

➔ Tus **manos** son una importante **herramienta de trabajo**.
¡Protégelas usando **guantes** adecuados! ➔

empresaysalud.es
empresa sana, empresa rentable



En empresaysalud.es podrás encontrar más temas de salud laboral que pueden ser de tu interés.
Entra en empresaysalud.es y consúltalos

➔ Tus **manos** son una importante **herramienta de trabajo.** **¡Protégelas** usando **guantes** adecuados! ➔

Tus **manos** son **herramientas** perfectamente diseñadas con increíble fortaleza y habilidad. Son tus herramientas más valiosas, las partes del cuerpo más frecuentemente utilizadas, y por tanto, maltratadas, por lo que debes **protegerlas y cuidarlas**. Sin embargo, ciertos trabajos pueden dañarlas gravemente.

Además del desgaste y deterioro por el uso de herramientas y la manipulación de equipo pesado o áspero, las manos están expuestas a la intemperie, a productos químicos, suciedad, disolventes, combustibles, grasa, cortadoras, etc.

Sin embargo, se pueden prevenir muchas lesiones de las manos si les proporcionamos la protección apropiada.

Usa protección apropiada

Los guantes de piel pueden proteger tus manos en muchos trabajos. Pueden proporcionar protección al manipular materiales ásperos o abrasivos y te brindan mayor poder de sujeción. También pueden proteger las manos contra objetos puntiagudos, espinas y herramientas de corte. Algunos guantes tienen diseños especiales para proteger las manos contra los disolventes, productos de petróleo y muchos productos agroquímicos. Para mayor eficiencia en el trabajo, los guantes deben ajustarse correctamente. Los guantes demasiado grandes pueden interferir con el trabajo o pueden quedar atrapados en partes en movimiento y poner en peligro las manos.

La protección de las manos también puede incluir cremas específicas que se aplican antes de realizar el trabajo para protegerlas contra grasas, pinturas, productos químicos, etc. que producen dermatitis. Una **loción de manos** de buena calidad puede suavizar y humectar las manos reseca o agrietadas después del trabajo.

Protege las manos contra el peligro

Resulta clave aprender a detectar los peligros en el trabajo al manipular objetos puntiagudos, herramientas de corte, productos químicos, puntos de aplastamiento o equipo giratorio. Sigue siempre los procedimientos de seguridad. Aunque cada trabajo tiene sus propios peligros, siempre deben recordarse algunos **principios básicos de seguridad**:

- Estudia detenidamente cada trabajo antes de realizarlo, después trabaja cuidadosamente y deliberadamente.
- Mantén alejadas las manos de equipos giratorios y nunca uses tus manos para detener el movimiento de partes giratorias.
- Al levantar una carga, verifica que no tenga protuberancias, clavos, astillas, tornillos, flejes metálicos, vidrios rotos, etc.
- Cuida los dedos y las manos al bajar cargas pesadas, ya que podrían quedar atrapados.
- Mantén las manos alejadas de las cargas que se mueven por medios mecánicos.
- Nunca uses los dedos para probar la temperatura de gases, líquidos o maquinaria.