



Protéjase
Equipo de Protección Personal



Cherie Berry
Comisionada de Trabajo



Protección para los Ojos y la Cara

- Los lentes de seguridad o caretas se usan siempre que las operaciones en el trabajo puedan causar que objetos extraños entren a los ojos. Por ejemplo, cuando esté soldando, cortando, puliendo, clavando o cuando esté trabajando con concreto y/o químicos peligrosos o expuesto a partículas que vuelan. Utilícelos cuando esté expuesto a cualquier riesgo eléctrico, incluyendo cuando trabaje en sistemas eléctricos energizados (vivos).
- Protectores para ojos y cara—se seleccionan en base a los riesgos anticipados. Cuando esté expuesto a químicos, use lentes de protección que le protejan de salpicaduras. Para objetos o partículas que vuelan, use lentes con protección lateral. Cuando esté soldando, use lentes con el factor de sombra adecuado.



Protección para los Pies

- Los trabajadores de la construcción deben utilizar zapatos o botas de trabajo con suelas resistentes a resbalones y perforaciones.
- El calzado con punta de metal es usado para prevenir que los dedos de los pies queden aplastados cuando se trabaje alrededor de equipo pesado u objetos que puedan caer.



Protección para las Manos

- Los guantes deben ajustar cómodamente.
- Los trabajadores deben usar los guantes correctos para el trabajo que van a realizar (ejemplos: guantes de goma de alta resistencia para trabajos con concreto, guantes para soldadura, guantes y mangas con aislamiento cuando esté expuesto a riesgos eléctricos).



Protección para la Cabeza

- Use cascos de seguridad donde haya potencial de que objetos caigan, golpes en la cabeza por objetos fijos o contacto accidental de la cabeza con riesgos eléctricos.
- Cascos de seguridad—inspecciónelos rutinariamente para detectar abolladuras, grietas o deterioro. Reemplácelos después de que hayan recibido un golpe fuerte o descarga eléctrica. Manténgalos en buenas condiciones.



Protección para los Oídos

- Use tapones para oídos/orejeras en áreas de trabajo con alto ruido donde se usen sierras de cadena o equipo pesado. Limpie o reemplace los tapones para oídos regularmente.
- Use la protección auditiva de una manera adecuada para asegurar su efectividad.

**Departamento de Educación, Entrenamiento
y Asistencia Técnica**

(919) 807-2875 • 1-800-625-2267 • www.nclabor.com

Printed 11/08

500 copies of this public document were printed at a cost of \$40, or \$.08 per copy.