CrewSigned

Charla de seguridad sobre puntos de pellizco

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

Un punto de pellizco es cualquier lugar donde una parte de tu cuerpo puede quedar atrapada entre dos objetos cuando por lo menos uno de ellos se está moviendo. Puede ser una máquina, una puerta, una carga, la compuerta de una camioneta o dos tramos de tubo. Los puntos de pellizco causan dedos aplastados, manos quebradas y amputaciones, y están por todos lados en nuestros trabajos.

Algunos son fáciles de ver, como los engranes, rodillos, bandas y cadenas de las máquinas. Otros son fáciles de pasar por alto. Piensen en la tapa de un contenedor de basura, la puerta de un camión, el espacio entre una carga y una pared, una tarima que se está bajando, una rampa con bisagra, un tubo que se baja a su lugar, o las mordazas de una prensa. Donde algo se cierra, rueda, se dobla o se columpia, hay un punto de pellizco.

La primera defensa son las guardas. Las guardas de las máquinas mantienen tus manos fuera de las partes en movimiento. Nunca quites una guarda, no la amarres abierta ni metas la mano por un lado. Si una guarda está dañada o falta, la máquina no se usa hasta que se arregle. Si tienes que destapar un atasco o darle servicio a un equipo, apágalo y bloquéalo. No metas la mano esperando que no arranque.

La segunda defensa es poner atención. Antes de agarrar o guiar algo, fíjate dónde van a quedar tus manos cuando deje de moverse. Mantenlas por fuera de la carga, no abajo ni en medio. Usa agarraderas, cuerdas guía, empujadores y herramientas para levantar, para que tus dedos no queden en el punto de contacto. Fíjate en las etiquetas que marcan las zonas de pellizco en el equipo.

La tercera defensa es la comunicación. Cuando dos o más personas mueven algo juntas, una persona da las indicaciones. Pónganse de acuerdo en cuándo levantar, cuándo parar y cuándo bajar. Nunca sueltes tu lado sin avisarle a la otra persona.

Los guantes protegen contra raspones y cortadas, pero no paran un aplastamiento. Y cerca de partes que giran, los guantes, la ropa suelta, las joyas y el pelo largo se pueden atorar y jalarte. Amárrate el pelo y quítate los anillos.

Por último, no te apresures. La mayoría de las lesiones por pellizco pasan en el medio segundo en que alguien mete la mano para acomodar o atrapar algo. Déjalo ir, para el movimiento, y luego arréglalo.

Preguntas para el equipo

1. Señala tres puntos de pellizco en el equipo o los materiales con los que trabajamos hoy.

2. ¿Qué guarda de nuestro equipo es la que más seguido se deja quitada o movida, y por qué?

3. Cuando dos personas mueven algo pesado juntas, ¿cómo nos aseguramos de que nadie se atore las manos?

Norma de OSHA

29 CFR 1910.212, General requirements for all machines
https://www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber/1910/1910.212

FUENTES

Amputations QuickCard (OSHA 3204): https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA-AMPUTATIONS.pdf
Amputations: Safeguarding Equipment and Protecting Employees from Amputations (OSHA 3170): https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA3170.pdf
OSHA Safety and Health Topics, Machine Guarding: https://www.osha.gov/machine-guarding

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 puntos de pellizco

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