



# PROGRAMA DE PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS (PPCC) 2021

Objetivo	Proporcionar un Programa de Protección Contra Caídas completo y compatible
Público objetivo	Se espera que los asociados de Bay Club trabajen entre más de 4 pies en escaleras, alrededor de equipos de protección contra caídas, por encima de 7 ½ pies utilizando equipo personal de protección contra caídas y operadores de elevadores aéreos
Documentos requeridos	Formulario de participación y pautas de capacitación del programa de protección contra caídas de TBCC

## OBJETIVOS DEL PROGRAMA:

- El objetivo principal de este Programa de protección contra caídas (FPP) es proteger a los asociados de TBCC de las caídas. Las caídas pueden ocurrir en el mismo nivel o desde alturas. TBCC tiene diferentes programas para protegerse de las caídas:
  - 1) Programa de Prevención de Resbalones, Tropezones y Caídas: Caídas en el mismo nivel o en escaleras.
  - 2) Programa de Seguridad de Escaleras: Caídas de Escaleras.
  - 3) Programa de Protección Contra Caídas: Caídas desde alturas. Los estándares de OSHA se activan a diferentes alturas: 4', 6', 7 ½', 15', 24', según la actividad u operación. Estos son "Alturas de Activación", la altura que activa el Estándar aplicable.
- Cuando sea posible, se deben utilizar prácticas de control aceptadas para evitar riesgos de caídas, por ejemplo, utilizando herramientas de extensión o medias a un nivel más bajo. Aumentar la conciencia sobre los controles administrativos y de ingeniería para ciertas tareas o puestos y modificarlos según sea necesario para proteger a los Asociados de los peligros de caídas.
- Cuando se debe usar la protección contra caídas, los Gerentes y Supervisores son responsables de asegurarse de que el equipo o el EPP este:
  - Disponible en cualquier momento
  - Suministrado según sea necesario
  - Usado según las recomendaciones del Fabricante. (Autorizado para su uso)
  - Mantenido en condiciones sanitarias y confiables / Inspeccionado
  - Almacenado correctamente Properly
- Incrementar la moral, la productividad y la calidad

## RESPONSABILIDADES DE LIDERAZGO DEL BAY CLUB:

1. Lea este programa por completo antes de capacitar o permitir que alguien capacite a los Asociados de primera línea. Los instructores deben utilizar todo el material de este Programa de Protección Contra Caídas para garantizar un buen conocimiento de sus requisitos.
2. Documentar la capacitación de nuevos asociados (al ser contratados) y asociados existentes (anualmente y según sea necesario). Utilice las "Pautas de Capacitación del Programa de Protección Contra Caídas".
3. Comunicarse con los Asociados y animarlos a ser más conscientes y obedecer las reglas de seguridad.
4. Informar al Gerente General del club y / o R.H. según sea necesario con respecto a cualquier problema de seguridad.
5. Informar cualquier problema relacionado con la capacitación O implementación de este Programa, incluidas las acciones disciplinarias y correctivas

## INTRODUCCIÓN - *La Necesidad de Protección Contra Caídas*

Las caídas son la principal causa de accidentes graves y muertes en los Estados Unidos. Este Programa de Protección Contra Caídas (PPCC) se aplica a cualquier Asociado que trabaje como Operador de Ascensores Aéreos, Mantenimiento de Edificios, Mantenimiento de Muros de Escalada, Mantenimiento de Luces de Cancha, Mantenimiento de Techo y cualquier Asociado de TBCC que trabaje cerca de un borde de ataque sin protección donde una caída de 4 pies o más puede ocurrir. Este programa también se aplica a cualquier contratista externo que trabaje dentro de una ubicación de TBCC. Los contratistas externos generalmente tienen su propio programa de protección contra caídas. Muchas regulaciones aplicables de OSHA se enumeran en la Sección 6, incluidas las Órdenes de Seguridad de la Construcción e Industria General.

En el curso de las "operaciones diarias regulares", los peligros de caídas deben evaluarse con anticipación y eliminarse cuando sea posible a través de medios de ingeniería o administrativos (herramientas de extensión, barandas, barandillas, líneas de banderines). Cuando los peligros de caídas no se pueden eliminar o proteger, el uso de Se puede utilizar equipo (elevadores aéreos), incluido el equipo de protección personal (PPE), como los sistemas de retención y detención de caídas personales. Las personas que utilicen cualquier equipo de protección contra caídas o PPE deben estar debidamente capacitadas y autorizadas antes de usar dicho equipo o EPP.

Durante una pandemia, asegúrese de desinfectar las superficies del equipo de protección contra caídas ANTES y DESPUÉS de su uso. Los requisitos pueden ser impuestos (y ejecutados) por las Administraciones Federales, Estatales, del Condado o de la Ciudad a través de sus Departamentos de Salud, bajo la guía del Centro de Control de Enfermedades de Estados Unidos. Todas las personas deben cumplir con estos requisitos para poder trabajar o ingresar a cualquiera de las ubicaciones de The Bay Club.

**☞ Puede ocurrir la muerte o lesiones graves si la protección contra caídas no se usa correctamente.**



# PROGRAMA DE PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS (PPCC) 2021

## Este programa cubre:

1. Responsabilidades
2. Capacitación
3. Evaluación de Peligros / Plan de Trabajo de Protección Contra Caídas / Plan de Rescate
4. Selección y Distribución de Protección Contra Caídas
5. Cuidado de la Protección Contra Caídas
6. Normas de seguridad: California y Federal (Oregón)

## **1. Responsabilidades**

Los Administradores del Programa de este plan en cada ubicación de Bay Club son los Gerentes Generales, su equipo de Gerentes de Departamentos y los Oficiales de Seguridad del club. Los Administradores deben trabajar en total colaboración para asegurarse de que se sigan todas las medidas de seguridad en este programa e informar las actividades bajo este programa a Recursos Humanos.

Recursos Humanos (R.H) de TBCC es responsable de mantener este programa y ponerlo a disposición de todos los Gerentes, Supervisores y Asociados con instrucciones para leer y cumplir.

Los Gerentes Generales (GM) son responsables de asegurarse de que sus Gerentes de Departamentos y Supervisores hagan cumplir este plan. Los GM deben informar a R.H. sobre los avances y las deficiencias.

Los Gerentes de Departamento y Supervisores son responsables de realizar y documentar lo siguiente:

- A. **Evaluación de Peligros:** los Gerentes y Supervisores deben evaluar los peligros y exposiciones que pueden requerir protección contra caídas, incluido el uso de cualquier plataforma de trabajo aérea, plan de trabajo de protección contra caídas, plan de rescate de protección contra caídas, capacitación, certificación del operador, EPP y formulario de certificación para el posición que requiere EPP y cualquier dispositivo como barandillas, líneas de banderas, letreros de advertencia, etc.
- B. **Determine el EPP** para la tarea y las inspecciones: los Gerentes deben obtener información de los usuarios y Supervisores para seleccionar el equipo apropiado (tamaño, tipo). Todo el equipo de protección contra caídas debe ser inspeccionado dos veces al año por un supervisor calificado (calificado significa que el supervisor sabe cómo inspeccionar el equipo de protección contra caídas para un uso óptimo).
- C. **Pedido de EPP:** Compra del equipo. Planificación anticipada de equipos de protección personal críticos.
- D. **Capacitar** a los Asociados en el uso y cuidado adecuado del EPP, según las recomendaciones del fabricante. Cualquiera que utilice equipo de protección contra caídas debe haber recibido formación sobre el equipo o la maquinaria que utiliza.
- E. **Asignar el EPP** apropiado y hacer cumplir su uso adecuado.

Los Gerentes y Supervisores son responsables de asegurarse de que la protección contra caídas se use de acuerdo con las medidas de seguridad descritas en este programa. Recuerde: la protección contra caídas en las operaciones de TBCC puede incluir barandillas, arneses, escaleras, alguien que sostenga una escalera y plataformas de trabajo aéreas (elevadores aéreos). Además, durante cualquier operación de construcción / remodelación en TBCC, la protección contra caídas también puede incluir Zona de acceso controlado, barreras, líneas de vida y líneas de bandera. Los Gerentes y Supervisores deben estar calificados para saber qué protección contra caídas es mejor para la tarea realizada y se espera que hagan cumplir el uso de esa protección. Siga estos requisitos antes de usar la protección contra caídas:

1. TBCC ha documentado que la aplicación de controles administrativos y de ingeniería no puede eliminar el peligro o reducirlo a un nivel no peligroso. Por lo tanto, se necesita protección contra caídas.
2. Se completa un formulario de certificación de evaluación de riesgos para el puesto que requiere el uso de un arnés.
3. Siga los requisitos de la tarea. Plataformas Aéreas de Trabajo (AWP): Lea el Manual del operador y siga sus requisitos sobre protección contra caídas. Cualquiera que use un AWP debe estar autorizado por TBCC y haber recibido la capacitación adecuada, incluida la evaluación práctica del equipo y las instrucciones.
4. Utilice un Sistema Personal de Detención de Caídas (PFAS) o un Sistema Personal de Restricción de Caídas (PFRS), según sea necesario para la tarea.
5. El Gerente / Supervisor es responsable de proporcionar todas las formas de protección contra caídas a los asociados, según sea necesario:
  - a. Cualquier persona en TBCC autorizada para trabajar en un área / en una tarea donde se requiere protección contra caídas debe haber recibido capacitación por parte del Gerente o Supervisor. Debe estar documentado con el Gerente General y R.H.
  - b. Usado según las recomendaciones del Fabricante. (Autorizado para su uso)
  - c. Mantenido en condiciones sanitarias y confiables.
  - d. Almacenado correctamente

Los Asociados son responsables de cumplir con este programa y usar protección contra caídas, incluido su EPP, según lo requieran los fabricantes, los manuales del operador, las órdenes de seguridad y las instrucciones de capacitación.



## 2. Capacitación

Los Asociados expuestos a peligros de caídas deben ser capacitados por un Gerente, Supervisor o Representante de Seguridad “competente” que:

- Reconozca los peligros potenciales de caída del trabajo realizado desde cualquier altura, de un nivel a otro o de un equipo a otro.
- Conozca los procedimientos correctos para usar, montar, mantener e inspeccionar los sistemas de protección contra caídas.
- Corrija las deficiencias en cualquier sistema de protección contra caídas ANTES de que comience el trabajo.
- Detenga cualquier trabajo realizado por un asociado de TBCC, o un contratista externo, en violación de las Órdenes de Seguridad de Protección Contra Caídas.

Se instruye a los Gerentes y Supervisores a cumplir con lo siguiente:

- Los Asociados que se espera que realicen trabajos de 4 pies hasta 7 ½ pies sobre el suelo deben estar capacitados en la Sección 4. A, Escaleras y 4. B, Barandillas, de este programa ANTES de realizar dichos trabajos.
- Los Asociados que se espera que realicen trabajos a 7 ½ pies o más sobre el nivel del suelo deben estar capacitados en todas las secciones de este programa ANTES de realizar dichos trabajos.
- Los Asociados que se espera que operen una Plataforma de Trabajo Aérea (AWP) o un Elevador Aéreo para realizar cualquier trabajo deben estar capacitados en todas las secciones de este programa ANTES de realizar dicho trabajo. Además, cualquier operador de AWP debe estar debidamente capacitado y certificado antes de que TBCC pueda autorizar a ese operador a utilizar cualquier AWP para TBCC. Esto cumple con el [Título 8, CCR, Sección 3638](#). Una violación de este requisito es causa de terminación del empleo con los Asociados de TBCC y terminación del contrato con los contratistas externos de TBCC. **Video:** [Capacitación para Operadores de Elevadores Aéreos Genie](#).
- La capacitación sobre este programa debe actualizarse anualmente, si no se realiza de manera continua.
- En el momento de la capacitación, un Asociado debe completar y firmar un formulario de participación para confirmar la comprensión del programa Y aceptar cumplir con sus requisitos. No demostrar comprensión requiere más capacitación. El incumplimiento después de demostrar comprensión puede causar el despido..

La capacitación en protección contra caídas debe abordar según corresponda:

- ✓ Por qué la protección contra caídas es necesaria para la tarea o puesto (revise los controles administrativos y de ingeniería)
- ✓ La naturaleza, extensión y efectos de los peligros de caídas.
- ✓ Por qué se selecciona la protección contra caídas específica.
- ✓ Una explicación del funcionamiento, las capacidades y las limitaciones del equipo de protección contra caídas.
- ✓ Instrucción y capacitación con respecto a equipos y dispositivos de protección contra caídas.
- ✓ Cómo ponerse, quitarse, ajustar y usar correctamente un sistema personal de detención / retención de caídas
- ✓ El cuidado, mantenimiento, almacenamiento, vida útil y eliminación adecuados de cualquier equipo de protección contra caídas.
- ✓ Situaciones de emergencia que involucran equipos de protección contra caídas en TBCC
- ✓ Acceso a las normas de protección contra caídas aplicables.
- ✓ Oportunidad para que el Asociado capacitado:
  - Manejar el equipo
  - Demostrar que comprenden la formación.
  - Demostrar que tienen la capacidad de usar el equipo y el EPP correctamente.
  - Aceptar cumplir con este programa e informar cualquier deficiencia con el programa, el equipo y el EPP

En el caso de que un Asociado demuestre una falta de comprensión durante la capacitación o se comporte de tal manera que el Instructor, Supervisor o Gerente tenga razones para creer que el Asociado está mostrando incapacidad para comprender y / o usar el equipo O parece estar ignorando intencionalmente el requisitos para cualquier equipo de protección contra caídas, ese asociado debe ser reentrenado antes de que se reanude el uso de dicho equipo o el asociado debe ser asignado a una tarea diferente donde dicho equipo o EPP no se usa / necesita.

Si hay cambios en el lugar de trabajo o procesos que cambian las exposiciones o el tipo de protección contra caídas que se utilizará, todos los asociados afectados deben ser informados y capacitados o reentrenados sobre estos cambios si es necesario..

## 3. Evaluación de Peligros:

Controlar las exposiciones a los riesgos laborales es una forma fundamental de proteger a los trabajadores. Convencionalmente, se ha utilizado una jerarquía para lograr controles factibles y efectivos. Se pueden implementar múltiples estrategias de control de forma simultánea o secuencial. Esta jerarquía se puede representar de la siguiente manera:



- Eliminación
- Sustitución
- Controles de Ingeniería
- Controles Administrativos
- Equipo de Protección Personal (EPP)

Por ejemplo, para limpiar paredes altas en una cancha de squash de golpes repetidos de pelotas, puede usar una escalera alta. Puede sustituir la escalera por un elevador aéreo para reducir la posibilidad de una caída. También puede eliminar la posibilidad de una caída utilizando una herramienta de extensión desde el suelo para que no sea necesario trabajar en altura. El riesgo de caída se elimina mediante controles administrativos y de ingeniería. El uso de un arnés en una plataforma de trabajo aérea para protegerse de una caída es la última forma de protección.

Los gerentes deben evaluar si los peligros actuales o en desarrollo están creando la necesidad de protección contra caídas y el uso de EPP. Los Gerentes de Departamento deben completar los Formularios de Certificación de Evaluación de Peligros para su departamento y realizar inspecciones continuas de las áreas de trabajo para mantenerse actualizados con los peligros a los que están expuestos el personal y los Miembros. Aquí hay algunos formularios de certificación para ayudar a los gerentes a cumplir en esta área: [Blank Form](#) – Gerentes de Departamentos: [GM](#) / [Tennis](#) / [Golf](#) / [Fitness](#) / [Childcare](#) / [Aquatics](#) / [Facilities](#) / [Cook](#) / [Housekeeping](#).

- A. **Plan de Trabajo de Protección Contra Caídas:** antes de realizar cualquier trabajo por encima de los 7 ½ pies, se debe realizar un plan de trabajo de protección contra caídas. El propósito es conocer de antemano el mejor camino para lograr el trabajo sin riesgos. Además, el plan de trabajo es prepararlo en caso de una emergencia. Aquí hay un enlace a un plan de trabajo para cambiar las luces en una cancha de squash: [Squash Court Lights](#)

Un plan de trabajo de protección contra caídas consta de lo siguiente:

- a. Identifique todos los peligros de caídas en el área de trabajo.
- b. Describa el método de detención de caídas o restricción de caídas que se proporcionará.
- c. Describa los procedimientos correctos para el montaje, mantenimiento, inspección y desmontaje del sistema de protección contra caídas en su lugar.
- d. Describa los procedimientos correctos para manipular, almacenar y asegurar las herramientas y los materiales que se utilizan.
- e. Describa el método para proporcionar protección aérea a los Asociados que trabajan en el área.
- f. Describa el método para la remoción rápida y segura de cualquier Asociado lesionado en el área de trabajo.
- g. Debe haber una copia del plan disponible para su revisión..

Antes de permitir que cualquier asociado de TBCC ingrese a áreas donde existe riesgo de caída, el supervisor debe:

- h. Asegúrese de que el Asociado esté capacitado en este Programa de Protección Contra Caídas.
  - i. Inspeccione todos los dispositivos y sistemas de protección contra caídas para garantizar el cumplimiento y la seguridad.
- B. **Plan de Rescate de Protección Contra Caídas:** en caso de que sea necesario un rescate, un supervisor debe inspeccionar el área de trabajo, identificar y evaluar cualquier peligro y comenzar a formular un plan para el rescate seguro de cualquier Asociado..
- a. Si la lesión de un Asociado parece menor, un supervisor puede evaluar su condición y administrar primeros auxilios según sea necesario.
  - b. Si la lesión del Asociado parece ser grave o si se requiere una llamada a las autoridades de rescate (departamento de bomberos, paramédicos, etc.), el supervisor está designado para llamar al 911 y solicitar asistencia inmediata.
  - c. El Gerente del Departamento debe realizar una investigación de accidentes y completar un informe lo antes posible, pero no más de 48 horas, y proporcionar las acciones adecuadas para evitar que se repita. Si el accidente implica la falla de cualquier dispositivo o plataforma de protección contra caídas, el equipo dañado debe retirarse de servicio inmediatamente. El equipo dañado debe etiquetarse (LO/TO) y entregarse al gerente de las instalaciones para su posterior evaluación, eliminación y / o reparación.

Siempre que haya un cambio en el proceso en el lugar de trabajo que pueda introducir o cambiar una exposición o peligro, el Gerente y el Supervisor directo deben determinar si es necesario un cambio en el procedimiento o el PPE. Estas evaluaciones de peligros suplementarias se documentarán con la mayor frecuencia posible utilizando el Formulario de certificación de evaluación de peligros para ese puesto, firmado y fechado por la persona que realiza la evaluación. Las evaluaciones de peligros en el lugar de trabajo deben revisarse anualmente.

## 4. Métodos de Protección Contra Caídas y Suministro de EPP

La selección del método de protección contra caídas adecuado es responsabilidad de los Gerentes y Supervisores con el aporte de los Asociados que realizan las tareas o actividades laborales. Cuando sea necesario, estos son los métodos de protección contra caídas utilizados en TBCC:

- A. **Escaleras:** las escaleras deben usarse para proporcionar un acceso seguro a todas las elevaciones. Las escaleras deben inspeccionarse antes de cada uso para detectar defectos o componentes rotos. Si se descubren defectos, la escalera debe retirarse de servicio. Los pies de una escalera deben colocarse sobre una base sólida y el área alrededor de la parte superior e inferior de la escalera debe mantenerse despejada. Las escaleras deben colocarse de manera que la base sea aproximadamente un cuarto (1/4) de la longitud de la escalera desde el plano vertical del soporte superior. La escalera debe extenderse al menos 36 pulgadas por encima del rellano y debe estar atada o bloqueada para evitar su desplazamiento mientras está en uso. Para obtener más información sobre escaleras, los gerentes y supervisores deben leer [Plan de Seguridad de Escaleras de TBCC.](#), y completar el [Formulario de Participación en la Capacitación.](#)

TYPE:	TYPE IAA	TYPE IA	TYPE I	TYPE II	TYPE III
LOAD CAPACITY:	375 pounds	300 pounds	250 pounds	225 pounds	200 pounds
RELATED USE:	Special Duty Professional Use	Extra Heavy Duty Industrial Use	Heavy Duty Industrial Use	Medium Duty Commercial Use	Light Duty Household Use

- B. **Barandas y Barandas:** se pueden usar barandas y barandas temporales o permanentes para proteger contra caídas (es decir, en el área de almacenamiento). Para obtener especificaciones sobre la construcción de barandas, consulte el [Título 8, Sección 3209](#) y el [Título 8, Sección 3210](#).



- C. **Plataformas de Trabajo Aéreo - AWP (Elevadores Aéreos)** - Siempre que sea posible, el acceso a las áreas de trabajo elevadas se proporcionará mediante el uso de AWP hidráulicos o elevadores aéreos. En ciertas actividades, el uso de un elevador aéreo puede minimizar la exposición a caídas. Los asociados deben estar capacitados, certificados y autorizados para operar un elevador aéreo. Los Gerentes, Supervisores y Operadores deben estar familiarizados con el Manual del Operador (OM) del equipo que operan y deben haber sido capacitados en el [video Capacitación para operadores de elevadores aéreos Genie](#) con la [guía de capacitación para operadores de plataformas de trabajo aéreo](#). El uso de un elevador aéreo por parte de un asociado o contratista que no esté capacitado o autorizado es causa de despido (*Contratistas: remoción inmediata del trabajador de la propiedad*). Cuando se trabaja desde un elevador aéreo, la superficie del suelo debe estar nivelada y firme y el operador debe estar asegurado con un PFAS o PFRS.



- D. **Arneses:** El uso de un arnés se vuelve necesario en situaciones donde el trabajo expone a un Asociado a la posibilidad de una caída de 7 ½ pies o más desde el perímetro de una estructura, lados y bordes desprotegidos, y / o bordes de ataque, a través de Shaftways y aberturas, superficies de techo inclinadas con una inclinación superior a 7:12 u otras superficies inclinadas con una inclinación superior a 40 grados que no estén adecuadamente protegidas según las disposiciones de las Órdenes especificadas en el [Título 8, Sección 1670, Sistemas personales de detención de caídas \(PFAS\), Restricción personal de caídas Sistemas \(PFRS\) y dispositivos de posicionamiento](#)



Los dispositivos utilizados para asegurar a los Asociados a un punto de anclaje incluirán el uso de eslingas, cuerdas de salvamento, dispositivos retráctiles y / o agarraderas de cuerda. Al seleccionar un dispositivo de anclaje, el supervisor debe determinar las necesidades de movilidad de los Asociados durante la tarea y proporcionar los medios de protección más prácticos. El dispositivo utilizado viene determinado por la naturaleza de la tarea. El dispositivo utilizado también es clave para controlar un peligro de caída de manera adecuada y en la mayor medida posible.

TBCC proporcionará arneses sin costo alguno para los asociados afectados. Un Gerente o Supervisor responsable de proporcionar un Arnés a un Asociado debe verificar con Recursos Humanos que el Asociado está autorizado a usar el Arnés. No se puede realizar ningún trabajo con un Arnés ANTES de que el Supervisor haya verificado por escrito dicha autorización con el Gerente General y / o R.H..

**Procedimientos de Inspección y Uso Adecuado de los Arneses:** los arneses y las eslingas están fabricados para cumplir con los estándares de rendimiento establecidos por OSHA y el Instituto Nacional Estadounidense de Seguridad (ANSI). Estos estándares brindan resistencia, durabilidad y confiabilidad al mismo tiempo que satisfacen una amplia gama de requisitos de trabajo. Para mantener la vida útil de los dispositivos, aproximadamente 5 años, todos los arneses deben inspeccionarse antes de cada uso. El equipo y las piezas de protección contra caídas deben reemplazarse de inmediato si se encuentran defectos durante la inspección de rutina.



**Uso y prueba adecuados de los sistemas personales de detención / restricción de caídas:** todo el equipo de detención / restricción de caídas debe ser aprobado por OSHA y debe usarse de acuerdo con las recomendaciones del fabricante.

- La carga máxima de trabajo de las eslingas amortiguadoras es de 310 libras, a menos que se indique lo contrario.
- Los cordones deben estar conectados al anillo en D posterior de un arnés de cuerpo entero.
- Los ganchos de seguridad con una abertura de la puerta de más de 1 pulgada no deben conectarse a un anillo en D.
- El extremo de anclaje de la eslinga debe estar asegurado a una parte sustancial de la estructura o a una línea de vida horizontal bien montada. Los cordones no se pueden sujetar a las vigas de las barras.



# PROGRAMA DE PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS (PPCC) 2021

- e. La resistencia del punto de anclaje debe ser de un mínimo de 5,000 libras por Asociado. Si dos Asociados están anclados al mismo punto de anclaje, se requieren 10,000 libras y así sucesivamente.
- f. El punto de anclaje debe ser capaz de soportar una carga cuatro veces mayor que la carga prevista.
- g. El cordón no puede exceder la longitud especificada por el fabricante.
- h. Los ganchos de seguridad y los mosquetones deben acoplarse libremente a los anillos en D y los puntos de anclaje.
- i. Los guardianes deben estar completamente cerrados y bloqueados.
- j. Los mosquetones no deben soportar cargas frontales o laterales.
- k. Nunca desactive ni restrinja los cierres de bloqueo del gancho de seguridad ni modifique las eslingas.
- l. No conecte múltiples eslingas juntas, no vuelva a colocar una eslinga sobre sí mismo, no haga nudos en las eslingas ni utilice las eslingas para fines distintos a los que fueron diseñados.
- m. Verifique si hay obstrucciones debajo del área de trabajo para asegurarse de que el camino de caída potencial esté despejado.
- n. Ancle las eslingas de una manera que limite la caída libre a 2 pies. Los amortiguadores pueden alargarse hasta 3 ½ pies. Esta distancia de elongación, la longitud total de la eslinga y la altura del trabajador deben tenerse en cuenta al elegir un punto de anclaje. También se debe agregar un factor de seguridad de 3 pies para tener en cuenta cualquier estiramiento de los componentes del sistema, las variaciones en la altura del trabajador y la posibilidad de un arnés que no se ajuste correctamente.
- o. Los materiales sintéticos, como el nailon y el poliéster, deben protegerse de salpicaduras de soldadura, chispas, llamas abiertas u otras fuentes de calor, así como de peligros eléctricos y maquinaria en movimiento.
- p. Inspeccione visualmente el equipo de protección contra caídas antes de cada uso. Compruebe si hay cortes, desgarros o roturas. Hinchazón, decoloración, grietas, manchas duras o brillantes. Una sensación quebradiza y carbonización son signos de daño químico o por calor. Las unidades defectuosas deben retirarse de servicio y reemplazarse por un dispositivo aceptable.
- q. Cualquier elemento de amarre que haya sido sometido a cargas de impacto de cualquier tipo debe retirarse inmediatamente de servicio.

## 5. Normas de seguridad: California y federal (Oregón)

El Estándar de Seguridad de California es tradicionalmente más estricto que el Estándar Federal que se aplica en otros estados, incluido Oregon. A continuación se encuentran los enlaces a estos Estándares, incluido un Índice de todas las regulaciones de California, y un enlace a las Reglas Administrativas de Oregon - Capítulo 437.

Cuando el trabajo es de corta duración (es decir, no repetitivo) y exposición limitada, y los peligros involucrados en el aparejo e instalación del dispositivo de seguridad igualan o exceden los peligros involucrados en la realización del trabajo real, estas disposiciones pueden suspenderse temporalmente, siempre que existe un riesgo adecuado, y el control se reconoce y se mantiene bajo supervisión competente e inmediata.

### California (Title 8) [Regulations - Index](#)

#### General Industry

- Guardrails, Elevated Locations [GISO, §3210](#)
- [Powered Platforms and Equipment for Building Maintenance](#)

#### Construction

- [§1669. General.](#)
- [§1670. Personal Fall Arrest Systems, Personal Fall Restraint Systems and Positioning Devices.](#)
- [§1671.1. Fall Protection Plan.](#)
- [§1671.2. Controlled Access Zones and Safety Monitoring Systems.](#)

### Federal ([Oregon Administrative Rules – Chapter 437](#))

#### General Industry

- [1910 Subpart D](#) - Walking-Working Surfaces
- [1910.22](#), General Requirements
- [1910.23](#), Ladders
- [1910.25](#), Stairways
- [1910 Subpart F](#) - Powered Platforms, Manlifts, and Vehicle-Mounted Work Platforms

#### Construction Industry

- [Fall Protection - Construction Standards](#)

#### REGISTROS:

Los Administradores del club mantienen los registros de cada club asociado con este programa y están disponibles para que R.H. para su revisión y auditoría en cualquier momento. R.H. mantiene los registros que recibe o recopila de cada club en carpetas y archivos digitales de The Bay Club Company.

#### Programa de Evaluación

Se deben realizar inspecciones y evaluaciones de campo regulares para asegurar la efectividad continua de este programa. Los Gerentes y Supervisores deben monitorear el uso de protección contra caídas para asegurarse de que el equipo se use correctamente. Se tomarán medidas inmediatas para corregir cualquier deficiencia identificada en este programa.

#### Procedimientos de Ejecución

Este programa está destinado a cumplir con los Estándares de OSHA para proteger contra los peligros de caídas. Si se observa que una persona autorizada y obligada a usar equipo de protección contra caídas no lo usa cuando se requiere, o lo usa incorrectamente, esa persona está violando las Órdenes de Seguridad y puede estar sujeta a medidas disciplinarias, incluido el despido. Las infracciones deben informarse a Recursos Humanos.

Por favor, comuníquese con Recursos Humanos si tiene alguna pregunta | 888.830.7160 | [hr@bayclubs.com](mailto:hr@bayclubs.com)



# PROGRAMA DE PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS (PPCC) 2021

## RECURSOS ADICIONALES:

El material y los enlaces a continuación deben usarse como asistencia adicional para los gerentes y capacitadores para ayudarlos a aumentar su conciencia sobre los peligros de caídas y la protección contra caídas y cómo pueden usar el material para comunicarse mejor con sus equipos..

Source Website	Material / Link (Review and use as appropriate)	Audience
<a href="#">CalOSHA</a>	1) <b>Fact Sheet:</b> <a href="#">Fall Protection in Construction</a> (2 pages)	- Managers / Trainers - AWP Operators
<a href="#">Oregon OSHA</a> <a href="#">Fact Sheets Library</a>	2) <b>** Video:</b> <a href="#">Fundamentals of Fall Protection - Full Length Training Course</a> (2:03:30) 3) Watch this video in its entirety and use segments of 5-10 minutes for ongoing training with anyone using a PFAS or PFRS. 4) <b>Video:</b> <a href="#">Self-Retracting Lifelines (SRLs)</a> (6:16) Use for Wall Climbing Maintenance Operations 5) <b>Video:</b> <a href="#">How to Put on a Fall Protection Harness</a> <a href="#">How to inspect a Harness</a> 6) <b>Fact Sheet:</b> Fall Protection Trigger Height for <a href="#">General Industry</a> 7) <b>Fact Sheet:</b> Fall Protection Trigger Height for <a href="#">Construction Industry</a> 8) <b>Fact Sheet:</b> Fall Protection - <a href="#">Requirement for Competent Persons</a> (2 pages)	- Managers / Trainers - AWP Operators Watch and use for training, whole or in segments, as applicable
<a href="#">FedOSHA</a>	9) <b>Fact Sheet:</b> <a href="#">OSHA's Final Rule to Update, Align, and Provide Greater Flexibility in its General Industry Walking/Working Surfaces and Fall Protection Standards</a> (3 pages) 10) <b>Fact Sheet:</b> <a href="#">Aerial Lifts</a> (2 pages)	- Managers / Trainers - AWP Operators
<a href="#">CDC / NIOSH</a>	11) <b>**Video:</b> <a href="#">Take Pride in Your Job: Fall Protection</a> (10:03) 12) The purpose of the video is to raise awareness of fall injuries and to provide information about the use, proper fit, and inspection of fall protection. Although this is for the oil industry, the principles apply to anyone who uses fall protection.	- Managers / Trainers - AWP Operators
* / ** Other Training Material / Videos	13) <b>Video:</b> <a href="#">Fall Protection</a> (3:00) – This is helpful for anyone using Fall Protection, even though this was created for construction workers in the State of Montana 14) <b>Video:</b> <a href="#">Portable Ladder Safety Training</a> (19:30) <a href="#">Ladders: The most dangerous Tool</a> (10:25) 15) <b>Video:</b> <a href="#">How to Rescue a Fallen Worker   Fall Protection</a> (11:25) 16) <b>Free Online Courses:</b> <a href="#">Fall Protection</a> <a href="#">Ladders</a>	- Managers / Trainers <u>Watch BEFORE sharing with Associates</u> - AWP Operators
TBCC Safety Tips	17) Facilities / Maintenance: <a href="#">Roof Maintenance, Ladders and Fall Protection - English</a> 18) <a href="#">TBCC Safety Tips Library</a> - Safety Tips are used for ongoing training and compliance.	- Post in working areas

\* Obligatorio para capacitadores, gerentes y operadores de AWP para reforzar la comprensión y el conocimiento

\*\* Obligatorio para capacitadores, gerentes y operadores de AWP: compartir con los asociados es aceptable y se recomienda cuando el tiempo lo permita.



# PROGRAMA DE PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS (PPCC) 2021

## Apéndice A - Formulario de Participación en la Capacitación



### Programa de Protección Contra Caídas Formulario de Participación en la Capacitación

Yo, \_\_\_\_\_, reconozco haber sido entrenado(a) sobre, y tener acceso al, Programa de Protección Contra Caídas de la compañía The Bay Club Company (TBCC). Comprendí esta formación, y voy a apoyar y seguir este programa en mi trabajo diario con TBCC.

Por favor conteste las siguientes preguntas con respecto al Programa de Protección Contra Caídas:

1. El Programa de Protección Contra Caídas se aplica cada vez que un Asociado está expuesto a una posible caída desde un lugar elevado de \_\_\_\_\_ pies o más.
2. Nombre una situación en la que se requiera un Sistema Personal de Detención de Caídas:  
\_\_\_\_\_
3. ¿Antes de permitir a cualquier Asociado de TBCC en áreas donde existe un riesgo de caída, el supervisor debe asegurarse de dos cosas?  
1) \_\_\_\_\_  
2) \_\_\_\_\_
4. ¿Quién está autorizado a usar un Elevador Aéreo en TBCC? (marque todo lo que corresponda)
  - GMs y DHs automáticamente porque son supervisores
  - Asociados Calificados o Gerentes Certificados por TBCC
  - Cualquier operador que tenga una tarjeta de certificación para operar un elevador aéreo
5. Bajo el estándar de OSHA, una "persona competente" está capacitado para: (marque todo lo que corresponda)
  - Reconocer los riesgos de caídas
  - Conocer los procedimientos correctos para el uso, montaje, mantenimiento y la inspección de los sistemas de protección contra caídas
  - Tener la autoridad para corregir las deficiencias en cualquier sistema de protección contra caídas
6. Las escaleras de extensión deben estar colocadas de modo que la base sea aproximadamente \_\_\_\_\_ la longitud de la escalera desde el plano vertical del soporte superior: (elija la respuesta correcta a continuación)
  - una mitad (1/2)
  - un cuarto (1/4)
  - una décima parte (1/10)

Nombre del Asociado(a) \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Nombre del Supervisor \_\_\_\_\_ Signature \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_