

PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS Y APUNTALAMIENTO

Son escasos los reglamentos, las leyes y las normas escritas para la protección contra caídas y el apuntalamiento en Canadá. Debido a la falta de reglamentos y normas directamente relacionados con la protección contra caídas y el apuntalamiento, es necesario utilizar la jerarquía de Control para la protección contra caídas al considerar cualquier proyecto de apuntalamiento de más de 10 pies. La información proporcionada se puede utilizar para proteger a los trabajadores que deben instalar, mover y desmontar proyectos de apuntalamiento en todo Canadá.

El Centro de Salud y Seguridad en el Trabajo de Canadá afirma lo siguiente:

¿Qué hay que tener en cuenta cuando se realizan trabajos en altura?

Los lugares de trabajo que identifiquen cualquier riesgo de lesión debido a una caída desde cierta altura deben implementar un plan de protección contra caídas que describa la gestión del trabajo en altura. Estas políticas y procedimientos pueden cubrir una amplia gama de elementos, como el uso de cualquier equipo de protección contra caídas, o el montaje, mantenimiento, inspección, uso y desmontaje de equipos como escaleras, andamios o plataformas utilizadas para trabajar en altura. Los empleadores deben considerar la jerarquía de control al seleccionar el método más seguro. En este documento, se incluye información sobre la jerarquía de control para la protección contra caídas. Consulte la “Jerarquía de control” de OSH Answers para obtener información general.

TENGA EN CUENTA que pueden ser necesarios otros requisitos que no se analizan en este documento. La aplicación de la jerarquía de control para trabajos en altura puede ser compleja. Consulte siempre la legislación que se aplica a su situación y a su jurisdicción para obtener información completa. La siguiente información se ofrece meramente como orientación.

¿Cómo se puede eliminar el trabajo en altura?

El método de control más eficaz es eliminar la necesidad de trabajar en altura.

Los ejemplos incluyen los siguientes:

- Diseñar la obra (estructural o mecánicamente) para eliminar la necesidad de trabajar en alturas
- Proporcionar una plataforma o suelo estable
- Mover el elemento a un nivel que no esté a cierta altura (por ejemplo, paneles de control)
- Usar robots, cámaras o drones para la limpieza e inspección de equipos
- Bajar el objeto al suelo (por ejemplo, luces que se pueden bajar con una cuerda o cadena)
- Utilizar un dispositivo que permita manipular el material desde una ubicación segura (por ejemplo, un palo extendido para alcanzar áreas más altas en lugar de usar escaleras para pintar o cambiar bombillas)

¿Qué controles de ingeniería se pueden aplicar para reducir el trabajo en altura?

Los controles de ingeniería son métodos que se incorporan al diseño de una planta, equipo, materiales u otros aspectos del entorno de trabajo físico. Por ejemplo, las barandillas son sistemas estacionarios o fijos (permanentes) que se utilizan para proteger a los trabajadores. El sistema es un control de ingeniería porque no depende de que el trabajador esté capacitado para usar o llevar puesto un sistema de protección contra caídas.

Otros ejemplos de controles de ingeniería incluyen los siguientes:

- Colocar una tapa sobre un agujero
- Usar andamios fijos o de suspensión
- Usar plataformas elevadoras móviles de trabajo

¿Qué controles administrativos se pueden aplicar?

Los controles administrativos pueden incluir políticas y reglas en el lugar de trabajo que instruyan a los trabajadores sobre los métodos de protección contra caídas. Algunos ejemplos de controles administrativos para la protección contra caídas incluyen los siguientes:

- Políticas y procedimientos en el lugar de trabajo para gestionar el trabajo en altura, incluidas prácticas de seguridad en el trabajo, procedimientos de rescate de emergencia, monitoreo del clima, etc.

- Advertencias: capacitar y supervisar al personal para que no cruce líneas de advertencia ni ingrese a zonas inseguras.
- Zonas de acceso controlado
- Montaje de componentes en el suelo para minimizar el tiempo empleado en trabajos en altura (por ejemplo, montaje de tirantes de techo en el suelo antes de izarlos)

Ejemplos de equipos de protección personal

El equipo de protección personal incluye varios métodos, entre ellos los siguientes:

- **Sistema de restricción de desplazamiento:** Un sistema de restricción de desplazamiento restringe los movimientos de los trabajadores en el área de riesgo de caída, permitiéndoles alcanzar el borde, pero impidiendo que caigan por él. La restricción de desplazamiento se utiliza a menudo para trabajos de vanguardia que tienen un piso, techo, cubierta u otra superficie para caminar o trabajar sin protección.
- **Detención de caídas:** El sistema de detención de caídas está diseñado para atrapar al trabajador en caso de una caída. Si el sistema de detención de caídas no está planificado, diseñado e instalado adecuadamente, el trabajador puede sufrir lesiones durante la caída, incluida la posibilidad de hacer tope (contacto con superficies u objetos que se encuentran debajo).
- **Redes de protección:** Las redes de protección se consideran un sistema pasivo de protección contra caídas, que puede instalarse como barrera para evitar una caída o debajo del sitio de trabajo para atrapar a un trabajador que se cae. Las redes de protección están diseñadas para disminuir la distancia de caída, absorber la energía de una caída y reducir la probabilidad o gravedad de una lesión.

Las leyes de seguridad y salud ocupacional generalmente requieren que se tomen medidas cuando existe la posibilidad de que un trabajador caiga aproximadamente 3 metros (10 pies). En la mayoría de los casos, se requiere protección contra caídas en los siguientes casos:

- cuando no están disponibles o no son posibles otros medios de protección contra caídas, como barandillas.
- cuando se trabaja a una altura de 3 metros o más (áreas de trabajo permanentes y/o temporales).
- cuando se trabaja a una altura inferior a 3 metros con una superficie debajo que podría causar una lesión mayor que la simple caída (por ejemplo, maquinaria; riesgo de ahogamiento en agua u otro líquido; tanques, cubas o pozos abiertos que contengan materiales peligrosos; materiales que puedan moverse).
- cuando un trabajador puede caerse a través de una abertura en la superficie de trabajo.
- cuando se determina que es necesaria la protección contra caídas.

A continuación se muestra una tabla a modo de orientación que enumera las situaciones comunes en las que se requiere protección contra caídas.

TENGA EN CUENTA que pueden detallarse otros requisitos en otras secciones, reglamentos o leyes que no figuran en esta tabla. Para más detalles, consulte directamente la legislación.

Consulte siempre la legislación que se aplica a su situación y a su jurisdicción para obtener información completa.

Centro de Salud y Seguridad en el Trabajo de Canadá

Jurisdicción	Ley, reglamento, etc.	Extractos de requisitos generales
		(Para obtener más detalles, consulte directamente la legislación).
Federal (Canadá)	Reglamento de Seguridad y Salud Ocupacional de Canadá (Canada Occupational Safety and Health Regulations), SOR/86-304, secciones 12.01 a 12.09	12.07 (1) Sujeto a la subsección (2), un empleador debe proporcionar o implementar un sistema de protección contra caídas si el trabajo se va a realizar (a) desde una estructura o en un vehículo a una altura de 3 m o más; (b) desde una escalera a una altura de 3 m o más si, debido a la naturaleza del trabajo, la persona que lo realiza no puede usar al menos una mano para sujetarse de la escalera; o (c) a una altura de menos de 3 m si la superficie sobre la cual la persona podría caer supondría un riesgo mayor de lesión que una superficie sólida y plana.

Alberta	Código de Seguridad y Salud en el Trabajo (Occupational Health and Safety Code), 191/2021 Parte 9, Protección contra caídas, Secciones 138 - 161	Sección 139 - Protección general 139. (1) Un empleador y un supervisor deberán garantizar que un trabajador esté protegido contra caídas si el trabajador pudiera caer, (a) en un área de trabajo temporal o permanente, una distancia vertical de 3 metros o más, (b) en un área de trabajo temporal o permanente, una distancia vertical de menos de 3 metros si existiera una posibilidad inusual de lesión, (c) en un área de trabajo temporal o permanente, dentro o sobre una sustancia u objeto peligroso, o a través de una abertura en una superficie de trabajo, o (d) en un área de trabajo permanente, una distancia vertical de más de 1.2 metros y menos de 3 metros.
----------------	--	--

Columbia Británica	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (Occupational Health and Safety Regulations), B.C. Reg. 296/97 Parte 11, Protección contra caídas, Secciones 11.1 a 11.10	Sección 11.2: Obligación de utilizar protección contra caídas 11.2 (1) Salvo que se disponga lo contrario en el presente Reglamento, el empleador deberá garantizar que se utilice un sistema de protección contra caídas cuando se trabaje en un lugar (a) desde el que pueda producirse una caída de 3 m (10 pies) o más, o (b) donde una caída desde una altura inferior a 3 m suponga un riesgo de lesión mayor que el riesgo de lesión por el impacto contra una superficie plana.
Manitoba	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (Workplace Safety and Health Regulation), Man. Reg. 217/2006 Parte 14, Protección contra caídas, Secciones 14.1 a 14.29	Sección 14.1, Aplicación 14.1 (1) Esta Parte se aplica a todos los lugares de trabajo donde exista riesgo de caída de un trabajador (a) una distancia vertical de 3 m o más; (b) una distancia vertical de menos de 3 m donde exista un mayor riesgo de lesión debido a la superficie o al elemento sobre el cual el trabajador podría caer; (c) sobre maquinaria en funcionamiento o partes móviles de la maquinaria; (d) sobre agua u otro líquido; (e) sobre o dentro de una sustancia u objeto peligroso; (f) a través de una abertura en una superficie de trabajo; o (g) una distancia vertical de más de 1.2 m desde un área utilizada como espacio de circulación para una carretilla o equipo similar.
New Brunswick	Reglamento General – N.B. Reg. 91-191 Parte VII, Equipo de Protección, Secciones 49 a 51	Sección 49: Sistema de protección contra caídas 49. (1) El empleador deberá proporcionar un sistema de protección contra caídas, que el empleado deberá usar continuamente, toda vez que el empleado trabaje desde (a) un área de trabajo sin protección que esté (i) a 3 m o más sobre el agua o el nivel seguro permanente más cercano, (ii) por encima de cualquier superficie u objeto que pueda causar lesiones al empleado al contacto, o (iii) por encima de cualquier tanque, contenedor, tolva o cuba abierta, (b) un área de trabajo que esté a 3 m o más sobre un nivel seguro permanente y desde la cual una persona pudiera caer si el área de trabajo se inclina o falla, o (c) un área de trabajo donde un oficial haya determinado que es necesario, por razones de seguridad, usar un sistema de protección contra caídas.

Terranova y Labrador	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (Occupational Health and Safety Regulations), 2012, N.L.R. 5/12 Parte X, Protección contra caídas, Secciones 138 a 146	Sección 141: Requisitos generales 141. Cuando un trabajador esté expuesto al peligro de caerse de un área de trabajo que esté (a) a 3 metros o más por encima del agua o la superficie segura más cercana; (b) por encima de una superficie o cosa que podría causarle lesiones si el trabajador cayera sobre la superficie o cosa; o (c) por encima de un tanque, pozo o cuba abierta que contenga material peligroso,
Territorios del Noroeste	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (Occupational Health and Safety Regulations), R-039-2015 Parte 7, Equipos de protección individual, Secciones 103 a 109 y Parte 9 Medidas de seguridad, almacenamiento, señales y signos de advertencia, Secciones 118 a 124	Sección 119: Protección contra caídas 119. (1) Un empleador deberá garantizar que los trabajadores utilicen un sistema de protección contra caídas en el lugar de trabajo si (a) un trabajador pudiera caer desde 3 m o más; o (b) existe un riesgo de lesión si un trabajador cae menos de 3 m.
Nova Scotia	Reglamento de Salud y Seguridad en el Trabajo (Workplace Health and Safety Regulations), N.S. Reg. 52/2013 Parte 21, Protección contra caídas, Secciones 21.1 a 21.4	Sección 21.2: Protección contra caídas obligatoria 21.2 (1) Salvo lo dispuesto en las subsecciones (3) a (5), se exige el uso de protección contra caídas si una persona corre el riesgo de caerse de un área de trabajo donde la distancia de caída es (a) 3 m o más por encima de la superficie segura o cuerpo de agua más cercanos; (b) menos de 3 m y el área de trabajo está por encima de 1 de los siguientes: (i) una superficie o cosa que podría causar una lesión a la persona al entrar en contacto con ella que sea peor que una lesión por caer sobre una superficie sólida y plana, (ii) material peligroso expuesto, como en un tanque, pozo o cuba abierta.

Nunavut	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (Occupational Health and Safety Regulations). R-039-2015, Parte 7 Secciones 104 a 109, y Parte 9, Secciones 118 a 122	Sección 119: Protección contra caídas 119. (1) Un empleador deberá garantizar que los trabajadores utilicen un sistema de protección contra caídas en el lugar de trabajo si (a) un trabajador pudiera caer desde 3 m o más; o (b) existe un riesgo de lesión si un trabajador cae menos de 3 m.
Ontario	Proyectos de construcción, O. Reg. 213/91 Secciones 26 a 26.9 y Establecimientos industriales, R.R.O. 1990, Reg. 851 Sección 85	Legislación para la construcción: Sección 26 26. Las secciones 26.1 a 26.9 se aplican cuando un trabajador puede estar expuesto a cualquiera de los siguientes peligros: 1. Caída de más de 3 metros. 2. Caída de más de 1.2 metros, si el área se utiliza como espacio de circulación para una carretilla o equipo similar. 3. Caídas dentro de maquinaria en funcionamiento. 4. Caída al agua u otro líquido. 5. Caída dentro o sobre una sustancia u objeto peligroso. 6. Caída a través de una abertura en una superficie de trabajo. Reglamento industrial Sección 85 85. Cuando un trabajador esté expuesto a un peligro de caída y la superficie sobre la que podría caer está a más de tres metros por debajo de la posición en la que se encuentra.

Isla Prince Edward	Reglamento de Protección contra Caídas, EC2004-633	Sección 2: El empleador está obligado a proporcionar medios de protección contra caídas 2. (1) Cuando un trabajador esté expuesto al peligro de caerse de un área de trabajo que esté (a) a 3 m o más por encima del agua o la superficie segura más cercana; (b) por encima de una superficie o cosa que podría causarle lesiones si trabajador cayera sobre la superficie o cosa; o (c) por encima de un tanque, pozo o cuba abierta que contenga material peligroso,
Quebec	Reglamento sobre Seguridad y Salud en el Trabajo, O.C. 885-2001 División XXX, Medios y equipos para la protección individual y grupal, Secciones 347 a 354.1 y Código de seguridad para la industria de la construcción, R.R.Q. 1981, c. S-2.1, r. 6 División II, Disposiciones generales, Secciones 2.9.1 a 2.9.3, Medidas de seguridad	Código de seguridad para la industria de la construcción, Sección 2.9.1 Medidas de seguridad 2.9.1. Los trabajadores deberán estar protegidos contra las caídas en los siguientes casos: (1) si corren riesgo de caer desde más de 3 metros del lugar donde se encuentran trabajando; (2) si corren riesgo de caer: a) sobre un líquido o sustancia peligrosa; b) sobre un componente en movimiento; c) sobre equipos o materiales que constituyan un peligro; d) desde una altura de 1.2 metros o más cuando utilicen una carretilla o un vehículo.
Saskatchewan	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (Occupational Health and Safety Regulations), 2020 Secciones 9-2 - 9-5	Plan de protección contra caídas 9-3(1) Un empleador o contratista deberá desarrollar un plan de protección contra caídas por escrito en los siguientes casos: (a) si un trabajador puede caer 3 metros o más; y (b) si los trabajadores no están protegidos por una barandilla o barrera similar.

Yukon	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo (Occupational Health and Safety Regulation), O.I.C. 2006/178 Equipos y ropa de protección - Detención de caídas, Secciones 1.37 a 1.43	Sección 1.37: Provisión y uso 1.37 Cuando no sea práctico proteger a un trabajador con protectores, barandillas, redes de seguridad u otros dispositivos, se le deberá proporcionar al trabajador la protección anticaídas adecuada, que deberá usar de forma obligatoria (a) cuando trabaje en un lugar desde el cual pueda ocurrir una caída de i. 3 m (10 pies) o más, o ii. menos de 3 m (10 pies), si involucra un riesgo inusual de lesión, (b) donde exista la posibilidad de caer en un pozo, eje, maquinaria, agua o material a granel que pueda moverse, (c) cuando se suba o baje de postes de servicios públicos, torres de comunicación y transmisión o equipo de suspensión sencilla, (d) cuando trabaje en una guindola o andamio extensible, plataforma de trabajo elevadora o cesta de trabajo o plataforma suspendida o jaula protectora, (e) cuando bloquee o escale material suelto de una pared en un pozo abierto o un movimiento de tierra, o (f) cuando trabaje en un techo i. que tenga una pendiente de 2 verticales a 3 horizontales o más pronunciada, o ii. donde la superficie sea resbaladiza.
---------------------	---	--