

**PROCEDIMIENTO PARA TRABAJO SEGURO ASCENSO Y DESCENSO A POSTE CON
PRETALES**

Elaboró: Patricio Elías
Rodríguez Vega

Revisó: Laura Natalia Heredia
Palacios

Aprobó: Jairo Rubio
Bernate

Fecha: 17/08/2022

Fecha: 02/09/2022

Fecha: 02/09/2022

1. OBJETIVO

Establecer lineamientos técnicos para el trabajo seguro en postes, garantizando buenas prácticas en las maniobras de ascenso y descenso en postes, asegurando el cuidado integral de los colaboradores de la compañía en los diferentes frentes de trabajo.

2. CONTROL DE CAMBIO

Fecha	Descripción del cambio
16/03/17	Se relacionan el uso de cada uno de los formatos y se elimina responsables y marco legal.
15/01/20	Se cambia el nombre de procedimiento de trabajo seguro en alturas por procedimiento para trabajo seguro ascenso y descenso a poste con pretales, de igual manera se hace un procedimiento por cada actividad realizada.
08-07-2021	Modificación herramientas del documento, se agrega ítem izaje de cargas y materiales.
02/09/2022	Actualización del documento, en cumplimiento de resolución 4272 del 2021.

3. ALCANCE

Este procedimiento aplica para todo trabajo en ascenso y descenso a poste con pretales, se permitirá su uso como la última opción para acceso a postes en actividades desarrollado por SICTE S.A.S.

4. RESPONSABILIDAD

El cumplimiento de este procedimiento está a cargo del área SSTA, garantizando un adecuado control de todas las variables que inciden en los trabajos en ascenso y descenso a poste con pretales.

Este documento debe ser socializado a trabajadores que realizan trabajos en ascenso y descenso a poste con pretales, **como la última opción para acceso a postes**, el incumplimiento a estas consideraciones y las concernientes a la aplicación de la normatividad legal vigente para realizar trabajo seguro debe realizarse el ascenso y descenso seguro con escalera, puede acarrear responsabilidades en caso omiso.

5. SISTEMAS DE PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS

- Arnés dieléctrico multipropósito de cuerpo entero cuatro argollas.
- Eslinga de posicionamiento graduable.
- 2 anclajes portátiles de una argolla o (Tie Off) (uso un segundo tie off en caso de paso de obstáculos)


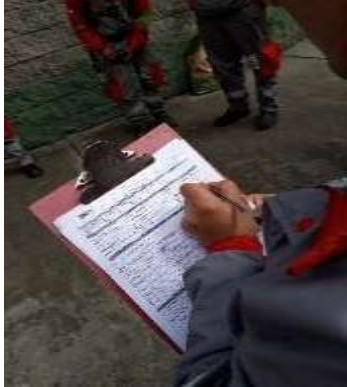
- 2 mosquetones en acero con una resistencia de 5000 libras

6. MEDIDAS DE PREVENCIÓN CONTRA CAÍDAS

Medida de prevención que incluye entre otros avisos informativos que indican con letras o símbolos gráficos el peligro de caída de personas y de objetos. La señalización debe estar visible a cualquier persona e instalada a 2 metros de la distancia entre sí del plano horizontal y a una altura de fácil visualización.

- Delimitación de área.
- Señalización (conos cinta de peligro)
- Control de acceso.
- Permiso de trabajo en alturas.
- Análisis de trabajo seguro ATS.
- Coordinador alturas ayudante de seguridad

7. ASCENSO Y DESCENSO A POSTE CON PRETALES

PASO A PASO DE LA ACTIVIDAD	MEDIDAS DE CONTROL	FOTOGRAFÍA
1. Evaluar sitio de trabajo identifique área y los peligros relacionados al sitio de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> • Si los postes se mueven, si el terreno está flojo, si presentan fracturas visibles en su base, inclinación, son muy delgados, hay presencia de lluvias o tormentas eléctricas, suspenda la operación y reporte esta condición. • Si en los postes o cerca de ellos hay presencia de panales de abejas o avispas o cualquier animal peligroso, suspenda la labor y solicite apoyo especializado para su retiro (No lo haga usted mismo). 	
2. Inspección de equipos de protección contra caídas Diligenciar permiso de trabajo en alturas y AST.	<ul style="list-style-type: none"> • Realice una inspección visual de los equipos y herramientas, detallando sus partes y verificando que estén en buena condición • Debe hacerse uso de los EPP, y equipos de protección contra caídas adecuados: arnés cuerpo entero cuatro argollas, eslinga de posicionamiento, pretales, mosquetón, Tie off, gafas de seguridad, guantes, botas de seguridad, overol, casco con barbuquejo de tres puntos • Diligenciamiento del permiso de trabajo, lista de chequeo / AST. Cumplimiento resolución 4272 del 2021 	

3. Señalización y demarcación del sitio de trabajo

- Se deberá delimitar y señalizar por medio de conos, como mínimo a una distancia de 1.80 metros del poste, se deberá tener en cuenta aspectos como la cantidad de flujo de personal, vehículos y área en la que se va a trabajar en la parte superior.
- Si se va a afectar una vía con paso de peatones, se debe garantizar con colombinas y cinta de seguridad un sendero peatonal.
- La delimitación deberá tener color amarillo/negros combinados.
- No permita que al área de trabajo ingresen personas sin elementos de protección personal y personal no autorizado.
- Realizar Calentamiento con movilidad articular y estiramiento antes de iniciar actividad.
- Si va a utilizar herramientas deberá asegurarlas de cierta forma que no vayan a caer, puede emplear un coordino o portaherramientas.



4. Colocación y aseguramiento del arnés de seguridad y los pretales y tie off

- Como primer paso Instale el tie off empleando las especificaciones técnicas del fabricante, a continuación, instale los pretales por debajo del tie off manteniendo el pretal de descanso por encima del pretal de apoyo empleando un nudo alondra para su colocación. (Como se presenta en la imagen)
- Conecte un mosquetón de cierre automático entre el tie off y el arnés antes de ingresar a los pretales, posteriormente ubíquese en el pretal de descanso y apoyo.
- Inicie la maniobra teniendo precaución y llevando el tie off siempre en un punto superior (Factor de caída 0) para evitar al máximo la distancia de caída libre.
- Cuando se manibre el pretal de descanso el trabajador deberá abrazar el poste con la pierna donde tenga el pretal de apoyo con la finalidad de tener mayor estabilidad y seguridad, tenga en cuenta llevar organizada la eslinga de posicionamiento si no se está usando.








PRETAL DE DESCANSO

PRETAL DE APOYO

- Suba alternadamente los pretales y el **anclaje portátil, siempre asegurado a la argolla frontal** de su arnés por medio del mosquetón, manteniéndolo tensionado.



<p>5. Ascenso al poste</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Suba con las manos libres. • A cada paso hale el conector de anclaje y la cuerda de los pretales para ajustarlos al poste y evitar su deslizamiento. • Mantenga siempre el conector de anclaje por encima del nivel del tórax. 	
<p>6. Paso de obstáculos durante el ascenso y el descenso.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Al llegar a un obstáculo, acérquese lo más posible a él y coloque la eslinga de posicionamiento por encima del mismo, asegúrela a las dos argollas laterales de su arnés para posicionarse. • Una vez posicionado, realiza cambio e instalación tie off por encima del obstáculo, no se podrá retirar eslinga de posicionamiento, hasta no estar anclado con el tie off, al arnés a argolla ubicadas en la parte esternal, y pélvica (pectoral) ; en todo momento debe estar asegurado con elemento de protección contra caídas certificado. • Instale el anclaje portátil por encima del obstáculo y nuevamente conéctese a él de la argolla frontal del arnés. • Una vez asegurado, suba alternadamente el anclaje y los pretales hasta pasar el obstáculo. (lo contrario al bajar) <p>PRECAUCIÓN: Nunca coloque la eslinga de posicionamiento por debajo del obstáculo, cerciórese del cierre correcto y conexión a las argollas del arnés del mosquetón y ancle los ganchos de doble seguro.</p>	
<p>7. Posicionamiento en el lugar de trabajo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando llegue al sitio de trabajo, no se desconecte del anclaje, acomode la eslinga de posicionamiento alrededor del poste. • Para realizar la labor mantenga la distancia de seguridad con circuitos no aterrizados. • El apoyo de las piernas debe realizarse siempre con los dos pretales, NUNCA EN UNO SOLO. • Se podrá aplicar dos métodos complementarios en la técnica de posicionamiento de trabajo: (1) ingresando los dos pies en cada uno de los pretales (2) ingresando una pierna completa en un pretal e ingresando los dos pies en el otro pretal formando una "V" sin sacar el pretal del muslo, en todo caso siempre se complementará con el tie off y la eslinga de 	

	<p>posicionamiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antes de aplicar la técnica de posicionamiento de trabajo verifique que los linguetes de apertura del gancho se encuentren enfrentados entre sí y que estén correctamente cerrados sin ninguna obstrucción. 	
<p>8. Kit de izaje de herramientas y equipos y materiales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Si en la actividad requiere subir materiales, herramientas y equipos deben ser con cuerda adicional; cuando el trabajador esté debidamente posicionado en el poste • El trabajador debe realizar el acceso o descenso con manos libres sin ninguna obstrucción. • Izar el equipo hasta el sitio requerido con coordinó o cuerda para subir equipos herramientas materiales, si el peso supera 10 kilos se utiliza, polea sencilla, instalando un punto de anclaje fijo por encima dónde requiere subir o bajar equipos o herramientas. (posteriormente el material izado debe ser asegurado) 	
<p>9. Descenso del Trabajador con ayuda de pretales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Baje alternadamente los pretales y el tie off, siempre asegurada a la argolla frontal de su arnés. • Durante el descenso, mantenga siempre el Tie Off por encima del nivel de su pecho tan alto como le sea posible, esto permitirá disminuir la distancia de caída libre en caso de caída del trabajador. <p>Aplique la técnica de descenso con ayuda del pretal de apoyo y de descanso, mantenga una separación de aprox 5 cm entre pretal y pretal para evitar remotes de este, y organice la eslinga de posicionamiento de cierta forma que no genere riesgo de enredarse.</p>	
<p>10. Inspección de equipos, inventario, terminación de la actividad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Desconecte los equipos, revíselos que no tengan daños, recoja la señalización y guárdela. • Inspeccione el área, si quedó algún residuo y dejar limpio y aseado. • Cierre de permiso de trabajo seguro en alturas. 	

11. Fin de la actividad

7. REGISTROS RELACIONADOS

Código	Nombre
PG - 03	Programa de prevención y protección contra caídas en alturas.
PL - 009	Plan de rescate para trabajo seguro en alturas
F - 137	Permiso trabajo en alturas AST.