



Tus manos, tu mejor herramienta de trabajo

Introducción

Las manos son una de las partes del cuerpo más expuestas a riesgos en el trabajo, ya sea en la industria, la construcción o cualquier otra actividad. Según la NOM-017-STPS-2008, el uso de equipo de protección personal es obligatorio en ambientes donde haya riesgos de lesiones en las manos. Sin embargo, la prevención va más allá del uso de guantes: se requiere capacitación, inspecciones y medidas de seguridad en el entorno laboral.

Información puntual

Las manos permiten realizar tareas esenciales en casi todos los sectores laborales. Sin embargo, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) reporta que las lesiones en manos y dedos representan un alto porcentaje de accidentes de trabajo. La prevención de estos incidentes es clave para mantener un ambiente laboral seguro.

Los principales riesgos que enfrentan las manos en el trabajo incluyen:

Cortes y laceraciones: comunes en la industria metalmecánica y carpintería.

Aplastamientos y atrapamientos: frecuentes en el manejo de maquinaria pesada.

Quemaduras térmicas o químicas: en actividades como la soldadura o el manejo de sustancias peligrosas.

Las normativas de seguridad establecen varios puntos clave para la protección de las manos:

Identificación de riesgos: La NOM-030-STPS-2009 sobre servicios preventivos de seguridad e higiene establece que cada empresa debe realizar un análisis de riesgos para determinar qué protección es necesaria.

Uso correcto de equipo de protección personal: La NOM-017-STPS-2008 indica que los trabajadores deben recibir guantes adecuados y capacitación para su correcto uso.

Mantenimiento de herramientas y maquinaria: La NOM-004-STPS-1999 exige que las máquinas cuenten con protecciones para evitar atrapamientos y lesiones.

Guantes

Además, la empresa debe proporcionar guantes adecuados, que varían según el tipo de riesgo:

Elegir el guante de seguridad correcto es fundamental para la protección de las manos en el trabajo. La NOM-017-STPS-2008 establece que los trabajadores deben utilizar equipo de protección personal (EPP) acorde a los riesgos de su actividad.

Cada material ofrece protección para distintos riesgos:

Guantes de cuero o carnaza: Protección contra abrasión y objetos ásperos (uso común en construcción y soldadura).

Guantes anticorte (kevlar, malla metálica o fibra de vidrio): Ideales para manejo de vidrio o metales afilados.

Guantes de látex, nitrilo o neopreno: Resistencia química y protección contra sustancias peligrosas.

Guantes dieléctricos: Para trabajos eléctricos, deben cumplir con la NOM-029-STPS-2011.

Guantes resistentes al calor (aluminizados o de fibras resistentes al calor): Para manipular objetos calientes en fundiciones o industrias de alta temperatura.

Cierre

El éxito profesional depende, en gran medida, de la capacidad de desempeñar las funciones sin riesgos. Las manos son una herramienta esencial, y protegerlas es una inversión en el futuro laboral. Cumplir con las normas de seguridad no solo es una obligación, sino un paso fundamental para garantizar el bienestar en el trabajo.

RECUERDA:

"TUS MANOS SON LA HERRAMIENTA MÁS VALIOSA QUE TIENES,
PROTÉGELAS HOY PARA SEGUIR CONSTRUYENDO TU FUTURO MAÑANA."

ConSeguridad

Elaborado por el Ing. Cesar Arenas