

## Esta guía contiene

1

Inspección del arnés

2

Uso del arnés

## GUÍA INSPECCIÓN ARNÉS

1

*Cuidarme en el trabajo, es Cuidar a mi familia*

Siga paso a paso las siguientes indicaciones para la inspección de los arneses

1

### Revisión de Reata o cinta textil

Deslice la mano suavemente a lo largo de la reata para detectar cambios de textura ásperos o contaminados.



2

### Revisión de Reata o cinta textil

Detecte fibras rotas, surcos en los bordes, cortes de 1 mm o más en los orillos de la reata o quemaduras.



3

### Revisión de Reata o cinta textil

Detecte la reata contaminada con químicos, grasas, pinturas, cambio de color, superficie quebradiza, entre otros.



4

### Revisión de Reata o cinta textil

En los tramos con costura hale la reata con sus manos y doble en posición "U" invertida. Esta posición permite detectar daños en la reata o en las fibras de la costura.



5

### Revisión de las costuras

Los hilos deberán ser del mismo material que la reata pero de un color diferente que contraste para facilitar la inspección. Chequee daños en las costuras o puntadas sueltas. Con tres puntadas consecutivas sueltas se retira el arnés de uso.



6

### Revisión de herrajes y argollas

Verificar deformaciones, fisuras, corrosión excesiva y/o bordes rugosos o afilados. El anillo D debe girar libremente y las costuras apropiadas en argollas D. Cualquier irregularidad es causal de rechazo.



**7**

### Revisión de herrajes y argollas

Verificar el funcionamiento de resortes y /o deslizamiento de reata sobre hebillas, daño en costuras o fibras, corrosión o contaminación excesiva o desgaste en los extremos que evite adecuado funcionamiento.

**8**

### Revisión de la etiqueta

La etiqueta debe estar y también estar legible, que contenga la fecha de fabricación del equipo, certificación, serie e inspecciones por parte de la persona competente.

**9**

### Almacenamiento

Los equipos deberán ser almacenados en un sitio limpio, seco y fresco y fuera del alcance de los rayos del sol.



## GUÍA USO DEL ARNES

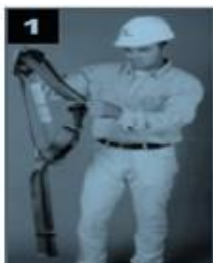
**2**

*Cuidarme en el trabajo, es Cuidar a mi familia*

**ANTES** de utilizar siga paso a paso estas instrucciones

**1**

Suspenda el arnés en alto tomándolo del anillo de espalda en D. Antes de continuar, arregle todas las correas que estén torcidas.

**2**

Tome las correas de hombros por encima de la pieza de colocación de la correa delantera y levante el arnés por encima de la cabeza. Bájelo de modo que su cabeza quede entre las piezas de colocación delantera y trasera.

**3**

Continúe bajando el arnés hasta que las correas de hombros se apoyen en sus hombros. Las correas de los muslos quedarán colgando en la parte del frente de sus muslos.

**4**

Pasando la mano entre las piernas, tome una de las correas de los muslos y llévela hacia adelante. Asegúrese de no torcer ni cruzar las correas entre las piernas.

**5**

Inserte la hebilla ladeada en la abertura de la hebilla de retención hasta que pase por completo. Asegúrese que la hebilla quede adecuadamente asentada.

**6****7**

Inserte la correa de los muslos en la hebilla y ajústela hasta que la correa esté ceñida pero cómoda, en ambos muslos. Para concluir el ajuste de las correas de los muslos, fije los extremos de cada correa.



## DURANTE la utilización siga paso a paso las siguientes instrucciones

1

Es importante que el arnés no quede ni muy apretado ni muy flojo para evitar incomodidad o que las hebillas se abran por efecto del desajuste. Las correas no deben quedar sueltas.



2

El anillo de espalda en D quedará centrado entre los omóplatos.



3

La pieza de colocación delantera del tórax quedara centrada al nivel del pecho y los anillos en D al lado de la cadera quedarán apuntando hacia adelante.



## DESPUÉS de utilizarlo

1

Para quitarse el arnés, desabroche las correas de los muslos y pase los brazos por debajo de las correas de los hombros.



2

Tome el arnés por la parte del frente y elévelo por encima de la cabeza.



3

Después de usarlo devuelva el arnés a la persona apropiada o sitio de espera y prepárelo para limpieza y almacenamiento.

