

Conozca las Reglas Básicas de Seguridad Eléctrica

¿Sabía que el 69% de todas las muertes eléctricas NO involucran a electricistas? Use estos consejos para evitar recibir una descarga eléctrica (o algo peor).

Gravedad del choque

Es importante saber cómo los siguientes factores afectan la gravedad de un choque.

- **La tasa de corriente** fluyendo a través de su cuerpo, también llamado conductividad. Cuanta más conductividad tenga, más severo será el impacto. Si tiene las manos secas y está parado sobre una superficie no conductora, como una alfombra de goma, es posible que ni siquiera sienta un golpe. Si estás parado en el agua con las manos sudorosas, podrías morir.
- **La cantidad de tiempo** la corriente fluía a través de tu cuerpo. Cuanto más largo sea el contacto, mayor será el impacto.
- **¿Qué camino** tomó la corriente eléctrica a través de tu cuerpo? El más peligroso es a través de los órganos vitales.

En Números

Según la Fundación de Seguridad Eléctrica, el 46% de todas las muertes eléctricas son causadas por el contacto con líneas eléctricas aéreas. De esas muertes, el 57% de las muertes en líneas eléctricas aéreas ocurrieron *en ocupaciones no eléctricas*.



En general, cinco fuentes representaron el 92% de todas las muertes eléctricas:

- Líneas eléctricas aéreas
- Contacto inesperado con la electricidad
- Trabajar en piezas energizadas
- Fallas a tierra
- Cableado dañado

¿Está Calificado?

Los empleados que trabajan en sistemas y equipos eléctricos deben estar calificados por capacitación, experiencia o instrucción en prácticas de trabajo seguras eléctricas. Aun así, debe estar autorizado por su Distrito *antes* de trabajar en sistemas o equipos eléctricos.

Trabajar en el equipo

Notifique a cualquier persona afectada por la actividad de reparación o mantenimiento preventivo. Siga el procedimiento de su distrito para controlar la energía peligrosa (también conocido como Lock Out, Tag Out).

Siempre asuma que los equipos y sistemas eléctricos están energizados hasta que se confirme lo contrario. Se debe utilizar equipo de protección personal adecuado y prácticas de trabajo seguras. Hable con su supervisor para obtener más detalles.



Líneas eléctricas aéreas

Mire hacia arriba antes de cargar escaleras extensibles, usar montacargas, andamios, elevadores aéreos o grúas. Mantenga una distancia de al menos 20 pies de las líneas eléctricas aéreas (más si supera los 350 kV).

Manténgase alejado de las líneas eléctricas caídas que pueden energizar otros objetos cercanos, como cercas, tuberías de agua, arbustos y árboles. Si su vehículo o equipo entra en contacto con una línea eléctrica caída y no hay amenaza de incendio, permanezca en su lugar y permanezca adentro hasta que la compañía de servicios públicos pueda desenergizar el circuito.

Si hay un incendio y debe salir de su vehículo después de entrar en contacto con una línea eléctrica caída, haga lo siguiente:

- Quítese las prendas sueltas
- Mantén las manos a los lados
- Aléjese del vehículo para no tocarlo cuando sus pies toquen el suelo.

Despeje

Se debe mantener un espacio de trabajo adecuado alrededor de los paneles y equipos eléctricos. Esto permite un acceso seguro y rápido en caso de emergencia. Como regla general, asegúrese de que haya 3 pies por 3 pies de espacio libre que se extienda 6 pies de alto. Cuanto más voltaje, más espacio libre se requiere.

Uso de cordones

- No conecte en cadena varios cables eléctricos juntos
- Inspeccione la cubierta exterior del cable en busca de daños. Asegúrese de que no haya empalmes, cables expuestos o extremos deshilachados
- No retire la clavija de tierra de un cable eléctrico
- Los cables diseñados sin clavija de tierra deben estar doblemente aislados (y etiquetados).
- Utilice interruptores de circuito de falla a tierra (GFCI) siempre que sea posible, pero especialmente en lugares húmedos o al aire libre. Los GFCI son disyuntores de acción rápida diseñados para cortar la energía eléctrica en caso de una falla a tierra (es decir, a través de su cuerpo) en tan solo 1/40 de segundo. Los disyuntores protegen el equipo; Los GFCI protegen a las personas.

Manténgase a salvo

- Lea y siga todas las instrucciones antes de manipular equipos eléctricos. Busca ayuda calificada si no entiendes algo.
- No fuerce ni altere un tapón doblando, torciendo o quitando las cuchillas de las puntas.
- Know the signs of an overloaded circuit including flickering / dimming lights, warm cords / wall plates, and frequently tripped circuit breakers.
- Cuando manipule los cables, sujete firmemente el enchufe al desconectarlo. No tire del cable para evitar que se dañe.



Este *Safety Talk* proporciona capacitación a nivel de concientización sobre prácticas de trabajo seguras eléctricas. Si esta información no está clara o si tiene alguna pregunta adicional, hable con su supervisor.