Charlas de cinco minutos para contratistas

Pack de veinte charlas de seguridad para dar al inicio del turno en **[nombre del sitio]**, a las cuadrillas de las empresas contratistas de **[Razón social de la empresa]**.

Cómo se da una charla

1. Elija la charla que corresponde a la tarea del día y léala antes.
2. Reúna a la cuadrilla al inicio del turno, en un lugar donde se escuche, sin máquinas funcionando.
3. Diga el punto en una frase, cuente lo que hay que saber con sus palabras y dé un ejemplo del propio sitio.
4. Haga la pregunta y espere las respuestas. Corrija con calma y sin dejar a nadie en evidencia.
5. Cierre con lo que se hace distinto hoy y quién lo controla.
6. Complete el registro de asistencia del anexo. Si surgió algo para resolver, anótelo y asigne quién lo resuelve.

La charla dura alrededor de cinco minutos. La planilla se firma después de darla y no la reemplaza.

1. Enganche en altura durante los traslados

El punto: el mayor riesgo de una caída está en los traslados, cuando se pasa de un punto de anclaje a otro.

- Pase de a un gancho con el doble cabo: siempre queda uno enganchado.
- Antes de engancharse, mire el punto: tiene que ser estructural, no una cañería.
- Cabo corto y sin flojedad: una caída corta golpea menos.
- Si no hay dónde engancharse, no se pasa: se avisa.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Dónde se engancha cada uno para cruzar de un lado al otro de hoy?

2. Techos frágiles

El punto: un techo de chapa traslúcida, de fibrocemento o con mucho óxido no aguanta a una persona.

- Un techo que no conoce se trata como frágil hasta que se demuestre lo contrario.
- Se camina por pasarelas y por las zonas indicadas, nunca por el medio de las chapas.
- Se mantiene el enganche mientras se está sobre el techo.
- Los huecos y los bordes se señalizan y se cubren o se protegen.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Cómo distinguimos desde arriba una chapa traslúcida de una común?

3. Escaleras portátiles

El punto: una escalera portátil se revisa antes de cada uso y no se usa como plataforma de trabajo.

- Antes de subir, mire los largueros, los peldaños y las zapatas.
- Apóyela sobre piso firme y parejo, con la inclinación que indica el fabricante.
- Suba y baje de frente, con tres puntos de apoyo, sin cargar nada en las manos.
- No se sube a los últimos peldaños ni se estira el cuerpo hacia el costado: se baja y se corre la escalera.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué miramos de la escalera antes de subir?

4. La tarjeta del andamio

El punto: un andamio se sube solo si la tarjeta del acceso dice que hoy está habilitado.

- Verde: habilitado. Amarillo: con una restricción escrita, que se lee y se cumple. Rojo o sin tarjeta: no se sube.
- Si la fecha de la última inspección es vieja, no se sube.
- Nadie retira una diagonal, una baranda o un anclaje para hacer lugar.
- Después de modificar el andamio, de un golpe o de una tormenta, se vuelve a inspeccionar.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué hacemos si falta una baranda en el lado por donde tenemos que trabajar?

5. Un candado por persona

El punto: nadie toca un equipo hasta que su energía está cortada, bloqueada y comprobada, con su propio candado.

- Cada persona que trabaja en el equipo pone su candado y guarda su llave en el bolsillo.
- Se corta la energía, se bloquea, se etiqueta y se comprueba que el equipo no arranca.
- El candado lo saca quien lo puso, nadie más.
- Si alguien no está, su candado sigue puesto hasta que se resuelve según el procedimiento.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Cómo comprobamos que el equipo realmente no puede arrancar?

6. Trabajo en caliente y guardia de fuego

El punto: una chispa llega a lugares que no se ven, y el fuego puede empezar mucho después de terminar el trabajo.

- Antes de soldar o cortar, se retira o se cubre todo lo que puede arder en el área.
- Una persona vigila con un extintor en la mano: es la guardia de fuego, y solo hace eso.
- Al terminar, la vigilancia sigue el tiempo que fija el procedimiento, y se revisa el lugar y los lugares de abajo.
- Los extintores se verifican antes de empezar: en su lugar y con la carga al día.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Adónde pueden caer las chispas de hoy, incluido el piso de abajo?

7. Nadie debajo de la carga

El punto: una carga suspendida puede caer. Nadie se ubica debajo ni dentro de su recorrido.

- Una sola persona da las señales al operador, y todos conocen las señales.
- El recorrido de la carga se despeja y se señaliza antes de levantar.
- Los elementos de izaje, como eslingas y grilletes, se revisan antes de usarlos.
- Si alguien entra a la zona, se detiene el izaje.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Quién da las señales hoy y cómo se detiene todo?

8. Autoelevadores y peatones

El punto: el autoelevador no frena de golpe ni ve lo que está al lado de la carga.

- Circule por las sendas peatonales marcadas y no por los pasillos de los equipos.
- Antes de cruzar, mire y haga contacto visual con el operador.
- Nunca pase por debajo de las horquillas ni se suba a ellas.
- En las esquinas ciegas, se espera y se escucha la bocina.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Por dónde pasa hoy cada uno entre el depósito y el sector de trabajo?

9. La hoja de datos de seguridad

El punto: antes de usar un producto químico, se lee su hoja de datos de seguridad: dice cómo protegerse y qué hacer si algo sale mal.

- Todo producto está en su envase original o con una etiqueta que dice qué es.
- La hoja dice qué protección personal usar, cómo guardarlo y con qué no mezclarlo.
- Un derrame se señaliza, se avisa y se limpia con el kit, nunca con lo que haya a mano.
- Si no sabe qué es un producto, no lo use.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué dice la hoja del producto que usamos hoy sobre qué hacer si nos cae en la piel?

10. Punto de reunión y salidas

El punto: en una emergencia no hay tiempo de pensar adónde ir: hay que saberlo antes.

- Ubique las salidas del sector y el punto de reunión: **[punto de reunión del sector]**.
- Al sonar la alarma, se deja la tarea, se apagan los equipos y se camina hacia el punto, sin correr.
- Se espera en el punto hasta que quien conduce la evacuación cuente a todos.
- No se vuelve a entrar hasta que se autorice.

Pregunta para la cuadrilla: Si suena la alarma ahora, ¿por dónde sale cada uno?

11. Orden y limpieza

El punto: una buena parte de las caídas y los tropiezos empieza con algo que quedó en el camino.

- Cables, mangueras y materiales no cruzan los pasillos, y si deben cruzar se cubren y se señalizan.
- Las herramientas vuelven a su lugar al terminar de usarlas.
- Los derrames se limpian en el momento, o se señalizan y se avisan.
- Los residuos van a su contenedor, y las salidas y los extintores quedan libres.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué hay hoy en nuestro sector que alguien podría tropezar al salir corriendo?

12. Uso del equipo de protección

El punto: el casco y el resto del equipo de protección se llevan puestos durante toda la tarea.

- Cada tarea tiene los elementos que le corresponden: se usan todo el tiempo que dura el riesgo.
- Se revisan antes de cada uso: un elemento dañado se retira y se pide uno nuevo.
- Un elemento que no es el adecuado para la tarea no se usa: se avisa.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué protección exige la tarea de hoy y quién tiene todo lo que necesita?

13. Herramientas eléctricas portátiles

El punto: una herramienta con el cable pelado o la ficha rota puede electrocutar, y no avisa.

- Antes de usarla, mire el cable, la ficha, la carcasa y el protector de la herramienta.
- No use herramientas con cables empalmados con cinta ni con las protecciones retiradas.
- Con humedad o lluvia, solo se usan herramientas y tomas aptas, con la protección eléctrica que indica el procedimiento.
- Se desenchufa antes de cambiar un disco o una mecha, tirando de la ficha y no del cable.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué miramos de la herramienta antes de enchufarla?

14. Zanjas y excavaciones

El punto: una zanja puede derrumbarse en un segundo, y quien está adentro no tiene tiempo de salir.

- No se entra a una zanja que no está protegida según el procedimiento: con talud o con entibado.
- El material extraído y las máquinas se mantienen lejos del borde.
- Se sale y se entra por una escalera o una rampa, no saltando.
- Antes de excavar, se confirman las instalaciones enterradas: cables, cañerías y gas.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Cómo sabemos que no hay un cable o una cañería enterrados donde vamos a cavar?

15. Espacios confinados

El punto: el aire de un espacio cerrado puede no ser respirable aunque no se vea ni se huela nada.

- No se entra a un tanque, una cámara o un silo sin permiso y sin medir antes la atmósfera.
- Siempre hay una persona afuera, vigilando y comunicada con quien está adentro.
- Nadie entra a rescatar a otro sin el equipo y la capacitación para hacerlo: quien entra sin ellos queda expuesto a la misma atmósfera.
- Ante una duda, se sale y se avisa.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Quién queda afuera hoy y cómo avisa si algo falla?

16. Atrapamientos y cortes en las manos

El punto: las manos son lo que más se lastima, y casi siempre por una distracción de un segundo.

- No se limpia ni se engrasa una máquina en marcha.
- Las protecciones de las máquinas no se retiran ni se puentean.
- Para cortar se usa la herramienta correcta, con el filo hacia afuera del cuerpo.
- Ropa suelta, anillos y pelo largo se recogen cerca de partes móviles.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué parte móvil de las máquinas de hoy podría atrapar una manga?

17. Calor, cansancio y descanso

El punto: una persona cansada, con calor o sin tomar agua se equivoca más y se da cuenta tarde.

- Con calor, se toma agua antes de tener sed y se hacen pausas a la sombra.
- Un mareo, una confusión o un dolor de cabeza fuerte se avisan: no se disimulan.
- Si una persona no durmió o no se siente bien, se lo dice al supervisor antes de subir o manejar.
- Nadie se burla de quien pide una pausa.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Cómo nos damos cuenta de que un compañero no está bien?

18. Avisar lo que se ve

El punto: un casi accidente se informa igual que un accidente, para corregir la causa antes de que alguien se lastime.

- Todo golpe, tropiezo, caída o situación peligrosa se informa al supervisor, aunque no haya lesionados.
- Se informa qué pasó, dónde y qué lo causó, sin buscar culpables.
- Lo que se informa se anota, y se avisa qué se hizo al respecto.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué situación riesgosa vieron esta semana y a quién le avisaron?

19. Leer y firmar el permiso de trabajo

El punto: el permiso de trabajo dice cómo hacer la tarea con seguridad. Se lee completo antes de firmarlo.

- Antes de firmar, lea qué tarea, dónde, desde cuándo y hasta cuándo.
- Verifique que están los elementos de protección y los controles que el permiso pide.
- El permiso vale para esa tarea, ese lugar y ese horario: si algo cambia, se detiene y se hace uno nuevo.
- Al terminar, se cierra: se deja el área limpia y en condiciones.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué dice el permiso de hoy que no podemos hacer?

20. Lo que cambió desde ayer

El punto: el sitio no es el mismo todos los días, y los peligros de hoy pueden no ser los de ayer.

- Recuerde lo que se vio en la última inspección y qué se hizo con lo que estaba mal.
- Cuente los cambios de hoy: sectores cerrados, desvíos, equipos nuevos, otras empresas trabajando cerca.
- Repase un incidente reciente del sitio y lo que se hace distinto desde entonces.
- Pregunte qué cambió desde el último turno de cada uno.

Pregunta para la cuadrilla: ¿Qué es distinto hoy en el sector respecto de ayer?

Anexo 1. Registro de asistencia a la charla

Fecha: Sitio:

Sector: Tema de la charla:

Dio la charla: Empresa:

Apellido y nombre	DNI	Empresa	Firma

Qué surgió para resolver: Quién lo resuelve:

Quien dio la charla (firma y aclaración) Supervisor del sector (firma y aclaración)

Una planilla por charla. Si el grupo es mayor, use otra hoja. La firma significa que la persona estuvo presente y escuchó la charla.