

DEFENSA A DEFENSA

GRADAS, MANIJAS, Y PLACAS DE SOPORTE

Una guía creada por:
TBS Factoring Service

DEFENSA A DEFENSA

GRADAS, MANIJAS, Y PLACAS DE SOPORTE

...CREADA POR TBS FACTORING SERVICE

Con más de 50 años de experiencia sirviendo a los transportistas motorizados, TBS hace que la transportación sea fácil con tecnología de última generación y varios servicios que ayudan a los conductores a establecerse, seguir en conformidad, encontrar cargas, y con pagos rápidos. TBS sirve a miles de clientes a nivel nacional con soluciones simples y rápidas para el flujo monetario.

Ubicado en Oklahoma City y acreditado como uno de los mejores lugares para trabajar en Oklahoma, la familia de compañías de TBS impulsa el cambio para los negocios con nuestra dedicación a la transformación digital.



SEAMOS AMIGOS





ÍNDICE DE CONTENIDOS

Defensa a Defensa: Gradas, manijas, y placas de soporte	1
Capítulo 1: De una vuelta alrededor	2
Capítulo 2: Ayudas de entrada y salida	4
Capítulo 3: Entienda el sistema.....	5
Capítulo 4: Cómo mantenerse a salvo.....	8

DEFENSA A DEFENSA

GRADAS, MANIJAS, Y PLACAS DE SOPORTE

Choques con otros vehículos o accidentes de un solo vehículo pueden resultar en heridas graves a los conductores. Sin embargo, la mayoría de las heridas en la industria de transportación no involucran a los choques. Son los resultados de los accidentes de resbalones y caídas.

Los conductores trabajan en todo tipo de clima y en todas horas del día y la noche. El suelo puede ser helado y mojado. La iluminación frecuentemente es mala. El apuro para completar una tarea, los procedimientos inadecuados, y la pérdida de conciencia situacional puede resultar en caídas que causan heridas severas.

Esta guía tiene la intención de ayudar a los conductores a reducir—y con suerte, evitar—los accidentes más comunes de resbalones y caídas.

NO OLVIDE LA SEGURIDAD

Los resbalones y caídas pueden causar heridas como las torceduras, moretones, huesos rotos, heridas de la espalda, músculos y articulaciones tensos, contusiones, abrasiones y laceraciones. Frecuentemente, la consecuencia es una herida que incapacita al conductor y afecta su habilidad para hacer su trabajo. Esto resulta en días perdidos de trabajo.

Para el empleador, los accidentes de resbalones y caídas significan la pérdida de productividad y negocio, la indemnización de pagos médicos y las primas de seguro aumentadas. Adicionalmente, los resbalones y caídas son las causas primarias de las demandas de indemnización laboral.

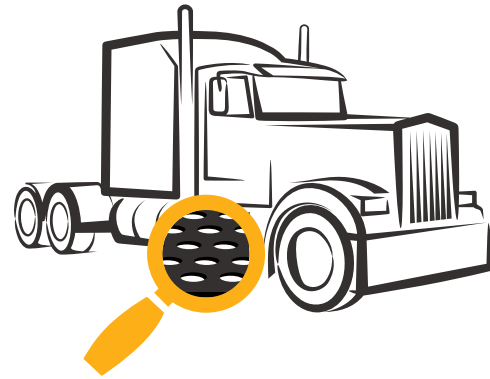
Los resbalones y caídas son los incidentes más comunes, pero también son los más prevenibles. En muchos casos, conductores pueden prevenir una caída y/o un resbalón por:

- Asegurarse de que las gradas, placas de soporte, manijas y barras, escaleras, pasadizos, etc., estén en buenas condiciones.
- Bajar y subir los vehículos cuidadosamente.
- Estar alerta y consciente de los peligros de resbalones y caídas.

El apuro o la falta de poner atención mientras entra o sale del vehículo es peligroso. Manteniéndose enfocado y incorporando precauciones de seguridad cada vez que entre/sale puede prevenir dolores y heridas innecesarias.



CAPÍTULO #1



DE UNA VUELTA ALREDEDOR

Las inspecciones de seguridad previa y después de un viaje deben empezar de una manera visual. En otras palabras, mientras se acerca al vehículo, busque cualquier cosa que no se mire bien. Adicionalmente, busque por peligros escondidos de los resbalones y tropezones alrededor del vehículo.

Mientras realiza la inspección, revise la condición de las gradas, placas de soporte, manijas y rieles, etc. La mejor practica es revisar físicamente la solidez de estas cosas con un esfuerzo moderado para asegurarse de que estén seguros. Para hacer esto, agarre la manija y pise la grada o placa/superficie.

Las gradas, manijas, y placas de soporte, etc., pueden crear problemas de seguridad si están oxidadas, desgastadas, torcidas, sueltas, o si tienen bordes filosos. Las escaleras torcidas o desgastadas reducen el rendimiento de cualquier característica resistente a los resbalones.

Limpie las escaleras, manijas, y placas de soporte, etc., si están cubiertas con lodo, grasa, aceite, diésel, u otros contaminantes. Estas condiciones pueden causar resbalones y caídas que resultan en heridas.

¡MIRE DEBAJO!

Los conductores deben acostumbrarse a mirar cuidadosamente por peligros antes de salir. Muchas heridas de resbalones son debidas a las condiciones inesperadas de la superficie del suelo. Los peligros pueden ser superficies resbalosas debido al lodo, nieve, o hielo; la grava suelta; baches; superficies desniveladas; materiales desechos y escombros, etc.

Adicionalmente, un conductor tiene que estar alerta por la fricción entre sus pies y el suelo. Si la fricción es débil – por ejemplo, en un trozo de hielo – un conductor podrá resbalar y caerse. Caerse torpemente en una superficie desnivelada puede resultar en heridas al tobillo y rodilla.



DE UNA VUELTA ALREDEDOR (CONTINUACIÓN...)

Condiciones ambientales como la nieve, hielo, lluvia, lodo, vientos fuertes, y hasta la condensación en las superficies pueden afectar el "rendimiento" de las gradas, manijas, placas de soporte, escaleras, pasadizos, etc., he incrementa la probabilidad de accidentes de resbalones y caídas.

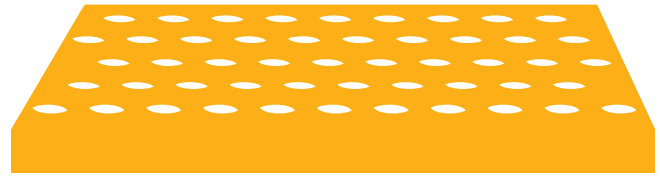
- El metal es resbaloso porque tiene una fuerza baja de fricción y tracción. Las superficies de metal se pueden volver lisas y resbalosas con el desgaste y extremadamente resbalosas cuando están mojadas, enlodadas, aceitosas, sucias, grasientas, etc.
- Las alfombras o cepillos instalados en las gradas se pueden congelar y pueden ser resbalosos en temperaturas heladas.
- La iluminación inadecuada de la parte trasera de la cabina o la iluminación mal posicionada puede causar resplandor o sombras que pueden incrementar el riesgo de una caída.
- Si un conductor usa diferentes vehículos en diferentes días, el/ella debe asegurarse de revisar la locación de las gradas y manijas antes de la entrada o la salida de cada vehículo.
- Arregle cualquier defecto o problema con las gradas, manijas, placas de soporte, etc., identificada durante la vuelta alrededor del vehículo cuando realice la inspección de seguridad.
- Establezca un sistema de inspección y reporte por todos los vehículos para poder reportar y corregir cualquier deficiencia o desgaste inmediatamente.
- Haga una cita para el mantenimiento preventivo para las gradas, placas de soporte, manijas, etc.

VÍSTASE APROPIADAMENTE

Para mantenerse a salvo mientras entra/salga de un vehículo, los conductores deben usar calzado con buen soporte para los pies y tobillos y que tenga plantas y tacones antideslizantes. El calzado también debe ser apropiado para las condiciones del clima, puntos de acceso, y otras tareas que el trabajo requiera.

La ropa suelta, rota, floja, o voluminosa debe ser usada con precaución porque se puede enredar en un vehículo he interferir con los puntos de acceso de la entrada/salida de vehículos.

CAPÍTULO #2



AYUDAS DE ENTRADA Y SALIDA

Según las investigaciones de la industria, las gradas ralladas proveen resistencia más alta contra los resbalones y son las mejores para quitar contaminantes. La grada de un camión debe tener superficies antideslizantes. Si no lo tiene, hágalo usted mismo por su propia seguridad. Usar las gradas con diseños resistentes a contaminantes y con material que se limpie por sí mismo reducirá el trabajo requerido para mantenerlos.

Las investigaciones también indican que la iluminación en las gradas del vehículo mejora la seguridad de la entrada/salida y la visibilidad cuando está oscuro. En adición a la iluminación en las gradas, las luces también deben iluminar el suelo junto a las gradas para que los conductores puedan inspeccionar el área antes de entrar o salir del vehículo.

Los focos y otras luces en la parte trasera del camión ayudan a la visibilidad del conductor cuando escalan las placas de soporte y/o cuando conecten las mangueras de aire y líneas eléctricas.

En adición a la iluminación para mejorar la visibilidad de las gradas, las trocas más nuevas también están incorporando gradas y escaleras con superficies antideslizantes que se desagüen por sí misma y que no retienen lodo, hielo o nieve. Los bordes cuadrículados y superficies perforadas reducen la probabilidad de resbalones mientras entre o sale de la cabina, especialmente durante el mal clima.

¡NO BRINQUE!

Nunca brinque desde un vehículo porque es peligroso. Brincar al suelo puede causar una herida de resbalón y caída. Adicionalmente, el cuerpo tiene que absorber el impacto. Frecuentemente, esto resulta en las heridas a la parte baja de la espalda, rodillas, y/o tobillos que pueden causarle incomodidad por mucho tiempo después de que se curen.

Mientras más alto brinque, más fuerte es la fuerza de impacto. Las investigaciones de la industria indican que brincar desde la grada más baja de un camión resulta en una fuerza de compresión de 1 a 1.5 por el peso del cuerpo; desde el nivel del piso del camión, 5 a 6 por el peso del cuerpo; y desde el nivel del asiento, 7 o más por el peso del cuerpo.

La fuerza de impacto se incrementa si el área de aterrizaje tiene una superficie dura en vez de una que es suave. Esto ayuda a disipar la fuerza de impacto.



AYUDAS DE ENTRADA Y SALIDA (CONTINUACIÓN...)



Considere añadir gradas, manijas, rieles, etc., a los tráileres y camiones. Comparadas con las cabinas de vehículos, los camiones y tráileres no tienen ayudas de entrada y salida apropiadas.

Todos las manijas y rieles (adentro y afuera de la cabina del camión) deben estar trabajando apropiadamente porque estas ayudas proveen estabilidad cuando el conductor entra o sale del vehículo.

Manijas y superficies de los rieles deben tener fricción fuerte porque esto reduce el riesgo de resbalones de las manos con guantes o sin guantes. Una fricción fuerte también maximiza el agarre en el caso de un resbalón.

Agarre las manijas con las dos manos para reducir las consecuencias de un resbalón.

Considere usar capas o acabados antideslizantes en áreas críticas o los antideslizantes de color en los bordes de las áreas de carga, gradas, portones traseros, etc.

A diferencia de los diseños tradicionales de las placas de soporte, las placas de soporte bajas están a nivel con los rieles de los marcos. Esto reduce el daño a las placas de soporte y aumenta la durabilidad.

FACTORES DE CAÍDAS

Cada año, los resbalones y caídas desde los vehículos cuentan un número significativo de los incidentes del lugar de trabajo de transportación. Algunos de los contribuidores principales son:

- Factores humanos, como la falta de seguir los procedimientos de seguridad de entrar/salir, el cansancio, falta de atención y el enfoque, etc.
- Instrucción, información, y entrenamiento ineficaz en cómo entrar/salir de un vehículo seguramente.
- Condiciones ambientales, como el hielo, nieve, o viento fuerte y condiciones mojadas.
- El mal diseño de un vehículo, incluyendo superficies con antideslizante inadecuado y la falta de puntos de acceso apropiados.
- El mantenimiento vehicular inadecuado, incluyendo el mal mantenimiento de las gradas, manijas/rieles, placas de soporte, escaleras, superficies, pasadizos, etc.
- La iluminación insuficiente o mal posicionado.
- El calzado inapropiado para el clima y el trabajo.

CAPÍTULO #3



①



②



③

ENTIENDA EL SISTEMA

Las gradas y manijas/rieles funcionan juntamente con el asiento, la cabina, y otras características del camión que forman un sistema de entrada y salida. Es primordial que los conductores los usen.

La causa más común de los resbalones y caídas desde los camiones es debido a los conductores dando por hecho las maniobras simples de la entrada y salida del vehículo y la falta de seguir el sistema de los tres puntos de contacto. Con este sistema, un conductor siempre esta mirando hacia el vehículo y mantiene tres de sus cuatro miembros en contacto con el vehículo a todo tiempo. Dos manos y un pie o dos pies y una mano. De esta manera, un solo miembro se esta moviendo en cualquier momento. Mantenga los tres puntos de contacto hasta que pueda llegar a la cabina, una plataforma estable, o el suelo sin peligro.

Debe solamente usar las manijas y gradas apropiadas para el soporte. No use los marcos de las puertas, bordes, o manijas de las puertas porque la puerta se puede mover y causar una caída. Igualmente, no use los tanques de combustible, llantas, defensas, ruedas, etc., porque las superficies redondeadas son resbalosas, especialmente cuando están mojadas.

CUATRO PIES Y TRES MIL LIBRAS

Caídas desde un vehículo tan bajo como cuatro pies pueden resultar en heridas serias y posiblemente hasta la muerte.

Considere esto: El tiempo de reacción de una persona normal es alrededor de la mitad de un segundo. En ese tiempo, una persona cae cuatro pies. A la vez, la gravedad jala a la persona hacia abajo y la velocidad aumenta rápidamente. La fuerza de impacto también incrementa.

Por ejemplo, un conductor que pesa 250 libras tendrá una fuerza descendente hasta 3000 libras cuando cae cuatro pies – cual es demasiado para el agarre de cualquier persona. Cuando una persona empieza a caer, ellos pararan solamente después de que se pega contra una superficie baja.

ENTIENDA EL SISTEMA (CONTINUACIÓN...)

Los tres puntos de contacto—un triángulo de puntos de estabilidad—proveen estabilidad y soporte máximo. Esto reduce la probabilidad de los resbalones y caídas. Si no cumple con esto, un conductor está inestable y puede perder su balance fácilmente, así que cualquier paso inestable o agarre inadecuado podría resultar en una caída. Adicionalmente, moviendo un solo miembro a la vez reduce el riesgo si uno de los otros miembros se resbala. Esto provee una mejor probabilidad de poder agarrarse antes de una caída.



①



②



③

Regulaciones de la Administración Federal de Seguridad de Autotransporte, Parte 399, Subparte L: Requisitos de gradas, manijas, y placas de soporte para los vehículos motorizados comerciales, 399.207, requisitos de acceso de camiones y tráileres, dice:

“Cualquier persona que entre o salga de la cabina, o que acceda a la parte trasera de un camión alto con la cabina sobre el motor será proveído con gradas y manijas suficientes, para permitir al usuario tener por lo menos tres miembros de contacto con el camión o tráiler en cualquier momento. Esta regla aplica a las posiciones intermedias y también a las transiciones entre las posiciones intermedias. Para permitir los cambios de la orden de escala, el diseño de las gradas tiene que incluir, por lo menos, una grada intermedia de tamaño suficiente para dos pies.”

La excepción a este requisito, escrita en la regulación dice: “Si las conexiones de aire y electricidad necesarias para conectar y desconectar el camión al tráiler son accesibles desde el suelo, las gradas, manijas y placas de soporte no son obligatorias para permitir acceso a la parte trasera de la cabina.”

Las investigaciones de la seguridad indican que:

- La mayoría de las heridas son debidas a los resbalones en vez de los tropezones, cuando un conductor sale de un vehículo.
- La mayoría de los incidentes que causan heridas son iniciadas por un resbalón de pie en vez de un resbalón de mano.

¡UY!

Los conductores que apuran la entrada/salida y fallan en usar el sistema de los tres puntos de contacto aumentan el riesgo de una caída. Siempre debe tomar precaución adicional cuando el clima está mojado, nevado, o helado.

Los conductores no deben apurar la salida de la cabina después de un largo viaje. En vez de eso, baje despacio para evitar el esfuerzo excesivo de un músculo. Mientras entre/sale, el movimiento debe ser despacio y estable para evitar un resbalón, caída, o golpe contra otros objetos.

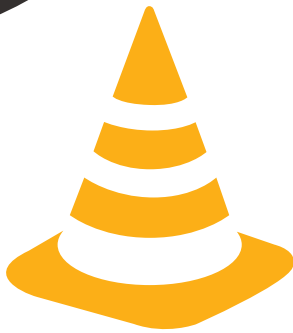
Algunos conductores salen mirando hacia en frente en vez de salir de reversa – con una sola mano en contacto con el camión. Otras personas brincan desde el camión. Los dos métodos son peligrosos.

CAPÍTULO #4

CÓMO MANTENERSE A SALVO

Tome las siguientes medidas para mantenerse a salvo cuando entre/salga del vehículo y para prevenir dolores y heridas innecesarios:

- Revise la condición de las manijas y rieles, los puntos de apoyo para el pie, gradas, escaleras, placas de soporte, plataformas, pasadizos, etc., durante su inspección previa y después de un viaje. Haga cualquier reparo necesario.
- Mantenga las herramientas, guantes, cepillos, el extinguidor de incendios, etc., en sus propios puestos y fuera del camino de la entrada/salida.
- Siempre entre/salga mirando hacia el vehículo, use los tres puntos de contacto, y tome tiempo adecuado cuando esté subiendo y bajando.
- Agarre las manijas firmemente con sus manos, no solamente con las puntas de sus dedos.



CALZADO APROPIADO

La clave para prevenir las caídas debidas a los resbalones, según los profesionales de seguridad, es la tracción adecuada entre el pie y la superficie en que camina. Si la fricción entre el zapato y la superficie de caminar es débil, será más fácil para resbalarse.

Lo más duro que es un tacón de un zapato, lo más resbaloso que es. Los tacones de cuero frecuentemente son muy resbalosos. Los tacones de goma suave generalmente proveen mas tracción.

Los profesionales de seguridad aconsejan usar calzado con tacones antideslizantes, totalmente cerrados, y ajustados bien al pie con los cordones. Los zapatos sueltos y con ajuste inadecuado proveen poca estabilidad y soporte. El calzado apropiado aumenta la comodidad y previene la fatiga. Esto mejora la seguridad.

Hasta los mejores zapatos de trabajo no pueden prevenir un resbalón o caída si no son usados o mantenidos apropiadamente. Manténlos libres de la tierra, lodo, y escombros excesivos.

Los zapatos no duran para siempre. Hasta los mejores calzados se tienen que reemplazar de vez en cuando.



CÓMO MANTENERSE A SALVO (CONTINUACIÓN...)

Otras recomendaciones de seguridad para la entrada/salida del vehículo:

- Para subirse o bajarse, no use las partes del vehículo que no son diseñadas como las manijas o puntos de apoyo para los pies.
- Use la almohadilla de su pie en las superficies de las gradas, no solamente las puntas de sus zapatos.
- Deje de usar los tres puntos de contacto solamente cuando haya llegado a la destinación deseada: el suelo, la cabina del vehículo, una plataforma estable, o el tráiler.
- Mientras entre/sale, el movimiento debe ser despacio y seguro.
- Use precaución adicional en las condiciones peligrosas del clima: mojado, lodoso, helado, o nevado.
- Busque por obstáculos y observe las condiciones del suelo antes de salir.
- No cargue cosas cuando este entrando/saliendo. Póngalas fuera del camino donde puede recogerlas después de entrar/salir.
- Nunca brinque desde un vehículo.

TODO ES USTED

Solamente USTED puede prevenir un resbalón o caída. No se convierta en una estadística de herida. Un conductor profesional de camiones sabe – y siempre practica – las normas de entrada y salida de un vehículo.

TBS FACTORING SERVICE, LLC

SIRVIENDO A LA INDUSTRIA DE TRANSPORTACIÓN DESDE 1968

VISITAR
TBSFACTORING.COM



LLAMAR
(800) 207-7661



TBS OFRECE

TARIFAS BAJAS

**CHEQUEOS DE CRÉDITO GRATUITOS
UN PROCESO DE INSCRIPCIÓN FÁCIL**

ADELANTOS DE COMBUSTIBLE

PROCESAMIENTO DE SU AUTORIDAD OPERATIVA GRATUITA

ASISTENCIA CON LOS PERMISOS Y CON LA CONFORMIDAD

AYUDA DE SEGURO

Y MUCHO, MUCHO MAS



Toda la información en este medio tiene el propósito únicamente para dar a conocer la información y no crea una relación legal con TBS Factoring Service, LLC, o con ninguna de sus entidades afiliadas. (colectivamente se conoce como "TBS") Tampoco constituye un contrato legal con TBS. Esta información está sujeta a cambios sin aviso previo. Mientras todo cuidado razonable previo se realice, TBS no garantiza la exactitud, la conformidad, la puntualidad, el rendimiento, o la aptitud para cualquier propósito particular de los contenidos de este medio, tampoco respaldamos o aceptamos ninguna responsabilidad de cualquiera de las opiniones, consejos, recomendaciones, u opiniones expresadas en este medio o cualquier material o fuentes que podrían ser citadas, enlazadas, o confiadas. En ningún caso TBS será responsable o sujeto, directa o indirectamente, por cualquier daño o pérdida causado por, o en conexión con, el uso o la confianza puesta en los contenidos, materiales, o servicios disponibles por medio de cualquier medio o recurso similar.