Cuidado de manos

Para leer al arranque del turno: por qué los anillos y los guantes holgados atrapan, para qué está la guarda y qué se hace antes de meter la mano.

DURACIÓN
5 minutos

QUIÉN LA DA
El supervisor de producción o de mantenimiento

CUÁNDO USARLA
Al arranque del turno, cuando entra personal nuevo a una línea con partes en movimiento o después de una cortada o un machucón en el área

MATERIAL
Los guantes que se usan en el área, uno de cada tipo, y la guarda de una máquina para señalarla frente al grupo

Para leer en voz alta

Buenos días. Hoy hablamos de las manos. Con ellas hacemos casi todo el trabajo, y por eso son lo primero que se acerca a una banda en movimiento o a una herramienta con filo.

Fíjense primero en lo que traen puesto. Un anillo, una pulsera, un reloj o una manga suelta pueden engancharse en una pieza que gira y jalar la mano antes de que alcancen a reaccionar. La norma de maquinaria lo dice claro: nada de cadenas, anillos, pulseras ni mangas sueltas al operar. La argolla de matrimonio también va al casillero.

Ahora los guantes. Cada tarea pide el suyo según el riesgo: corte, calor, químicos o electricidad. Un guante holgado, o uno que no corresponde a esa tarea, puede atraparse en una pieza en movimiento igual que un anillo. Por eso tiene que ser de su talla, y si el procedimiento de una máquina indica trabajar sin guante, se respeta.

Las guardas están para que la mano no llegue al punto de operación. Si una guarda está quitada, rota o amarrada para que no estorbe, la máquina no se usa y se avisa al supervisor. Lo mismo si el paro de emergencia no responde.

Un caso de planta: una pieza se atora en la banda y el operador mete la mano para destrabarla sin pararla. La banda atrapa el guante y le jala la mano. Para destrabar, primero se para la máquina y se bloquea, como vimos en la plática de bloqueo y etiquetado.

El cúter se usa con la hoja apenas afuera y cortando hacia el lado contrario del cuerpo. Y al bajar una pieza pesada o cerrar una tapa, vean dónde quedan los dedos antes de soltar.

Para cerrar: anillos, pulseras y reloj en el casillero; el guante de su talla y de la tarea; y ninguna mano del otro lado de una guarda mientras la máquina pueda moverse.

Lo que dice la norma

- La NOM-004-STPS-1999 pide a quien opera maquinaria no portar cadenas, anillos, pulseras ni mangas sueltas (6.5) y reportar las guardas dañadas o bloqueadas (6.3), y las guardas impiden llegar al punto de operación (8.1).
- La NOM-017-STPS-2024 pide equipo de la talla de cada persona, con el ejemplo de los guantes holgados que se atrapan en partes en movimiento (5.3 c); los guantes son de uso personal (5.3 d).

Fuente: NOM-004-STPS-1999 (DOF 31-05-1999) y NOM-017-STPS-2024 (DOF 28-03-2025). Revisado el 23 de octubre de 2026.

Preguntas para el grupo

1. **¿Por qué no se usan anillos ni pulseras cerca de las máquinas?**
   Respuesta esperada: Porque se enganchan en las partes que giran y jalan la mano. La norma pide no portar cadenas, anillos, pulseras ni mangas sueltas durante la operación (NOM-004-STPS-1999, 6.5).

2. **¿Cuándo un guante se vuelve un riesgo?**
   Respuesta esperada: Cuando le queda grande o no es el de la tarea: un guante holgado se atrapa en partes en movimiento. El equipo va de la talla de cada persona (NOM-017-STPS-2024, 5.3 c) y los guantes no se comparten (5.3 d).

3. **¿Qué hacen si una guarda está quitada o no funciona?**
   Respuesta esperada: No usan la máquina y avisan al supervisor: los sistemas de protección deteriorados o bloqueados se reportan (NOM-004-STPS-1999, 6.3).

Lista de asistencia

Fecha _____ **Área** _____ **Quién la dio** _____

#	Nombre	Puesto	Firma
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

Guía de trabajo de Fyware: no es un formato oficial ni asesoría legal. Esta lista registra la difusión de la plática; no es una constancia de habilidades laborales.

Practica este riesgo: fyware.com/es/simulador-de-epp · Más pláticas: fyware.com/es/recursos/platicas-de-seguridad/cuidado-de-manos