

CLASE 10/ ALBAÑILERIA



TEMA

La seguridad en la obra. Seguimos planificando la tarea

OBJETIVOS

- ✓ Comprender las medidas de seguridad en el lugar de trabajo.
- ✓ Conocer diferentes tipos de accidentes de trabajo y cómo prevenirlos.
- ✓ Realizar una exploración sobre los elementos de protección personal y otras medidas de seguridad complementarias.



DESARROLLO DE LA CLASE

En la secuencia constructiva que venimos desarrollando en el curso para la realización de una obra nueva, nos detuvimos en los preparativos para colocar la cubierta o el techo (*clase n°8*). En esta clase seguiremos planificando la tarea propuesta en la *clase n° 9*.

Sin embargo, a partir de esta etapa empezamos a trabajar en altura, lo que implica extremar las medidas de seguridad en la obra: necesitamos armar andamios, trabajar con escaleras, etc. Es por ello que vamos a comenzar a ver las **medidas de seguridad**.



MEDIDAS DE SEGURIDAD

Antes de iniciar cualquier práctica en la obra tenemos que tener en cuenta varias medidas de seguridad. Estas medidas de seguridad nos van ayudar a protegernos al momento de trabajar, evitar accidentes y saber qué hacer si sucede alguno. Tenemos que ser conscientes de que, por ejemplo, si trabajamos con ciertos cuidados al realizar esfuerzos, no tendremos consecuencias físicas en el futuro por un mal movimiento.



MEJOR PREVENIR QUE CURAR

Para comprender y reflexionar sobre este tema y saber, entre otras cosas, cuáles son los accidentes frecuentes, vamos a utilizar las recomendaciones ilustradas en el **Manual Práctico de la Construcción del Arquitecto Jaime Nisnovich**.

Luego de estudiar los accidentes frecuentes que tenemos que evitar, investigaremos sobre los elementos de protección de nuestro cuerpo: *cabeza, ojos, manos, pies, cintura, en sí, el cuerpo en general*.



Imagen 1: los accidentes

2A-2

CON LAS CAÍDAS: SOMOS FRÁGILES

CUIDADO

LAS CAÍDAS SON LOS ACCIDENTES MÁS COMUNES, PERO CON UN POCO DE ATENCIÓN Y ALGUNAS PRECAUCIONES SE PUEDEN EVITAR.



CUIDESE AL ACERCARSE A LOS BORDES DE LA LOZA.

LOS APUNTALAMIENTOS DEBEN ESTAR BIEN HECHOS.

LOS ANDAMIOS DEBEN SER ARMADOS CON DIAGONALES.

LAS PARANIDAS DEBEN CLAVARSE DEL LADO DE ADENTRO.

NO HAY QUE PARARSE EN LA PUNTA DEL TABLÓN.

LAS PUNTIAS SALIENTES NOS PUEDEN HACER CAER.

NO **SI**

EN LA OSCURIDAD O POR DESCUIDO ALGUIEN PUEDE CAERSE A UN POCO. ES FÁCIL CUBRIRLOS CON UNA TAPA RESISTENTE.

NO **SI**

SI TRABAJAMOS SOBRE TECHO DE LOZA CERÁMICA O SOBRE TECHO DE CHAPA DE FIERROCEMENTO SIEMPRE DEBEMOS CAMINAR SOBRE TABLONES, PORQUE PUEDE ROMPERSE UN LADRILLÓN O UNA CHAPA.

NO **SI**

ES POSIBLE UNA CAÍDA EN LA PUNTA DE LOS HIERROS. VIENE ACERCAR SUS EXTREMOS Y CUBRIRLOS CON UNA LA...



Imagen 2: cuidado con las caídas

MEJOR PREVENIR QUE CURAR

LOS ACCIDENTES

TEMA 2A

LE VAMOS A DAR ALGUNOS CONSEJOS PARA QUE USTED SE CUIDE Y CUIDE A LOS OTROS DE LOS ACCIDENTES QUE PUEDE HABER EN LA OBRA.

MUCHAS VECES VEMOS GENTE QUE HA SUFRIDO ACCIDENTES GRAVES A CAUSA DE ALGUNA PAVADA O POR UN DESCUIDO.

SE PUEDE PERDER TIEMPO, DÍAS DE TRABAJO, Y HASTA LA VIDA .O QUEDAR DISMINUIDOS O INCAPACITADOS.

POR ESO ES MEJOR NO SER DEMASIADO CONFADOS, NI CREERSE "SÚPERMAN", ASÍ QUE EMPECEMOS A CUIDARNOS.

NO



NO TRABAJE DESPUÉS DE TOMAR BEBIDAS ALCOHÓLICAS!

NO



TENEMOS QUE DOBLAR TODOS LOS ALAMBRES Y LAS PUNTAS DE HIERRO QUE NOS PUEDAN HERIR O LASTIMAR.

SI



SI SE DEBE USAR MARTILLO Y CLAVOS, SE DEBE USAR GUANTES DE PIEL PARA PROTEGER LAS MANOS.

NO



NO HAY QUE DEJAR MADERAS CON CLAVOS. CONVIENE SACAR LOS CLAVOS PORQUE LAS HERIDAS PUEDEN SER PROFUNDAS Y DOLOROSAS.

SI



SI SE DEBE USAR MARTILLO Y CLAVOS, SE DEBE USAR GUANTES DE PIEL PARA PROTEGER LAS MANOS.

NO



¡CUIDADO CON LOS VIDRIOS! USEMOS BOTELLAS PLÁSTICAS.

NO



CUIDEMOS QUE NO SE NOS CAIGAN COSAS DEL ANDAMIO.

NO



NUNCA TIENAMOS COSAS SIN MIRAR ADONDE.



Imagen 3: si hacemos malos esfuerzos nos podemos herniar.

CUIDADO

CON LOS ESFUERZOS: NOS PODEMOS HERNIAR

NO DAÑEMOS NUESTRA COLUMNA

UN ESFUERZO MAL HECHO PUEDE PROVOCAR DOLOR DE CINTURA (LUMBAR) Y ADÉMÁS ALGO MÁS PELIGROSO: UNA HERNIA DE DISCO. Y SI LA HERNIA DAÑA AL NERVO CIÁTICO PODEMOS PERDER MOVILIDAD EN LA PIERNA.



ENTRE LAS VÉRTEBRAS ESTÁN LOS DISCOS, QUE FUNCIONAN COMO AMORTIGUADORES SOPORTANDO LAS PRESIONES QUE RECIBE LA COLUMNA. TIENEN UNA CORTEZA FIBROSA Y UN NÚCLEO GELATINOSO



CON LOS AÑOS, LA CORTEZA SE AGRIETA ① Y SI HACEMOS MAL UN ESFUERZO EL NÚCLEO SALE HACIA ATRÁS ② AFRENTANDO AL NERVO CIÁTICO ③. ESTO ES MUY DOLOROSO Y PUEDE LLEGAR A LASTIMARLO

HAGAMOS LA FUERZA CON LAS PIERNAS



AGÁCHESE FRENTE A LA CARGA Y DOBLE LAS RODILLAS.



TOME FIRMEMENTE LA CARGA CON LOS BRAZOS ESTIRADOS.



LA ESPALDA RECTA Y EL PECHO INCLINADO HACIA ADELANTE.



LEVANTE LA CARGA SIEMPRE PEGADA AL CUERPO.



VAYA LEVANTANDO LA CARGA ENDEREZANDO LAS PIERNAS.



NO GIRE EL CUERPO, DÉ LA VUELTA CON LOS PIES.

APOYEMOS DESPACIO



NUNCA APOYEMOS TODA LA CARGA DE GOLPE.



PRIMERO UN BORDE, Y DESPUÉS BAJEMOS DE A POCO.

ASÍ NO



NUNCA LEVANTE ALGO HACIENDO FUERZA CON LA ESPALDA.



NUNCA ALCE NADA CON LAS RODILLAS APOYADAS EN EL PISO.

Imagen 6: primeros auxilios hasta que el médico intervenga

2A-6



PRIMEROS AUXILIOS

HASTA QUE EL MÉDICO INTERVENGA

¡ATENCIÓN!

CONFIRME CON SU MÉDICO ESTÁS INS-TRUCCIONES POR SI ALGUNA VEZ TUVIERA QUE UTILIZARLAS, EL AUTOR DE ESTE LI-BRO NO ES MÉDICO Y EN ESTE TEMA SE HA LIMITADO A TRANSMI-TIR DATOS SUMINIS-TRADOS POR ESPECIAL-ISTAS, NO HACIENDO, SE POR LO TANTO NI EL NI EL EDITOR RESPON-SABLES DE CUALQUIER ERROR U OMISIÓN.

SI ENTRÓ ALGO EN LOS OJOS

- SI LE ENTRÓ POLVO O ARENA:
- NO FREGAR
 - LAVAR CON MUCHA AGUA.
 - SI LA MOLESTIA SIGUE HAY QUE IR AL MÉDICO PORQUE SE LE PUEDE HACER UNA ÚLCERA, Y HASTA PERDER LA VISTA.
- SI LE ENTRÓ CAL O ÁCIDO
- HACER LO ANTERIOR
 - TRASLADAR INMEDIATAMENTE EL ACCIDENTADO AL MÉDICO SIN VENDAR LE LOS OJOS.

DESINFECTAR LAS HERIDAS

- PARA EVITAR LAS INFECCIONES ES IMPORTANTE:
- LAVAR LA HERIDA CON JABÓN COMÚN.
 - LIMPIAR CON AGUA OXIGENADA.
 - SECAR CON GASA
 - APLICAR ALCOHOL, PONER GASA ESTÉRIL Y VENDAR.
 - CONVIENE TENER APLICADA LA VACUNA ANTITETÁNICA PORQUE EL TETANO ES UNA ENFERMEDAD MORTAL QUE SE ADQUIERE POR LA CONTAMINACIÓN DE LAS HERIDAS.

CÓMO FRENAR UNA HEMORRAGIA

- CUANDO LA HERIDA SEA CON HEMORRAGIA:
- LAVE LA HERIDA CON AGUA.
 - CÚBRALA CON GASA O CON UN PAÑUELO LIMPIO
 - COMPRÍMALA HASTA LLEGAR AL SERVICIO MÉDICO.
 - SÓLO EN CASOS DE HEMORRAGIAS MUY IMPORTANTES, HAGA UN TORNIQUE EN EL EXTREMO SUPERIOR DEL BRAZO HERIDO Y VAYAN ENSEGUIDA AL MÉDICO.



HAY QUE SOLTAR EL TORNIQUE CADA 10 MINUTOS.

- SI NO SANGRA: SÁCARLO.
- SI SANGRA: VOLVER A COLOCARLO Y LLEGAR ANTES DE UNA HORA DEL ACCIDENTE A UN MÉDICO PARA EVITAR EL RIESGO DE AMPUTACIÓN.

NO TOCAR LAS QUEMADURAS

- NO TOCAR CON NADA Y APLICAR SOLAMENTE:
- QUEMADURA POR CALOR: CALMAR SUMERGENDO EN AGUA Y CONSULTAR AL MÉDICO
 - POR CAL, SODA CÁUSTICA O POTASA: LAVAR CON MUCHA AGUA Y PONER VINAGRE DILUIDO.
 - POR ÁCIDO MURIÁTICO: LAVAR CON MUCHA AGUA Y PONER AGUA CON BICARBONATO.

FRACTURAS Y LUXACIONES

- NO INTENTAR NUNCA VOLVER EL HUESO A SU LUGAR.
- INMOVILIZAR LA PARTE AFECTADA SIN COMPRIMIRLA (CON VENDAS Y CARTÓN O TABLAS).
- LLEVAR EL HERIDO INMEDIATAMENTE AL MÉDICO.



PRECAUCIONES ANTE POSIBLE FRACTURA DE COLUMNA

- LAS FRACTURAS DE COLUMNA SON MUY GRAVES. SI SE SOSPECHA QUE EL ACCIDENTADO TIENE LA COLUMNA FRACTURADA Y HAY DEBILIDAD, HORMIGUEO, PARÁLISIS O FALTA DE SENSIBILIDAD:
- ¡NO LO MUEVA!**
- SI PUEDE, ESPERE A QUE LLEGUE EL MÉDICO. SI ES INDISPENSABLE TRASLADARLO, DEBE HACERSE ASÍ:

CON MUCHÍSIMO CUIDADO SE LO COLOCARA SOBRE ALGO RÍGIDO (PUEDE SER UN TABLÓN) Y SE LO TRASLADARA EN EL PISO DE UNA CAMIONETA O ALGO SIMILAR; NUNCA SE LO TRASLADARA SENTADO!



ELECTROCUCIÓN

- TRÁTE DE SEPARAR A LA VÍCTIMA DE LA CORRIENTE CON ALGO SECO DE MADERA, MIENTRAS CORTAN LA ELECTRICIDAD.
- SI NO RESPIRA ACTÚE COMO SE INDICA EN EL CUADRO SIGUIENTE.
- SI HAY UNA QUEMADURA GRAVE, HASTA LLEGAR AL HOSPITAL HAY QUE DARLE 1 VASO Y MEDIO DE AGUA CON 3 CUCHARADAS DE BICARBONATO CADA 20 MINUTOS.

SI NO RESPIRA

- ACUÉSTELO CON EL PECHO LEVANTADO Y LA CABEZA ESTIRADA HACIA ATRÁS, Y COLOQUESE A LA IZQUIERDA DEL ACCIDENTADO.
- CON LA MANO IZQUIERDA TOMA DE ATRÁS EL CUELLO EMPUJANDO HACIA ARRIBA Y CON LA DERECHA CIERRELE LA NARIZ.



- SOPLE FUERTE DENTRO DE SU BOCA Y SEPARÉSE PARA QUE SALGA EL AIRE.
- REPITA ASÍ HASTA REANIMARLO.
- SI NO TIENE PULSO APRIÉTELE FUERTE EN EL MEDIO DEL PECHO CON RITMO DE LATIDOS, Y CADA 15 GOLPES SOPLE 2 VECES SI ES UN ADULTO.
- SI NO REACCIONA NO SE DA POR VENCIDO. TÓRNASE CON OTRA PERSONA. INSISTA

▣ SERVICIO DE EMERGENCIAS MÉDICAS / TELÉFONOS No: _____



Actividad



Luego de haber leído la ficha de clase, te proponemos :

I) Buscamos información en la web sobre:

- Los elementos de seguridad y protección de nuestro cuerpo que necesitamos para el trabajo.
- Elementos de seguridad complementarios para el momento de realizar esfuerzos físicos.
- Medidas de seguridad dentro de la obra para evitar accidentes de trabajo.
- Cómo son los andamios y elementos para trabajar en la altura y de qué forma nos aseguramos a ellos.

II) Reflexión individual

¿Cómo les parece que tienen que ser las condiciones de trabajo en una obra? (nos referimos a que lo cuenten según su criterio y en relación a la comodidad)

¡Nos leemos en el celular!



Recomendaciones para la resolución de la actividad

- ✓ Lee el texto de la clase y tomá algunas notas aparte, en una hoja o cuaderno.
- ✓ Con las notas que tomaste armá tu respuesta. Podés escribirla en el cuaderno, sacarle una foto de calidad y enviarla, y/o compartirla en formato digital.
- ✓ No dejes de leer lo que responden tus compañeros.



CIERRE DE LA CLASE

En esta clase comenzamos a ver la importancia de conocer y respetar las medidas de seguridad. El recorrido realizado por medio de las imágenes que presentamos, nos ha permitido ver posibles accidentes de trabajo, primeros auxilios, cómo evitar malos esfuerzos, etc.

Es importante realizar las actividades propuestas, ya que, con ellas vamos a seguir avanzando en este tema. Luego de que las hagamos, no te olvides de que se encuentra la **guía de autoevaluación**.



AUTOEVALUACIÓN

Como adelantamos en **la clase 1**, cada material va a tener un apartado de autoevaluación sobre lo que nos pareció cada clase y sobre cómo resolvimos las actividades. Nos interesan sus respuestas para mejorar cada clase y para que ustedes puedan hacer un repaso de lo aprendido antes de pasar a la siguiente clase. Por esta razón, les pedimos que **hagan click** en el siguiente link donde encontrarán un cuadro similar al de la clase 1. Allí podrán marcar las opciones que les parezcan.

<https://forms.gle/una5mzwyXSExMBq29>

AUTOEVALUACIÓN DE LA CLASE			
ACERCA DE LA CLASE	SÍ	NO	¿POR QUÉ?
¿Tuviste dificultades para acceder al material? (por el celular o por otros medios)			
¿Tuviste dificultades para leer el material escrito?			
¿Crees que hay relación entre el tema de la clase y la actividad propuesta?			
Otras observaciones que quieras realizar.			
ACERCA DE LAS ACTIVIDADES	SÍ	NO	¿POR QUÉ?
¿Te resultó complicado realizar la actividad?			
¿Tuviste dificultades para enviar tu actividad por WhatsApp?			
¿Te diste un espacio para revisar lo realizado antes de entregar?			
Otras observaciones que quieras realizar.			

¡Nos vemos en una semana! Hasta la próxima clase