

# USO CORRECTO DEL ARNES DE SEGURIDAD

## INSTRUCTIVO I-PDR-01

0	09/04/2018	Jaime Sarmiento	Mario Villa	Mario Villa	
					
Rev	Fecha	Elaboro	Revisado	Aprobado	Notas



**1. Objetivo:**

Desarrollar un documento que sea ilustrativo y sintetizado con la finalidad de que contribuya en el desarrollo de los trabajos de forma segura para realizar trabajos en altura, tomando en cuenta las normas de seguridad con las cuales se previene este tipo de accidentes

**2. Alcance:**

Lo establecido en el presente instructivo es para todos los trabajos que realicen en altura que requieran del uso de arnés de seguridad.

**3. Referencias:**

Norma chilena 1258. Of.2005, Norma Chilena 2458. Of. 1999.

**4. Desarrollo:**

Se dará a conocer a todo el personal de la organización que está involucrada en los trabajos que se desarrollen en altura.

**5. Antecedentes:**

- Los trabajadores que desarrollen actividades en altura, deben tener certificada su capacidad técnica, aptitud física mediante certificado médico específico.
- Desde 1,80 mts. deberá utilizar arnés de seguridad y dos cuerdas de vida estándar las cuales debe fijar a una estructura rígida.
- La sumatoria de los largos de las cuerdas del arnés y cuerda de vida, no podrán en ninguna condición superar la altura mínima de caída.
- La cuerda de vida a la cual se fijen los arneses, se deberá amarrar a una estructura fija que debe ser capaz de resistir la sumatoria de los trabajadores unidos a ella, los que en
- ningún caso podrán superar el número de tres trabajadores

**6. Componentes:**

- Arnés de cuerpo completo (tipo paracaídas)
- Cabos de vida (líneas de sujeción)
- Puntos de anclaje
- Líneas de vida
- Dispositivos amortiguadores de impacto o dispositivo de desaceleración, en peligros de caídas.

Este equipo debe estar disponible y destinado a interrumpir la caída libre de una persona desde un nivel de trabajo ubicado sobre 1.80 metros de altura.

## 7. Instrucciones:

- Antes de iniciar la actividad, el trabajador debe revisar su arnés y cuerda de vida para determinar su buena condición de uso.
- El supervisor directo será el responsable en todo momento tanto de los Elementos de Protección como de la seguridad con que desarrollan las actividades su personal a cargo

## 8. Consideraciones de uso de equipo protección para caídas

- **Protección para caídas:** Es un conjunto de sistemas y subsistemas cuyo objetivo es proteger al trabajador, evitando el riesgo de una caída accidental y en caso de que ocurra minimizar los daños. Los elementos que se encuentran en esta categoría son:
- **Arnés de seguridad, tipo paracaidista de 3 argollas:** Su uso es obligatorio, ya sea, en la confección, uso o desarme del andamio, este evita cualquier caída.

## 9. El uso del arnés es con dos cabos de vida, siguiendo los siguientes pasos:

- El trabajador debe inspeccionar el estado del arnés de seguridad antes de utilizarlo, revisando las costuras de las correas, argollas, hebillas auto calzantes, cabo de vida.
- Tome las correas de hombros por encima de la pieza de colocación de la correa delantera y levante el arnés por sobre su cabeza. Bájelo de modo que su cabeza quede entre las piezas de colocación delantera y trasera. Los brazos deberán pasar a través de las correas de hombros.
- Continúe bajando el arnés hasta que las correas de hombros se apoyen en sus hombros. Las correas de los muslos quedarán colgando en la parte del frente de sus muslos.
- Pasando la mano por entre las piernas, tome una de las correas de muslos y llévela hacia adelante. Asegúrese de no torcer ni cruzar las correas entre las piernas.
- Inserte la hebilla, ladeada, en la abertura de la hebilla de retención hasta que pase por completo. Asegúrese de que la hebilla quede adecuadamente asentada en la hebilla receptora.
- Inserte la correa de muslos en la hebilla y ajústela hasta que la correa esté ceñida pero cómoda. Repita este proceso en el otro muslo.

Para concluir el ajuste de las correas de muslos, fije los extremos de cada correa en las trabillas. Si el arnés le quedara demasiado apretado o flojo en la sección del torso, pase las correas de hombros por cada pieza de ajuste de tamaño del tórax y alárguela o acórtela de la siguiente forma: vaya insertando tramos de las correas del Torso en las ranuras interiores de las piezas de ajuste de la cadera hasta que el arnés le quede confortablemente ceñido.

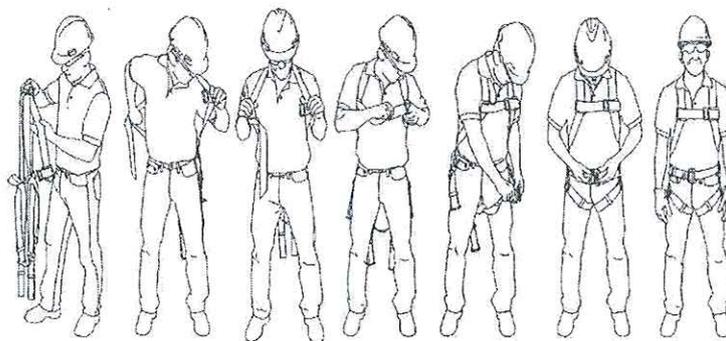
- En cualquier lugar desprotegido, elevado desde 1,80 metros se debe utilizar el arnés de seguridad.
- Siempre debe estar enganchado con los dos cabos de vida a una estructura sólida y rígida. Cuando el trabajador vaya a desplazarse, deberá engancharse con uno y desenganchar el otro.
- Se debe estar enganchado por sobre el hombro durante el trabajo y al desplazarse.
- Los cabos de vida no se usarán para ningún otro fin, se retirarán de servicio y serán destruidos al dañarse o haber sido sometido a cargas de servicios (caída del trabajador).

- **Amortiguador de impacto:** Accesorio a emplear en arneses de seguridad que permiten transferir la energía de una caída libre a un elemento que absorbe la fuerza del impacto por desaceleración y amortigua la caída.

#### 10. Consideraciones generales de mantenimiento de los elementos de protección de caída.

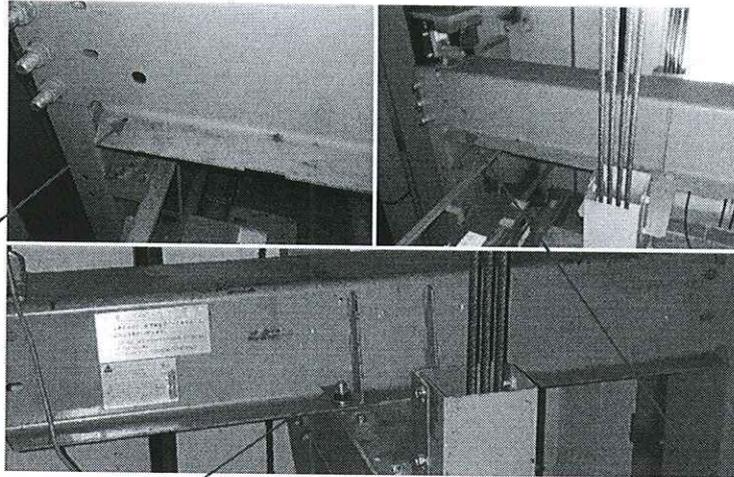
- No exponga el equipo a fuego, solvente, ácido ya que estos disminuyen la vida útil del arnés.
- Evite bordes cortantes, ángulos, cuñas calor excesivo.
- Si el equipo sufre una caída libre, deséchelo.

#### 11. Forma de uso del arnés de seguridad



## 12. Modelo y formas de enganche en ascensores.

- **Nexiez MR**

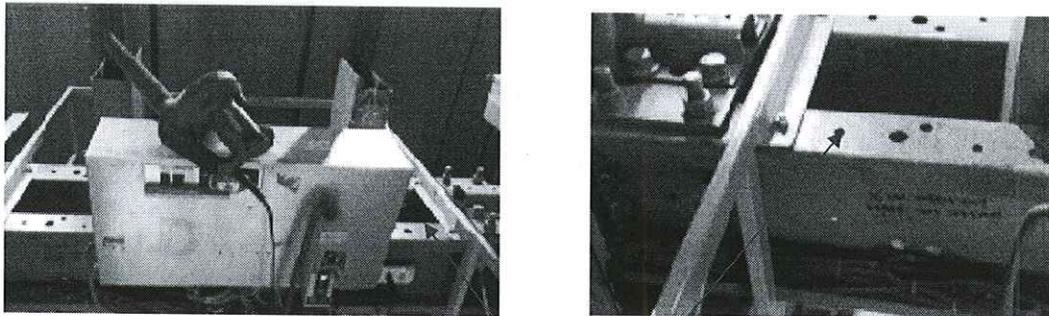


1- En este modelo de ascensores, el arnés de seguridad se deberá enganchar a las perforaciones que tiene el yugo del ascensor.

2- En ascensores que el yugo no cuente con perforaciones, se deberá proporcionar un cabo de vida adicional, para enganchar este al yugo y de esta manera engancharnos con el cabo de vida de nuestro arnés.

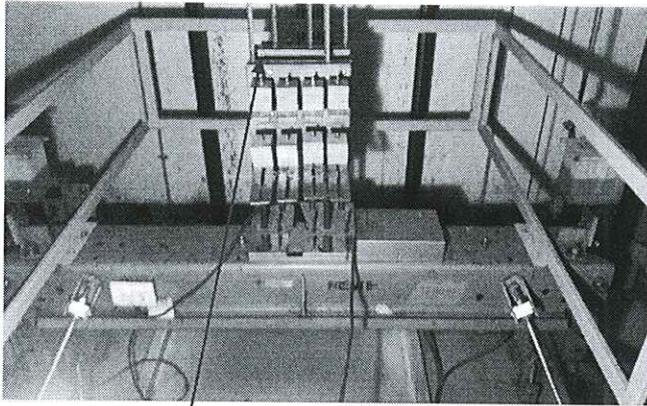
3- Cabe recordar que no hay probabilidad de atrapamientos con el arnés de seguridad, ya que se realizaron pruebas al respecto

- **Mitsubishi Nexiez**

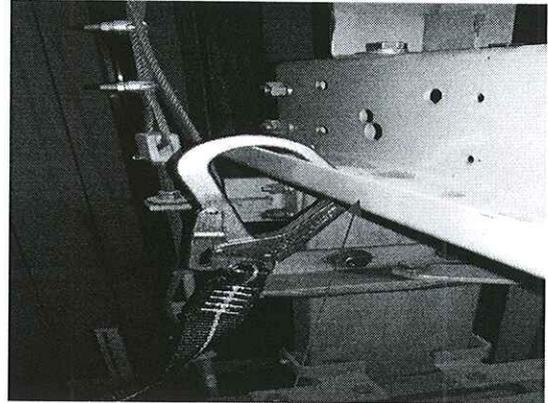


Para aquellos ascensores con polea sobre cabina (2 a 1), se deberá enganchar arnés de seguridad en yugo de ascensores como se muestra en la imagen.

- **Modelo Mitsubishi GPS3**

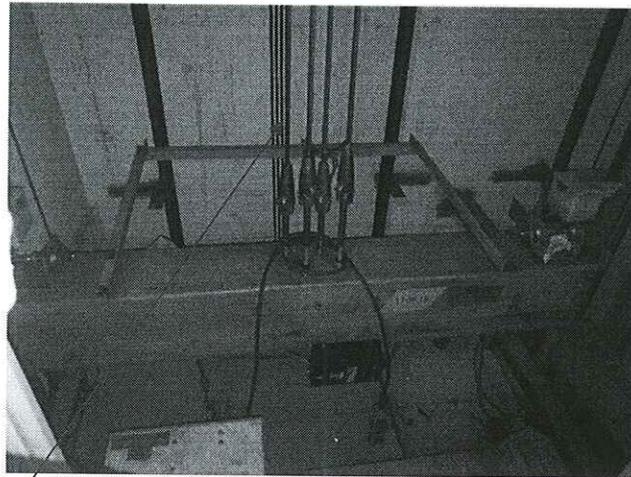


El Cabo de vida se deberá enganchar en los cables de tracción en todo momento



El Cabo de vida se deberá enganchar como opción en el yugo del Ascensor.

- **Modelo LG: DI1, DI2, LVP,MVP,IGBT**



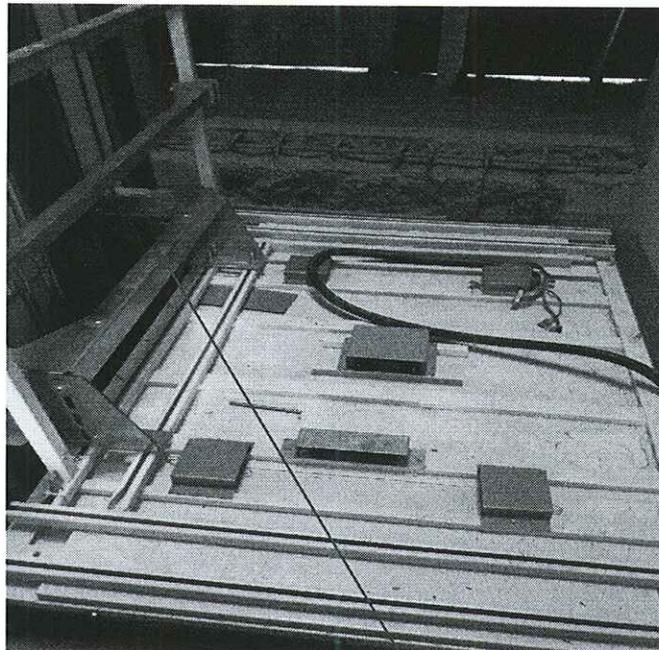
EL Cabo de vida se deberá enganchar en los cables de tracción en todo momento

- **Modelo DI4**



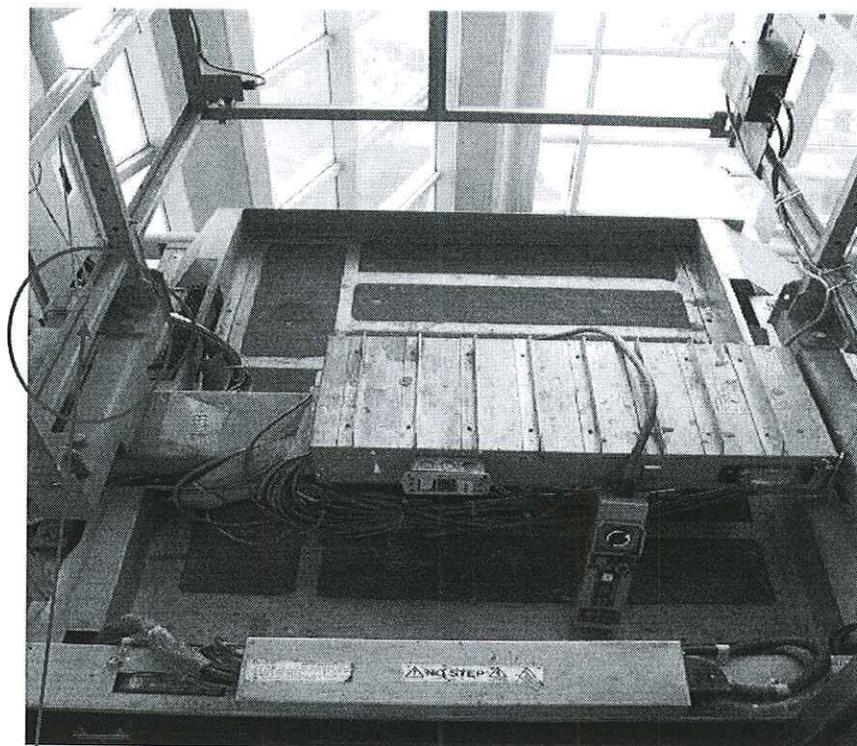
Para este modelo DI4 de ascensores, aprovecharemos las perforaciones que tiene el Yugo para enganchar nuestro cabo de vida, cabe señalar que por el tamaño de la cabina, no tenemos riesgos de atrapamiento del arnés de Seguridad, ya que no pasara por partes móviles del ascensor tal y como muestra la imagen.

- **Modelo Hidráulico GMV**



Para este modelo de ascensores, se deberá utilizar una eslinga o cabo de vida, que pase por la **arcata** del ascensor, de esta forma y con la eslinga o cabo de vida ya puesto, engancharemos nuestro arnés de seguridad,

- **Modelo Elenessa**



Para los modelos Elenessa o Ascensores sin sala de máquinas, el punto de sujeción o de enganche del cabo de vida, será en la parte central inferior de la baranda de seguridad (Como muestra la imagen), en este punto de la barrera es donde mejor está fijada, soportando así en caso de una posible caída