



Protección de los pies

Introducción

El propósito de esta charla es conocer los tipos básicos de riesgos que pueden afectar sus pies y entender lo que se puede hacer para protegerlos.

Información Puntual

Información básica:

Los pies cumplen dos funciones básicas pero importantes: son nuestro principal medio de movilización y ayudan a soportar nuestro cuerpo. Es importante que reconozcamos y controlemos los peligros potenciales que podría tener un impacto negativo en nuestros pies.

La **Norma de Protección de Pies OSHA estándar 29 CFR 1910.136**, exige que los trabajadores usen calzado con protección, cuando:

- Existe peligro de lesiones en los pies por la caída de objetos, objetos rodantes u objetos que perforan las suelas.
- Los pies de los empleados están expuestos a peligros eléctricos.

Riesgos para los pies:

- Compresión: el pie es presionado, aplastado o torcido.
- Pinchazo.
- Electricidad.
- Resbalo.
- Exposición a productos químicos.
- Temperaturas extremas.
- Humedad: la exposición repetida puede causar infecciones por hongos, etc.

Consejos para la protección de los pies:

- Seleccione un calzado apropiado para el trabajo.
- Use calzado resistente, que se ajuste y sea cómodo para el trabajo.
- Use calzado de seguridad donde sea necesario.
- Use calzado ó botas especiales para protegerse contra pinchazos, peligros eléctricos, productos químicos, exposición a temperaturas extremas, resbalos ó cuando trabaje en el agua.

- Use el calzado del modo en que fue diseñado para hacerlo (atando completamente los cordones, etc.), para recibir la máxima protección.
- No use calzado con defectos ó que no ofrece una protección total.
- No use sandalias u otros zapatos abiertos, excepto en áreas permitidas.
- Informe y busque tratamiento cuando identifique signos o síntomas de problemas en los pies, causados o agravados por el trabajo.

Cierre

La protección de los pies es usualmente pasada por alto como parte de la seguridad en el lugar de trabajo. ¡Cuide sus pies y ellos lo cuidarán a usted! Recuerde, los empleados tienen la mayor responsabilidad en el cuidado de sus pies.