuerda, cable o cable sintético que se ha instalado y anclado en ambos extremos, que se usa para el anclaje de las cuerdas de seguridad cuando los trabajadores tienen que moverse horizontalmente.

*(Continúa en la siguiente página.)*

# Definiciones

## WAC 296-155-24603 *(Continuación)*

---

**Borde progresivo** significa el avance progresivo de un piso, techo o trabajo de cimientos que va avanzando cuando son colocadas, se forman o se construyen, secciones en el piso, techo o cimientos.

**Sistema personal de detención de caídas** es un sistema de detención de caídas que el trabajador lleva puesto para detener caídas de un lugar elevado. Consiste de un punto de anclaje, conectores, arnés de cuerpo y podría incluir una cuerda de seguridad, dispositivo de deceleración, cuerda seguridad, o combinaciones apropiadas de estos componentes.

**Sistema personal de restricción de caídas** es un sistema de restricción de caídas que el trabajador lleva puesto para evitar que el trabajador llegue a un lugar donde se pueda caer, tal como la orilla del techo o una área de trabajo elevada. Consiste de un punto de anclaje, componentes de ensamblaje, arnés de cuerpo y podría incluir una cuerda de seguridad, cuerdas de restricción, o combinaciones apropiadas de estos componentes.

**Sistema de posicionamiento** es un arnés de cuerpo o arnés de posicionamiento que lleva puesto un trabajador que fue instalado para poder sostener a un trabajador en una superficie elevada, bien vertical o inclinada, tales como una pared, un poste, o una columna y que se pueda trabajar con las dos manos sin necesitar de apoyarse con el cuerpo.

### **Inclinación de techos**

- Techo de inclinación baja es una inclinación del techo de 4:12 o menos.
- Techo de inclinación alta es una inclinación de más de 4:12.

**Trabajo de techado** es la elevación, almacenamiento, aplicación, extracción del material y equipo que se usa en el techo que incluye; aislamiento térmico, hojas de metal, trabajo con las barreras impermeables de vapor. No se incluye la construcción de la plataforma del techo en esta definición.

**Lados y bordes expuestos** es cualquier lado o borde expuesto en un piso, techo, balcón, plataforma, rampa, vías de caminar, o áreas donde se camina o se trabaja, que no estén protegidas por un sistema de barandas de seguridad o un parapeto de construcción sólida que tenga al menos de 39 pulgadas de altura.

**Áreas de trabajo o para caminar** es cualquier área donde los trabajadores pueden pasar o trabajar, no se limita a pisos, áreas en el techo, puentes, el suelo y otras superficies cuyas dimensiones sean de 45 o más pulgadas en todas las direcciones. En la definición de las áreas de trabajo o para caminar, no se incluyen vehículos o vagones de tren donde los empleados están trabajando.

**Sistema de línea de advertencia** es una barrera instalada que advierte a los empleados que se están acercando a un lado expuesto con riesgos de caídas en un área de trabajo o para caminar en un techo de inclinación baja (4.12 o menos)

# Definiciones de los Sistemas de Protección Contra Caídas

---

1. Detención de caídas – detiene una caída que ocurrió, incluye:
  - Sistema personal de detención de caídas  
..... Consulte el WAC 296-155-24613(1)
  - Redes de seguridad  
..... Consulte el WAC 296-155-24613(2)
  - Plataformas de detención  
..... Consulte el WAC 296-155-24613(3)
  
2. Sistema de prevención de caídas – previene las caídas, incluye:
  - Sistema personal contra caídas  
..... Consulte el WAC 296-155-24615(1)
  - Sistema de barandas  
..... Consulte el WAC 296-155-24615(2)
  - Tapaderas para huecos  
..... Consulte el WAC 296-155-24615(3)
  - Sistema de línea de advertencia  
..... Consulte el WAC 296-155-24615(4)
  - Sistema de monitor de seguridad  
..... Consulte el WAC 296-155-24615(5)
  - Sistema de detección de la seguridad  
..... Consulte el WAC 296-155-24615(6)  
*(AVISO: El sistema de detección de seguridad tiene uso limitado, consulte las normas.)*
  
3. Sistema de dispositivos posicionadores. Consulte las especificaciones en el WAC 296-155-24617.

**Aviso:** Este folleto no contiene todo lo que requieren las normas. Siempre consulte los requisitos de protección contra caídas en el Capítulo 296-155, Part C-1.

**[www.Lni.wa.gov/Seguridad](http://www.Lni.wa.gov/Seguridad)**





## ¿Cómo puedo obtener ayuda con L&I?

Para solicitar los servicios gratuitos y confidenciales de consultoría sobre la seguridad y salud en el trabajo, visite la página [www.Lni.wa.gov/SafetyConsultants](http://www.Lni.wa.gov/SafetyConsultants) o llámele al gerente de consultoría DOSH en la oficina local de L&I.

División de Seguridad y Salud Ocupacional



[www.Lni.wa.gov/Seguridad](http://www.Lni.wa.gov/Seguridad)



**1-800-423-7233**

*A petición del cliente, hay ayuda disponible para personas que hablan otros idiomas y otros formatos alternos de comunicación para personas con discapacidades. Llame al 1-800-547-8367. Usuarios de dispositivos de telecomunicaciones para sordos (TDD, por su sigla en inglés) llamen al 360-902-5797. L&I es un empleador con igualdad de oportunidades.*