

La protección de las manos



Después de los ojos, las manos son probablemente la parte más importante del cuerpo en lo que se refiere a la ejecución de nuestro trabajo.

Las manos no tienen temor alguno, irán a cualquier lugar que se les envíe y actuarán tan inteligentemente como la persona a la que pertenecen.

A continuación, se mencionan algunas de las lesiones más comunes de mano y las medidas que se pueden tomar para evitarlas:

1.- Lesiones traumáticas: A menudo ocurren como consecuencia del uso descuidado de maquinaria o herramientas. Las manos y los dedos pueden resultar perforados, fracturados, rasgados o con cortaduras.



Para evitar estas lesiones, además de incluir el uso de protectores, guardas o cerraduras de seguridad a los equipos, se debe realizar la manipulación segura de las herramientas y equipos de trabajo.

2.- Lesiones por contacto: Estas lesiones resultan por el contacto con disolventes, ácidos, soluciones de limpieza, líquidos inflamables y otras sustancias que pueden causar quemaduras o lesiones a los tejidos.



Para evitarlas se debe usar los guantes de seguridad destinados para la manipulación de productos químicos, y realizar la manipulación correcta de estos.

3.- Lesiones por movimiento repetitivo: Estas lesiones ocurren a causa de la ejecución de tareas que requieren movimientos repetidos y rápidos de la mano por periodos prolongados. Por ejemplo, los trabajos de fabricación de ensamblaje o empaquetado.

Para evitar estas lesiones se deben cumplir con rutinas de trabajo que disminuyan la exposición prolongada del trabajador, como lo es la rotación del personal. Asimismo, la realización de pausas activas entre tareas es importante para evitar lesiones.



Recomendaciones

1. Nunca utilices accesorios en las manos, si por su actividad está expuesto a riesgos.
2. Utiliza siempre guantes de protección.
3. No utilices la mano como herramienta de trabajo.
4. Se debe ser consciente de los peligros y riesgos a los que se está expuesto en el área de trabajo.
5. Se debe priorizar la prevención de lesiones, y en caso ocurran siempre debe informar para evitar posibles complicaciones.