

# REGLAS DE ORO PARA TRABAJOS EN VÍAS



## ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL (EPP) ESPECIFICOS PARA LA TAREA

- Utilice el equipo de protección personal entregado por el empleador y mantengalo en buenas condiciones.
- Debe ser capacitado para un correcto uso y conservación de los mismos.



## TRABAJO EN CALIENTE

- Siempre que realice trabajos que puedan generar fuegos o chispas (fuentes de ignición), tome las medidas necesarias para evitar incendios y/o explosiones.
- Disponer de un extintor acorde con el riesgo existente.
- Eliminar todo material combustible de la zona de trabajo.
- Antes de abandonar la zona verifique la ausencia de material incandescente



## USO DE MAQUINAS Y EQUIPOS

- No utilice ninguna máquina o equipo para el que no fue capacitado.
- Asegúrese que funcionen correctamente.
- Nunca desactive o anule los dispositivos de seguridad.
- No retire las protecciones de las mismas.



## PROHIBIDO EL CONSUMO DE ALCOHOL Y DROGAS

- No ponga en riesgo su vida o la de sus compañeros al acudir al trabajo bajo los efectos del alcohol o drogas.
- La tolerancia es CERO.
- Estas adicciones/enfermedades se tratan, solicite ayuda.



## INGRESO A ZONA DE VÍAS

- Realice el ingreso a zona de vías únicamente con la autorización del PUESTO CONTROL TRENES (PCT) o PUESTO CONTROL ZONAL (PCZ). No comience ningún trabajo sin dicha autorización.



## BLOQUEO DE ENERGÍA PARA TRABAJOS EN VÍA ELECTRIFICADA

- Cumpla con los procedimientos establecidos para la solicitud en el corte de corriente eléctrica.
- Verificar la efectiva falta de energía y la ausencia de energía residual, bloqueo y puesta a tierra del sector a intervenir.



## TRABAJO EN ZONA DE VÍAS

- Todas las tareas que se desarrollen en zona de vías deben contar con el análisis de riesgo correspondiente y estar previamente coordinadas y autorizadas por la jefatura.
- En zona de vías no corra, no salte, no camine sobre rieles, no coloque las manos/pies dentro de agujas, o partes móviles de "ADV", sin previa coordinación con la persona que opera los mismos.
- En presencia de tercer riel prestar especial atención al riesgo eléctrico.
- Durante el paso de un tren ubíquese usted, máquinas y herramientas fuera de la zona de gálibo y señalice con los elementos correspondientes la zona de trabajo.
- El encargado del trabajo designará el personal que se considere necesario para que cumplan la función de "Pitero o Vigia de Trenes" y den aviso de la proximidad de un tren a la zona de trabajo.



## IZAJE, CARGAS SUSPENDIDAS Y ACOPIO DE MATERIALES

- Efectuar el análisis de riesgo correspondiente.
- Realice los trabajos de izaje de cargas con los equipos apropiados y siga el procedimiento establecido.
- El operador deberá estar capacitado y autorizado para las tareas específicas que realiza y el equipo que opera.
- Planificar las operaciones de izado.
- Respetar la tabla de carga del equipo, no debe superarse nunca su capacidad.
- No coloque ninguna parte de su cuerpo debajo de la carga suspendida



## EVITE LESIONES POR SOBRESFUERZOS

- Emplee técnicas en las que fue capacitado para la manipulación de carga y rote en las tareas más exigentes físicamente.
- Utilice ayuda mecánica siempre que sea posible.
- Respete los límites máximos que se le haya indicado, para la manipulación manual de cargas.
- Es altamente recomendable realizar ejercicios de calentamiento antes de realizar estas tareas.



## TRABAJO EN ALTURA (PUENTES / ALCANTARILLAS)

- Efectuar el análisis de riesgo correspondiente.
- Debe estar capacitado y autorizado para realizar estas tareas.
- Nunca trabaje en altura sin disponer de un arnés amarrado a un punto de anclaje fijo y cuando sea necesario de protecciones colectivas que garanticen su seguridad.
- Verificar previo a cada uso el buen estado de los EPP, del sistema anticaída e identificar los puntos de anclaje.

Ante una situación insegura, **SUSPENDÉ LA TAREA. Es tu derecho y responsabilidad**