

# Cómo Prevenir Lesiones a los Ojos en el Trabajo

Nota del Editor: Nuestras hojas de tips de entrenamiento de Tailgate están disponibles en inglés en [gemplers.com](http://gemplers.com).

## **Puntos Principales:**

- Use gafas protectoras adecuadas para el trabajo específico.
- No sustituya los anteojos regulares por gafas o anteojos de seguridad.
- Reaccione rápidamente si algo extraño le entra a los ojos.

**Nota al instructor:** Siga este texto o úselo como guía para conducir sesiones de entrenamiento de “tailgate” de 10 a 15 minutos con sus trabajadores agrícolas. Usted puede fotocopiar esta hoja para que la usen sus empleados. Sin embargo, tenga presente que no se puede publicar ni vender. Lleve a la sesión de entrenamiento muestras de gafas protectoras que se usan en su trabajo.

## **Las lesiones a los ojos pueden ser graves**

- Mantener la vista en buenas condiciones es importante para todos.
- Nuestros ojos corren peligro si no los protegemos en el trabajo.
- En sólo un segundo se pueden dañar los ojos – temporalmente o para siempre.
- Algunos peligros comunes para los ojos en el trabajo son:
  - pequeños objetos o partículas flotantes
  - salpicadura de productos químicos
  - gases o vapores peligrosos
  - polvo

**Nota al instructor:** De ejemplos de peligros específicos para los ojos que pueden ocurrir en su operación.

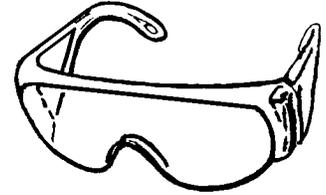
## **Cómo evitar lesiones a los ojos**

- Esté alerta a los peligros que lo rodean.
- Siga todas las instrucciones de seguridad.
- Sepa que tipo de protección para los ojos debe usar en su trabajo.
- Use las gafas de protección si usted cree que sus ojos corren peligro.

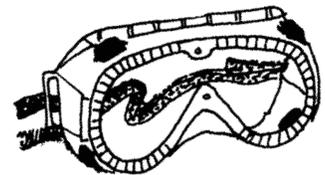
**Nota al instructor:** Muestre a los participantes el tipo de gafas de protección que se usan en su operación.

## **Anteojos de seguridad con resguardo al costado**

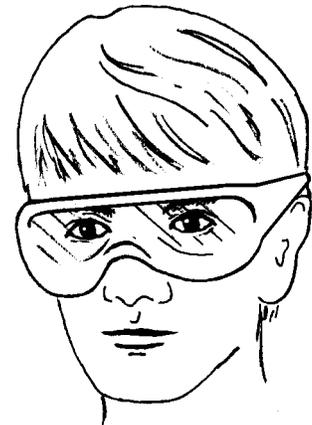
- Los anteojos de seguridad con resguardo le protegen sus ojos cuando usted está puliendo, lijando, cortando o cuando existe la posibilidad de que salten objetos pequeños.
- Los resguardos protegen sus ojos de objetos peligrosos que pueden entrar por arriba o por los costados.
- Si tiene dudas, pregunte a su supervisor si los anteojos de seguridad con resguardo son adecuados para su trabajo específico.



Anteojos de seguridad con resguardo al costado



Gafas de protección



(Continúa al reverso)

# Cómo Prevenir Lesiones a los Ojos en el Trabajo

## Gafas protectoras

- Las gafas protectoras le protegen mejor que los anteojos de seguridad con resguardo contra líquidos, salpicaduras y polvo.
- Es importante estar seguro que se ajustan bien a la cara.

**Advertencia:** No use anteojos regulares en vez de gafas de protección o anteojos de seguridad, ya que no le protegerán sus ojos como se debe. Si usted usa lentes de contacto, debe usar gafas de protección. No use sus lentes de contacto si debe exponerse a polvo, derrames químicos o vapores.



## Máscara de protección para la cara

- La máscara de protección sola no es suficiente protección para sus ojos. Úsela sobre las gafas o anteojos de seguridad, dependiendo si hay vapor o polvo.

## Qué hacer en caso de accidente

- Si le entra polvo, astillas de madera u otro tipo de partículas a sus ojos, lávelos inmediatamente con una solución para los ojos. Use agua si no tiene solución para los ojos.
- Si le entra pesticida a sus ojos, lave inmediatamente sus ojos con un aparato especial para lavar o pida ayuda si necesita ir a una estación de lavado de ojos.

**Nota al instructor:** Muestre a los participantes el lugar de la estación para lavado de ojos.

- Lave los ojos con solución para ojos durante 15 minutos. Pídale a alguien que llame a un médico mientras usted se lava los ojos.
- En la hoja con datos de seguridad del material o en la etiqueta del pesticida encontrará las instrucciones de primeros auxilios que debe seguir.



## ¿Quiere alguien hacer alguna pregunta?

**Nota al instructor:** Responda las preguntas de los participantes y después revise lo que Debe y No Debe Hacer para Proteger sus Ojos.

## LO QUE DEBE Y NO DEBE HACER PARA PROTEGER SUS OJOS

### DEBE:

- Leer la etiqueta del pesticida si no sabe el tipo de protección que necesita para los ojos.
- Limpiar los lentes y los marcos sucios.
- Pedir gafas de protección diferentes si los lentes están rallados o dañados.

### NO DEBE:

- Usar lentes regulares en vez de gafas o lentes de protección.
- Esperar para lavarse los ojos si le entran partículas extrañas.
- Olvidarse de leer las instrucciones de primeros auxilios de la etiqueta del pesticida.