

# PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS: tan simple como A-B-C

En promedio, todos los años, la Administración de Seguridad y Salud en Minas (MSHA) ha emitido 111 órdenes de retiro de personal debido a peligro inminente relacionado con caídas por no usar ningún sistema personal de detención de caídas o por usarlo de manera incorrecta.\*



## A

### ANCLA

Asegúrese de que el punto de anclaje, que consta ya sea de un anclaje y un conector de anclaje o de una línea de vida, se encuentre directamente sobre la cabeza.

## B

### ARNÉS CORPORAL

Asegúrese de usar un arnés de cuerpo completo de una talla que se ajuste a su estatura y peso, con un anillo en D en la espalda para conectar el gancho de seguridad con cierre automático de la eslinga. Para que el sistema funcione, es fundamental ajustar correctamente las correas alrededor de los muslos, la pelvis, la cintura y los hombros.

## C

### DISPOSITIVO DE CONEXIÓN

Seleccione el dispositivo de conexión adecuado entre el conector de anclaje o la línea de vida y el anillo en D del arnés de cuerpo completo que mejor se ajuste a las condiciones del ambiente de trabajo. Al hacer la selección, considere la distancia de caída y la actividad laboral que se realizará.

**!** Asegúrese de que el punto de anclaje tenga una clasificación indicada de 5000 libras por cada persona conectada y que toda la capacitación de seguridad necesaria para la prevención de caídas esté al día.

**Para obtener más información, visite [cdc.gov/niosh/mining](https://cdc.gov/niosh/mining)**