CrewSigned

Charla de seguridad sobre la electricidad

Lectura en voz alta de 5 minutos · Última revisión 24 de noviembre de 2026

La electricidad es una de las principales causas de muerte en la construcción, y no tienes que ser electricista para salir lastimado. Ayudantes, techeros, pintores, operadores de equipo y cualquiera que cargue una escalera o un tubo largo puede tocar una línea con corriente. Hoy vamos a ver cómo pasa eso y cómo lo evitamos.

La electricidad siempre busca un camino hacia la tierra. Si tu cuerpo se vuelve ese camino, la corriente pasa por ti. Hasta una cantidad pequeña te puede parar el corazón. La electricidad también causa quemaduras graves, y una descarga te puede tirar de una escalera o de un techo.

Las líneas eléctricas aéreas son el peligro más grande en muchas obras. No están aisladas para que las toques, aunque se vean forradas. Antes de empezar cualquier trabajo, averiguamos dónde están las líneas. Mantente por lo menos a diez pies de las líneas de hasta 50,000 voltios, y más lejos de las líneas más grandes. Esos diez pies cuentan para ti y para todo lo que cargues o muevas, como escaleras, tubos de andamio, canaletas, plumas y cajas de volteo levantadas. Si tenemos que trabajar más cerca, primero hay que hablar con la compañía de luz.

Las líneas enterradas también importan. Antes de excavar, las líneas se localizan y se marcan, y respetamos esas marcas.

En el suelo, fíjate en el equipo que conectas. Usa cables y herramientas con la pata de tierra completa. Revisa los cables antes de usarlos, buscando cortes, partes aplastadas o alambre expuesto. Usa protección contra fallas a tierra, ya sea un contacto GFCI o un GFCI portátil, con la corriente de la obra. Mantén los cables y las herramientas fuera del agua y no uses equipo eléctrico con las manos mojadas.

Solo las personas calificadas trabajan en circuitos eléctricos. Si hay que abrir un tablero, trabajar en un circuito o reparar un equipo, primero se corta la corriente y se bloquea, y alguien hace la prueba para confirmar que no hay energía. Trata cada cable como si tuviera corriente hasta que se haya probado.

Si alguien está recibiendo una descarga, no lo toques. Corta la corriente si lo puedes hacer sin riesgo. Si no, usa algo seco que no conduzca electricidad para separarlo de la fuente, y luego llama al 911. Si una máquina toca una línea aérea, aléjate de la máquina y del suelo a su alrededor, y mantén a los demás lejos.

Preguntas para el equipo

1. ¿Dónde están las líneas eléctricas aéreas y enterradas en este trabajo, y qué tan cerca vamos a trabajar de ellas?

2. ¿Qué cables, herramientas o tableros has visto en esta obra que se veían dañados o peligrosos?

3. Si alguien está recibiendo una descarga y no se puede soltar, ¿qué harías y qué no harías?

Norma de OSHA

29 CFR 1910.333, Selection and use of work practices
https://www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber/1910/1910.333

FUENTES

Electrical Hazards: Controlling Electrical Hazards (OSHA 3075): https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA3075.pdf
Electrical Safety QuickCard (OSHA 3294): https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA3294.pdf
OSHA Safety and Health Topics, Electrical: https://www.osha.gov/electrical
NIOSH, Electrical Safety: Safety and Health for Electrical Trades: https://www.cdc.gov/niosh/publications/

numbered/2009-113.html

Esta charla no reemplaza la capacitación que exige una norma de OSHA. Los textos se basan en publicaciones de OSHA y NIOSH, reescritas en lenguaje sencillo.

Hoja de asistencia a la charla de seguridad

TEMA

Charla de seguridad sobre la electricidad

EMPRESA

OBRA / SITIO

FECHA

HORA

PRESENTADOR

#	Nombre en letra de molde	Firma	Empresa / oficio
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			

Sin papel: dé esta charla y recoja firmas en el teléfono en crewsigned.com