



## SEGURIDAD DE LA MANO

El trabajo puede causar estragos en las manos. Además del desgaste y deterioro por el uso de herramientas y la manipulación de equipo pesado, filoso o áspero, las manos están expuestas a la intemperie, a productos químicos, suciedad, solventes, combustibles, grasa, cortadoras, etc. No obstante que sus manos quizá sean las partes del cuerpo más frecuentemente utilizadas, también son las más maltratadas. Se pueden prevenir muchas lesiones de las manos si primero se piensa en lo que se requerirá que ellas hagan y entonces asegurarse de proporcionales la protección apropiada.

### Use protección manual apropiada

Los guantes de piel pueden proteger sus manos en muchos trabajos. Pueden proporcionar protección al manipular materiales ásperos o abrasivos y le brindan mayor poder de sujeción. También pueden proteger las manos contra objetos puntiagudos, espinas y herramientas de corte. Algunos guantes tienen diseños especiales para proteger las manos contra los solventes, productos de petróleo y muchos productos agroquímicos. Para mayor eficiencia en el trabajo, los guantes deben ajustarse correctamente. Los guantes demasiado grandes pueden interferir con el trabajo o pueden quedar atrapados en partes en movimiento y poner en peligro las manos.

La protección de las manos también puede incluir cremas específicas que se aplican antes de realizar el trabajo para protegerlas contra grasas, pinturas, productos químicos, etc. que producen dermatitis. Una loción de manos de buena calidad puede suavizar y humectar las manos reseca o agrietadas después del trabajo.

### Proteja las manos contra el peligro

Reconozca los peligros en el trabajo al manipular objetos puntiagudos, herramientas de corte, productos químicos, puntos de aplastamiento o equipo giratorio. Siga los procedimientos de seguridad, incluso si utilizó procedimientos rápidos sin ningún percance en el pasado. Aunque cada trabajo tiene sus propios peligros, siempre deben recordarse algunos principios básicos de seguridad.

- Estudie detenidamente cada trabajo antes de realizarlo, después trabaje cuidadosamente y deliberadamente.
- Mantenga alejadas las manos de equipos giratorios y nunca use sus manos para detener el movimiento de partes giratorias.
- Al levantar una carga, verifique que no tenga protuberancias, clavos, astillas, tornillos, flejes metálicos, vidrios rotos, etc.

- Cuidese los dedos y las manos al bajar cargas pesadas, ya que podrían quedar atrapados.
  - Mantenga las manos alejadas de las cargas que se mueven por medios mecánicos.
  - Nunca use los dedos para probar la temperatura de gases, líquidos o maquinaria.
  - Si se lesiona una mano, obtenga tratamiento oportuno e infórmelo a su supervisor.
- Sus manos son herramientas finamente diseñadas con increíble fortaleza y habilidad. Ellas son sus herramientas más valiosas. Protéjalas y cuídelas.

**TOOLBOX TALKS**  
**Seguridad de la Mano**

Meeting Conducted By: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Comments: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Attendees:**

Print	Signature	Print	Signature
1.		9.	
2.		10.	
3.		11.	
4.		12.	
5.		13.	
6.		14.	
7.		15.	
8.		16.	