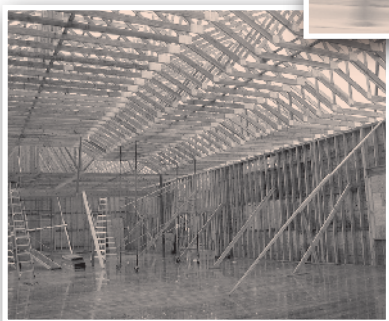


# Protección Contra Caídas

---

## Opciones para contratistas especializados



Departamento de Servicios para  
Consumidores y Negocios de Oregón,  
División de Seguridad y Salud en el Trabajo

# Acerca de esta publicación

---

**“Protección contra caídas: Opciones para los contratistas especializados”** fue producida por la sección de Normas y Recursos Técnicos de OR-OSHA y desarrollada por el Comité de Protección contra Caídas 502 de OR-OSHA.

Agradecemos a las siguientes personas por ofrecer su tiempo, comentarios y sugerencias. Un agradecimiento especial a Bob Harris y a La Asociación de Constructores de Viviendas (The Home Builders Association) por facilitarnos el lugar para trabajar en esta guía.

## Colaboradores

- Bob Harris, La Asociación de Constructores de Viviendas
- Bruce Phillips, OR-OSHA
- Dale Matlock, OR-OSHA
- Dan Freeburg, Cherry City Electric
- Darand Davies, Dallas Glass
- Dave Kaiser, Asociación Nacional de Electricistas
- Doug Plemons, Servicios de Seguro para Contratistas
- Joe Miller, Contratistas Generales Asociados
- Mike Mitchell, OR-OSHA
- Rocky Shampang, OR-OSHA
- Ron Haverkost, OR-OSHA
- Steve Hollis, McKenzie Scaffolding
- Tim Marcum, OR-OSHA
- Peggy Munsell, OR-OSHA

## Edición y revisión:

Lisa Morawski, DCBS Communications

## Composición y diseño:

Patricia Young, OR-OSHA

## ¿Tiene alguna pregunta o comentario?

Nos gustaría escucharlo. **Contacto:** Ellis Brasch, OR-OSHA (503) 947-7399, [ellis.k.brasch@state.or.us](mailto:ellis.k.brasch@state.or.us).

---

# Indice

---

Protección contra caídas —  
¿Es un problema para los  
contratistas especializados? . . . . . 2

¿Cuándo se debe proteger de  
las caídas a los empleados? . . . . . 4

Cómo controlar los riesgos de caídas . . . . . 5

Uso de métodos alternativos  
para prevenir caídas . . . . . 9

Opciones de protección de caídas  
para contratistas especializados. . . . . 11

**SEA CONSCIENTE  
DE LOS RIESGOS  
DE CAIDAS . . . . . center fold-out**

Preguntas frecuentes. . . . . 17

Normas importantes. . . . . 19

Términos importantes . . . . . 20

Notas . . . . . 22

---

# Protección contra caídas —

---

## ¿Es un problema para los contratistas especializados?

La mayoría de los contratistas saben que *los constructores de estructuras* y los *techadores* deben estar protegidos contra caídas, ¿pero qué hay de los demás trabajadores de la industria de la construcción que comienzan su trabajo *después* de que la estructura está hecha, las paredes levantadas y los pisos colocados? Tenga en cuenta estos ejemplos:

- **Los pintores** tienen que acarrear materiales mientras suben escaleras y andamios, pero también deben usar las manos para subir.
- **Los vidrieros e instaladores de tragaluces** tienen que mover materiales pesados por techos inclinados, pero también necesitan evitar caerse mientras manipulan estos materiales.
- **Los trabajadores de aislamiento** deben evitar caerse entre las vigas del cielorraso mientras colocan el aislamiento en los áticos.
- **Los instaladores de paredes de yeso** deben quitar las barandillas protectoras para colocar las planchas de yeso pero, sin ellas, quedan expuestos al riesgo de caídas.

## ¿Qué se puede hacer para proteger de las caídas a los empleados?

En esta guía usted aprenderá que la mayoría de los problemas de protección contra caídas se pueden resolver planificando cuidadosamente el proyecto, capacitando a los empleados para que trabajen de manera segura, haciendo cumplir prácticas seguras y utilizando métodos de protección contra caídas apropiados para cada trabajo.

---

**Los constructores de estructuras y techadores no son los únicos en la industria de la construcción que deben estar protegidos contra las caídas. Otros trabajadores que deben pensar en la protección contra las caídas son:**

- Colocadores de alfombras
- Trabajadores de la comunicación
- Instaladores de paredes de yeso
- Electricistas
- Vidrieros
- Instaladores de canalones
- Instaladores de sistemas de calefacción, ventilación y aire acondicionado (HVAC, por sus siglas en inglés)
- Trabajadores de aislamiento
- Paisajistas
- Albañiles
- Pintores
- Plomeros
- Instaladores de antenas parabólicas
- Trabajadores de metal laminado
- Trabajadores de revestimiento exterior
- Trabajadores de baldosas y piedras

---

## ¿Cuándo se debe proteger de las caídas a los empleados?

Por lo general, los empleados deben estar protegidos contra las caídas de una altura de 10 pies o más. ¿Las excepciones? Los empleados deben estar protegidos contra caídas de 6 pies o más si están expuestos a alguna de las siguientes situaciones:

- Agujeros y tragaluces en superficies sobre las que tienen que caminar/trabajar.
- Aberturas en las paredes y ventanas en las que la altura del umbral sea de menos de 39 pulgadas sobre el piso.
- Pisos establecidos, entrepisos, balcones y pasarelas que tengan lados y bordes sin protección.
- Excavaciones con bordes que no estén fácilmente visibles por plantas u otras barreras visuales.
- Pozos, fosas, pozos en edificios y excavaciones similares.

**Empleadores:** Su responsabilidad de proteger a los empleados va más allá de los requisitos de protección contra caídas de OR-OSHA para la industria de la construcción (en la Subdivisión 3/M de las normas de seguridad y salud de OR-OSHA). Si no puede proteger a sus empleados con uno de los sistemas o métodos de protección contra caídas que se describen en la Subdivisión 3/M, debe protegerlos con otro método.

---

## Cómo controlar los riesgos de caídas

Toda superficie elevada y sin protección sobre la que haya que caminar o trabajar constituye un riesgo de caída. La mayoría de los riesgos de caídas se pueden controlar planificando el trabajo cuidadosamente, capacitando a los empleados para que sepan trabajar de manera segura, y haciendo cumplir prácticas seguras con supervisión en el lugar de trabajo.

### Planifique el trabajo cuidadosamente

La planificación es el primer paso para controlar los riesgos de caídas. Antes de comenzar un proyecto, piense en los riesgos que enfrentarán sus empleados y en lo que usted puede hacer para mantenerlos a salvo. Al identificar los riesgos de caídas durante la etapa de planificación, usted tiene más probabilidades de usar métodos de protección contra caídas que mejoren el trabajo en lugar de interferir con el mismo.

#### Ejemplos de riesgos de caídas

- Un electricista tropieza y cae por el borde de un *balcón sin protección*.
- Un instalador de antenas parabólicas se resbala y cae por el *borde de un techo inclinado*.
- Un instalador de paredes de yeso que acarrea un panel de yeso da un paso dentro de una *abertura en el piso sin protección*.

---

## Tenga en cuenta factores como los que se describen a continuación al planificar su trabajo en el sitio:

- ¿Qué áreas del proyecto tienen más probabilidad de presentar riesgos de caídas?
- ¿Qué tareas podrían exponer a los empleados a riesgos de caídas?
- ¿Son las superficies para caminar/trabajar estructuralmente firmes y estables?
- ¿Cuántos empleados podrían estar expuestos a riesgos de caídas?
- ¿Con qué frecuencia harán los empleados tareas que los expongan a caídas?
- ¿Cómo accederán y se moverán por la estructura los empleados para hacer sus trabajos? ¿Se moverán en dirección horizontal, vertical o en ambas direcciones?
- Las barandas protectoras y coberturas para agujeros existentes ¿cumplen con los requisitos de la Subdivisión 3/M?
- ¿Hay anclajes para sistemas personales de detención de caídas que cumplan con los requisitos de la Subdivisión 3/M?
- ¿Saben los empleados cómo usar las escaleras portátiles de manera apropiada?
- ¿Se retirarán las barandas protectoras u otros sistemas de protección contra caídas para que los empleados de otros contratistas puedan hacer su trabajo? ¿Quién es responsable de asegurar que se vuelva a colocar el equipo de protección contra caídas?

Con una planificación adecuada y el equipo correcto, por lo general es posible contar con un medio físico para proteger a los empleados de las caídas. Un medio físico de protección contra caídas no permitirá que un empleado se caiga o evitará que el empleado golpee el suelo o un nivel más bajo si se cae. Algunos ejemplos son las barandas protectoras, sistemas personales de restricción y detención de caídas, andamios y plataformas aéreas.



## Capacite a los empleados para que trabajen de manera segura

Usted no puede suponer que sus empleados saben cómo protegerse de las caídas. Tal vez ellos no estén familiarizados con los riesgos de caídas en un nuevo lugar de trabajo o no sepan cómo protegerse hasta que usted los capacite. Independientemente del sistema o método de protección contra caídas que utilice, usted debe asegurar que los empleados sepan reconocer los riesgos de caídas y cumplan las prácticas de trabajo seguro. Los empleados deben recibir capacitación antes de comenzar las tareas que los puedan exponer a riesgos de caídas y antes de usar los sistemas o métodos de protección contra caídas.



*Usted debe documentar por escrito que los empleados recibieron capacitación y que saben qué sistemas o métodos de protección contra caídas usar, cómo usarlos y cuándo usarlos sin importar cuánta experiencia tengan. Anote el nombre de los trabajadores, las fechas de la capacitación y la firma del instructor.*

### Los empleados deben volver a recibir capacitación por cualquiera de las siguientes razones:

- No reconocen los riesgos de caídas.
- No comprenden los procedimientos que controlan los riesgos.
- Los cambios en el lugar de trabajo o en los sistemas o métodos de protección contra caídas hacen obsoleta la capacitación anterior.

---

## Haga cumplir prácticas seguras con supervisión en el lugar de trabajo

Los supervisores eficientes saben cómo motivar a los empleados y, cuando la disciplina es necesaria, saben cómo aplicarla de manera justa.

### Responsabilidades esenciales de los supervisores

- Verificar que los empleados hayan sido capacitados y puedan llevar a cabo el trabajo de manera segura.
- Revisar periódicamente el desempeño de cada uno de los empleados en materia de seguridad.
- Instruir, volver a capacitar o disciplinar a los empleados que no respeten las prácticas seguras en el trabajo.
- Supervisar de cerca a los nuevos empleados después de capacitados.
- Hacer que los empleados demuestren que pueden trabajar de manera segura antes de permitirles trabajar independientemente.

---

## Uso de métodos alternativos para prevenir las caídas

Siempre haga una planificación para eliminar o controlar los riesgos de caídas con un medio físico de protección contra caídas — uno que no permita que un empleado caiga o que evite que el empleado golpee el suelo o un nivel más bajo si se cae. Cuando un medio físico de proteger a los empleados es inviable o crearía un riesgo mayor, usted debe desarrollar métodos alternativos para minimizar el riesgo de caídas.

- Una persona calificada debe determinar las circunstancias específicas del lugar de trabajo que no permiten la presencia de un medio físico para proteger a los empleados y desarrollar métodos alternativos que minimicen el riesgo de una caída.
- Una persona competente debe supervisar a los empleados que utilicen los métodos alternativos.
- Los métodos alternativos deben reducir el riesgo de caídas.
- Los métodos alternativos se deben incorporar al proceso de trabajo de manera tal que los empleados puedan hacer sus trabajos con mínima exposición a los riesgos de caídas.

---

## Cuándo usar métodos alternativos

En resumen: los métodos alternativos que usted utilice deben reducir el riesgo de caídas al menor grado posible. Use métodos alternativos sólo cuando una persona calificada haya determinado que el uso de un medio físico para proteger a los empleados de las caídas no es posible o crearía un riesgo mayor al existente.

- El uso de métodos alternativos por mala planificación no es aceptable. Si usted planifica su proyecto cuidadosamente, puede proteger a los empleados de la mayoría de los riesgos de caídas.
- Usted debe ser capaz de explicar por qué los métodos alternativos que usa son más apropiados que un método físico de protección contra caídas para proteger a los empleados.
- Si piensa que no puede proporcionar un medio físico para proteger a los empleados de las caídas, llame a la oficina local de OR-OSHA para determinar si los métodos alternativos son apropiados.

## Opciones de protección contra caídas para contratistas especializados

### Trabajos en techos

Identifique los riesgos antes de comenzar el proyecto. ¿Habrá otras personas trabajando en el techo? ¿Cuánta



Fotografía: Level Rite LLC

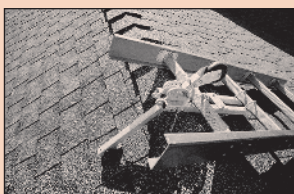
inclinación tiene el techo? ¿Cuál es la composición del material del techo? ¿Cómo subirán al techo los empleados? ¿Necesitarán manipular materiales pesados? ¿Cuánto tiempo estarán trabajando en el techo? ¿A qué distancia del borde del techo estarán trabajando?

### Opciones de protección contra caídas

- **Sistemas personales de detención y restricción de caídas:** Son opciones cuando hay disponible anclaje permanente o cuando se puede instalar anclaje temporal.
- **Sistemas de barandillas protectoras:** Se pueden colocar en el borde o en la superficie del techo, o pueden quedar sostenidas en su lugar por un sistema de contrapeso.

#### Accesorios útiles

**Dispositivos de anclaje para techos:** Existen fabricantes y distribuidores de dispositivos que se instalan fácilmente en los escalones de las escaleras portátiles y las aseguran al ápice del techo. Estos dispositivos facilitan el ascenso y trabajo en un techo inclinado.



Fotografía: Level Rite LLC

**Zapatos con tracción:** Use zapatos con tracción para asegurar un buen agarre en techos inclinados. Hay zapatos y suelas que se sostienen con correas para techos de metal, tablonos o tejas.



Fotografía: Korkers Footwear Inc.

- 
- **Andamios:** Se pueden levantar al borde del techo o a manera de “plataforma de ataje”. Las plataformas de ataje deben tener una barandilla protectora y tablón de pie estándares y extenderse por lo menos por 2 pies desde la cornisa del alero; la barandilla protectora se debe extender substancialmente sobre el plano inclinado del techo y evitar que una persona pase por encima o a través de las barras.
  - **Plataformas aéreas:** Son útiles en terreno estable y nivelado. Con la capacitación adecuada, un trabajador puede usar una plataforma aérea para llegar a áreas de difícil acceso cerca del alero de un techo.
  - **Guardas contra deslizamiento:** Sólo se pueden utilizar en techos con una inclinación de entre 3:12 y 8:12 y con una altura del suelo al alero de 25 pies o menos. Los techos con una inclinación de entre 3:12 y 6:12 deben tener por lo menos una guarda contra deslizamiento debajo del área de trabajo, que estén a no menos de 6 pulgadas del alero. Los techos con una inclinación de entre 6:12 y 8:12 deben tener múltiples guardas contra deslizamiento que estén a no más de 8 pies de distancia verticalmente. La guarda contra deslizamiento más baja debe estar por lo menos a 6 pulgadas del alero.

---

## Trabajos en áticos

El problema: Intentar moverse por un ático con espacio reducido para hacer un trabajo evitando caerse entre las vigas. Los espacios pequeños pueden hacer difícil el uso de un medio físico de protección contra caídas. Considere métodos alternativos

sólo cuando el uso de un medio físico para proteger a los empleados de las caídas no sea posible, o pueda crear un riesgo mayor que las otras opciones.

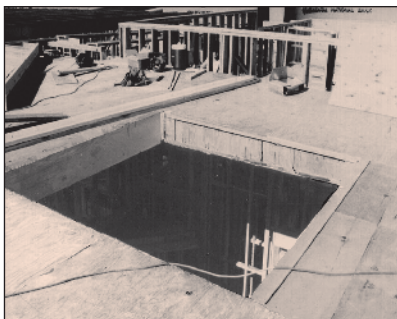


### Opciones de protección contra caídas

- **Redes de seguridad:** Pueden ser una opción para algunas aplicaciones.
- **Andamios:** Monte plataformas de andamios inmóviles o móviles debajo del área de trabajo.
- **Plataformas aéreas:** Pueden ser una opción cuando hay una superficie estable para la plataforma y espacio adecuado debajo del ático.
- **Sistemas de detención y restricción de caídas:** Sólo se deben utilizar si hay anclajes apropiados disponibles.

## Trabajos en pisos establecidos

Los empleados deben estar protegidos contra los agujeros no cubiertos en los pisos y los bordes no protegidos de entrepisos, balcones y pasarelas. Los agujeros y bordes de los pisos pueden representar riesgos inesperados para otras personas cuando las coberturas o barandas protectoras existentes se quitan y no se vuelven a colocar.



Use barandas protectoras o coberturas para evitar que los trabajadores se caigan por los agujeros del piso.

Recuerde que los empleados deben estar protegidos contra estos riesgos cuando se encuentren a 6 pies o más de un nivel más bajo. El contratista primario es por lo general el responsable de mantener los sistemas de barandas protectoras. Todos los empleadores son responsables de asegurar que sus empleados estén protegidos contra las caídas.

### Opciones de protección contra caídas

**Sistemas de barandas protectoras:** Las barandas protectoras son el método más efectivo para proteger a los empleados. Utilice barandas protectoras temporales hasta que puedan instalarse las permanentes. Los sistemas de barandas protectoras reutilizables y temporales facilitan la construcción de barandas

Los sistemas de barandas protectoras temporales facilitan la protección de los trabajadores.



Fotografía: Scott Collins, Time Frame Inc.

---

no empotradas para escaleras, rampas, pasarelas y balcones. Si los trabajadores necesitan retirar las barandas protectoras temporalmente, deben utilizar otro sistema o método de protección contra caídas hasta que vuelvan a colocar las barandas protectoras.

## Acceso a las áreas de trabajo

Los trabajadores por lo general usan las rampas, pistas y escaleras de acceso sin pensarlo a pesar de que éstas son responsables de un alto porcentaje de las lesiones relacionadas con caídas en los lugares de trabajo. Por ejemplo, las caídas de escaleras portátiles representan casi el 30 por ciento de las lesiones incapacitantes entre los trabajadores de la construcción, el porcentaje más alto de lesiones relacionadas con caídas de la industria.

**Rampas y pasarelas:** Las rampas y pasarelas deben tener por lo menos 18 pulgadas de ancho y soportar por lo menos cuatro veces el peso máximo que se tiene en mente. La pendiente máxima no puede exceder 1 pie vertical por cada 3 pies horizontales. Las rampas y pasarelas cuya pendiente exceda 1 pie vertical por cada 8 pies horizontales deben tener listones (travesaños) separados por no más de 14 pulgadas de distancia. Las rampas de acceso que se encuentren a 6 pies o más de un nivel más bajo deben tener barandas protectoras.

**Escaleras portátiles:** La mayoría de los accidentes con escaleras portátiles suceden porque los trabajadores no las colocan de manera correcta. Asegúrese de que la escalera esté estable y ubicada en el ángulo apropiado. Coloque las escaleras rectas de manera tal que la longitud útil de la escalera sea cuatro veces mayor a la distancia horizontal que existe desde la base de la escalera hasta la estructura. Nunca use una escalera de tijera que esté doblada y apoyada contra una estructura.

---

Evite usar escaleras portátiles para posicionar objetos pesados. El estar parado en una escalera mientras se jala o empuja una lámina de madera contrachapeada o una viga del suelo puede causar que la escalera se deslice y desestabilice. Los empleados también deben recibir capacitación para reconocer y minimizar los riesgos del uso de escaleras portátiles.

**Escaleras fijas:** Las escaleras que tienen cuatro o más escalones o que se elevan a más de 30 pulgadas, lo que sea menor, deben tener por lo menos un pasamanos y un *sistema de baranda de escalera* a lo largo de cada uno de los lados o bordes sin protección.

Un “sistema de baranda de escalera” es una barrera vertical colocada a lo largo de los lados o bordes sin protección de una escalera para evitar que los empleados se caigan. La superficie superior de un sistema de baranda de escalera también puede ser un pasamanos.



Fotografía: Safety Maker Inc.

Las barandillas temporales son fáciles de montar y desmontar.

# Preguntas frecuentes

---

## ¿A qué distancia del borde de una plataforma o suelo pueden trabajar los empleados antes de que sea necesaria la protección contra caídas?

La distancia debe eliminar la posibilidad de que un empleado tropiece y caiga por el borde sin protección. Tenga en cuenta factores como los siguientes: ¿Es inclinada, irregular o resbaladiza la superficie para caminar/trabajar? ¿Hay riesgos de tropiezos? ¿Hay viento, hielo, nieve o lluvia? ¿Podrían los empleados perder el equilibrio por jalar, empujar o cargar materiales? ¿Trabajan los empleados en escaleras portátiles ubicadas cerca del borde? ¿Caminarán los empleados paralela o perpendicularmente a un borde sin protección? ¿Podrían tropezar y caer por el borde? Los empleadores deben evaluar todos los factores relevantes para determinar la distancia de trabajo segura.

## ¿Pueden los trabajadores de otros oficios de la construcción (no techadores) usar una soga marcada o cinta de color para identificar las áreas de trabajo seguras cuando trabajen sobre un techo?

Otros trabajadores pueden usar una soga marcada o cinta de color para identificar un área de trabajo segura, pero ésta se debe encontrar lo suficientemente alejada del borde del techo para que sea físicamente imposible que un trabajador tropiece o dé un traspié en un borde sin protección.

## Preguntas frecuentes (continuación)

---

**¿Cuál es la altura mínima para la protección contra caídas cuando trabajadores de la industria de la construcción que no son techadores trabajan en el techo? ¿Seis o diez pies?**

La altura mínima de 10 pies para la protección contra caídas se aplica en las superficies elevadas que no están diseñadas para usarse regularmente como superficies para caminar/trabajar, como por ejemplo los techos. La altura mínima de 6 pies se aplica cuando los trabajadores están expuestos a:

- Agujeros en los pisos o techos
- Aberturas en las paredes
- Bordes sin protección en pisos establecidos, entrepisos, balcones y pasarelas
- Bordes de una excavación de 6 pies o más de profundidad

# Normas importantes

---

## **Protección contra caídas:** Subdivisión 3/M

- 1926.501, Obligación de tener protección contra caídas
- 437-003-1501, Protección contra caídas en general
- 1926.502, Criterios y prácticas de los sistemas de protección contra caídas
- 437-003-0503, Requisitos de capacitación

## **Andamios:** Subdivisión 3/L

- 1926.451, Requisitos generales
- 1926.452, Requisitos aplicables a tipos específicos de andamios
- 1926.453, Plataformas aéreas
- 437-003-0071, Plataformas aéreas de elevación propulsadas manualmente
- 437-003-0073, Plataformas de trabajo de elevación apoyadas sobre brazos
- 437-003-0074, Elevadores de tijera — Plataformas de trabajo de elevación autopropulsadas
- 1926.454, Requisitos de capacitación

## **Escaleras fijas y escaleras portátiles:**

### Subdivisión 3/X

- 1926.1051, Requisitos generales
- 1926.1052, Escaleras fijas
- 1926.1053, Escaleras portátiles
- 437-003-0065, Escaleras portátiles extensibles
- 1926.1060, Requisitos de capacitación

# Términos importantes

---

**Métodos alternativos** – Métodos desarrollados por una persona calificada que minimizan el riesgo de caídas. Todos los procedimientos, tareas y posicionamiento de los empleados deben asegurar que el trabajo se realice con una exposición mínima a los riesgos de caídas. Los métodos alternativos sólo se pueden utilizar después de que una persona calificada haya determinado que proveer un medio físico de protección contra caídas no es posible o crearía un riesgo mayor.

**Persona competente** – Alguien capaz de identificar riesgos existentes y predecibles en los alrededores o en las condiciones de trabajo de los empleados, y que tiene autorización para tomar medidas correctivas rápidas a fin de eliminar los riesgos.

**Piso establecido** – Todo piso en un edificio sobre el cual se han levantado paredes exteriores.

**Riesgo de caídas** – Una superficie elevada y sin protección para caminar/trabajar. Los riesgos de caídas son predecibles. Usted puede identificarlos y eliminarlos o controlarlos antes de que causen lesiones.

**Agujero** – Un hueco o vacío de 2 pulgadas o más que se encuentra en un piso, techo u otra superficie para caminar/trabajar.

**Riesgo mayor** – Cuando la instalación o uso de un medio físico de protección contra caídas representa un riesgo más severo que aquél al que, de otro modo, estarían expuestos los empleados que realizan el trabajo.

**Inviabile** – Cuando es tecnológicamente imposible proveer un medio físico para proteger a los empleados de las caídas, o cuando el hacerlo no permitiría llevar a cabo el trabajo.

---

**Abertura** – Un hueco o vacío de 30 pulgadas o más de alto y de 18 pulgadas o más de ancho en una pared o partición.

**Medio físico de protección contra caídas** – Un sistema o método de protección contra caídas que no permitirá que un empleado caiga o que evitará que el empleado se golpee en el piso o un nivel más bajo.

**Persona calificada** – Alguien que ha demostrado con éxito su habilidad para resolver problemas relacionados con el tema, trabajo o proyecto, mediante la obtención de un título, certificado o prestigio profesional reconocido, o que tenga gran conocimiento extensivo, capacitación y experiencia.

# Notas

---



# Servicios de Oregon OSHA

---

**OR-OSHA ofrece una amplia variedad de servicios para la salud y seguridad de empleadores y empleados:**

## Servicios de Asesoramiento

- Ofrece asistencia gratuita sobre salud y seguridad en el lugar de trabajo para ayudar a los empleadores de Oregon a reconocer y corregir problemas de salud y seguridad en sus lugares de trabajo.
- Proporciona asesoría en las áreas de seguridad, higiene industrial, ergonomía, programas de salud y seguridad en el lugar de trabajo, asistencia a nuevas empresas, el Programa de Reconocimiento por el Cumplimiento de Salud y Seguridad (SHARP, por sus siglas en inglés), así como el Programa de Protección Voluntaria (VPP, por sus siglas en inglés).

## Vigilancia

- Ofrece conferencias previas al trabajo para empleadores móviles en industrias tales como explotación forestal y construcción.
- Proporciona asistencia para eliminación de riesgos a empleadores que hayan recibido citaciones, también proporciona asistencia para el cumplimiento y asistencia técnica por teléfono.
- Inspecciona posibles violaciones de normas de salud y seguridad en el trabajo e investiga quejas y accidentes de salud y seguridad en el lugar de trabajo.

## Apelaciones, Conferencias Informales

- Proporciona a los empleadores la oportunidad de participar en reuniones informales con OR-OSHA para hablar sobre las preocupaciones de salud y seguridad en el lugar de trabajo.
- Explica las violaciones de salud y seguridad en el lugar de trabajo y los requisitos de OR-OSHA.
- Negocia acuerdos de conciliación para resolver citaciones impugnadas y las fechas de eliminación.

## Normas y Recursos Técnicos

- Desarrolla, interpreta y provee asesoramiento técnico sobre las normas de salud y seguridad.
  - Provee copias de todas las normas de salud y seguridad en el trabajo de OR-OSHA.
  - Publica manuales, panfletos y otros materiales para asistir en la implementación de las normas y programas de salud y seguridad.
  - Opera un Centro de Recursos que contiene libros, archivos tópicos, publicaciones periódicas técnicas, una biblioteca que presta videos y películas, y más de 200 bases de datos.
-

---

## Educación y Conferencias Públicas

- Lleva a cabo conferencias, seminarios, talleres de trabajo y foros sobre las reglas.
- Coordina y brinda capacitación técnica sobre temas tales como espacios confinados, ergonomía, bloqueo y etiquetado, y excavaciones.
- Provee talleres sobre la administración de programas básicos de salud y seguridad, comités de seguridad, investigación de accidentes y análisis de la seguridad en el trabajo.
- Administra el Programa de Subsidios para Educación y Capacitación en Salud y Seguridad, que otorga subsidios a grupos industriales y de trabajadores para desarrollar materiales de capacitación sobre salud y seguridad en el trabajo para los trabajadores de Oregón.

---

**Para obtener más información, llame a la oficina de OR-OSHA más cercana.** (Todos los números de teléfono son de voz y TTY.)

### Oficina del Centro de Salem

350 Winter St. NE, Rm. 430  
Salem, OR 97301-3882

**Teléfono:** (503) 378-3272

**Sin cargo:** (800) 922-2689

**Fax:** (503) 947-7461

**en Español:** (800) 843-8086

**Sitio Web:** [www.orosha.org](http://www.orosha.org)

### Portland

1750 NW Naito Parkway, Ste. 112  
Portland, OR 97209-2533  
(503) 229-5910  
*Consultas:* (503) 229-6193

### Salem

1340 Tandem Ave., Ste. 160  
Salem, OR 97303  
(503) 378-3274  
*Consultas:* (503) 373-7819

### Eugene

1140 Willagillespie, Ste. 42  
Eugene, OR 97401-2101  
(541) 686-7562  
*Consultas:* (541) 686-7913

### Bend

Red Oaks Square  
1230 NE Third St., Ste. A-115  
Bend, OR 97701-4374  
(541) 388-6066  
*Consultas:* (541) 388-6068

### Medford

1840 Barnett Road, Ste. D  
Medford, OR 97504-8250  
(541) 776-6030  
*Consultas:* (541) 776-6016

### Pendleton

721 SE Third St., Ste. 306  
Pendleton, OR 97801-3056  
(541) 276-9175  
*Consultas:* (541) 276-2353

---



*Oregon*  
**OSHA**

