

Guía sobre:
**Medidas de Seguridad
en el Uso de Zancos de
Trabajo. Reglamento
General de Seguridad en
Construcciones**

MTSS
Ministerio de Trabajo y Seguridad Social



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL

13

Guía sobre Medidas de Seguridad en el Uso de Zancos de Trabajo. Reglamento General de Seguridad en Construcciones

En la presente guía se muestran las medidas de seguridad a considerar cuando se utilicen zancos de trabajo en proyectos de construcción.

Se muestran las disposiciones reguladas en el Reglamento General de Seguridad en Construcciones, con la finalidad

de que sean implementadas en los diferentes proyectos constructivos, y así promover una cultura de prevención y cumplimiento en materia de seguridad y salud en el trabajo, en aras de contribuir en la disminución de accidentes en los centros de trabajo del sector construcción.



Contenido

1. Acuerdo del Consejo de Salud Ocupacional.....	4
2. Legislación aplicable	4
2.1. Normas Técnicas	4
3. Análisis de riesgos	4
4. Definiciones.....	6
5 Medidas de seguridad en el uso de zancos de trabajo	7
5.1. Antes de autorizar el uso de zancos	7
5.2. Condiciones de los puestos, locales y áreas de trabajo donde se utilicen zancos.....	8
6. ¿Cómo inspeccionar los zancos de trabajo?.....	11
7. Lista de verificación de condiciones de seguridad en el uso de zancos de trabajo el sector construcción.....	14
8. Comité de Trabajo	17
9. Fotografías e imágenes	18



1. Acuerdo del Consejo de Salud Ocupacional

Esta guía fue aprobada por el Consejo de Salud Ocupacional según Acuerdo N° 001-2022, de la Sesión Extraordinaria N° 12-2022, del 05 de mayo de 2022.

2. Legislación aplicable

Decreto 40790 S-MTSS Reglamento General de Seguridad en Construcciones, Capítulo XII, Uso de zancos de trabajo.

2.1. Normas Técnicas

En relación con normas técnicas sobre zancos de trabajo en Costa Rica, se cuenta con una norma, la cual es de implementación voluntaria.

INTE T105:2019 Uso de zancos de trabajo. Medidas de seguridad

3. Análisis de riesgos

Antes de iniciar las actividades se debe realizar un análisis de los riesgos, donde se considere la probabilidad y las consecuencias de que ocurra una situación que pueda provocar un accidente.

Entre las consecuencias a que se exponen las personas que utilizan zancos de trabajo se encuentran

- a. Caídas a distinto nivel en los trabajos realizados por: proximidad de huecos en paredes y suelos, cercanía a las ventanas, ductos de ascensor, apoyo incorrecto o irregular (superficies sucias o resbaladizas), ajuste inadecuado de los zancos, falta de mantenimiento del equipo.



- b. Tropiezos con escombros, materiales, herramientas en el piso o por pérdida de equilibrio.
- c. Electrocutación debido a su utilización en suelo húmedo y la posible existencia de cables eléctricos.
- d. Trastornos músculo esqueléticos debido a la presión que sufren las extremidades inferiores y la espalda en la realización de los trabajos.
- e. Problemas de circulación sanguínea de las extremidades inferiores por la presión en el ajuste de las correas.



Este análisis ayuda a identificar peligros y estimar el riesgo estableciendo medidas preventivas que garanticen la seguridad y salud de las personas en los proyectos de construcción y su entorno.

4. Definiciones

Las definiciones utilizadas en la presente guía son tomadas de lo expuesto en el apartado 2. Legislación aplicable, 2.1. Normas Técnicas o construcción propia.

Riesgo: Combinación de la probabilidad de que ocurran eventos o exposiciones peligrosas, y la gravedad de la lesión o enfermedad que pueda ocurrir.

Zancos de trabajo: son dispositivos fabricados con materiales resistentes y partes que permiten una mayor estabilidad y tracción, que se utilizan para facilitar que una persona trabajadora se sostenga sobre ellos a una cierta altura del suelo y le permita movilidad en condiciones controladas para ejecutar sus labores.

Base de apoyo: Su función es evitar que el Zanco se resbale cuando se apoya en superficies húmedas o resbaladizas.

Correas o sistemas de sujeción: Se utilizan para sujetar firmemente el Zanco a la pierna y lograr ajuste completo entre las partes.



5. Medidas de seguridad en el uso de zancos de trabajo

5.1. Antes de autorizar el uso de zancos

La persona empleadora, antes de autorizar el uso de zancos a las personas trabajadoras, debe garantizar:

- a) Que las personas trabajadoras no padezcan una enfermedad que afecte su salud y seguridad, tales como vértigo, mareos, entre otras, mediante valoración médica.
- b) Que cuenten con la formación teórica y práctica para el uso de los zancos.
- c) Que cumplan con los requisitos que se indiquen en la ficha técnica del equipo.
- d) La persona empleadora debe contar con la ficha técnica de los zancos que se utilicen en los centros de trabajo, así como cumplir con los requisitos de ensamble, uso y mantenimiento establecidos por el fabricante.



5.2. Condiciones de los puestos, locales y áreas de trabajo donde se utilicen zancos

Los puestos, locales y áreas de trabajo donde se utilicen zancos deben cumplir con lo siguiente:

- a) La superficie de trabajo debe estar ordenada o libre de elementos como, materiales, extensiones, herramientas y protegida de hoyos, abertura y derrames.
- b) Debe existir un área a desnivel donde las personas trabajadoras puedan colocarse y quitarse los zancos de manera segura.



- c)** En caso de existir algún sistema provisional para protección contra caídas en el área de trabajo, este debe aumentar en altura por una cantidad igual a la altura de los zancos utilizados por la persona trabajadora.
- d)** Cuando se realicen trabajos próximos a ventanas, bordes y/o aberturas, deben colocarse sistemas de protección contra caídas, acorde a la altura de los zancos.
- e)** Se debe delimitar la zona de trabajo en la que se pueden utilizar los zancos.

La delimitación se puede realizar mediante señalización o identificación de las zonas de trabajo.

- f)** Cada área de trabajo con zancos debe contar con al menos un ayudante.
- g)** No se podrán realizar trabajos con zancos metálicos en lugares húmedos y con presencia de electricidad.



- h) Las personas trabajadoras con zancos deben descansar cinco (5) minutos por cada dos (2) horas de trabajo continuo durante la jornada laboral.
- i) Todos los zancos utilizados deben disponer de la ficha técnica del fabricante.



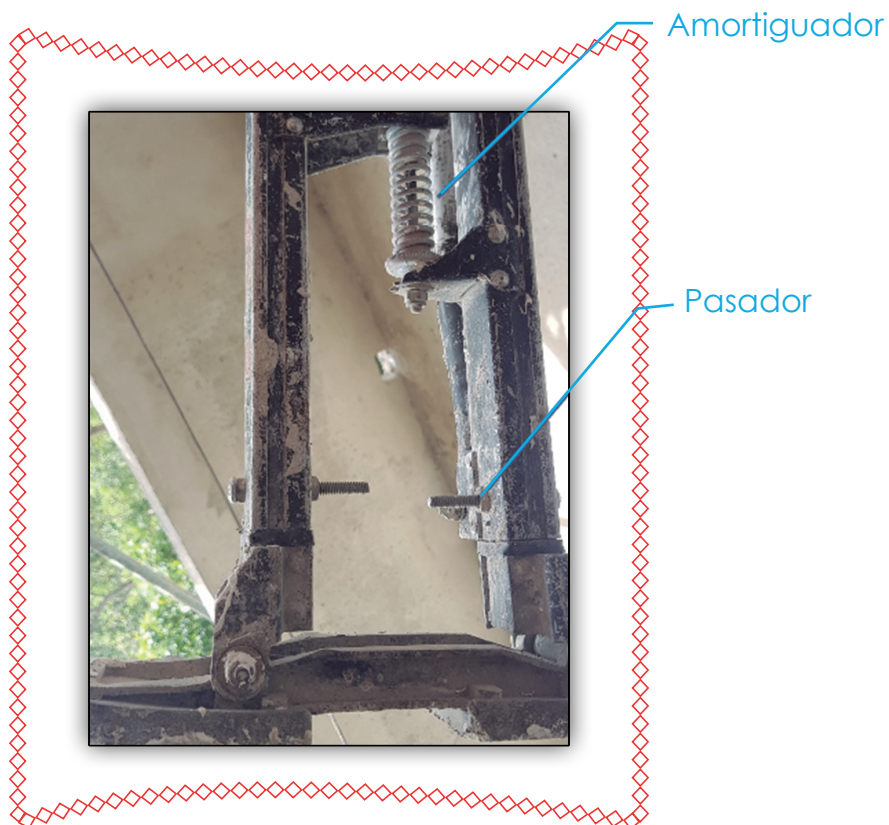
6. ¿Cómo inspeccionar los zancos de trabajo?

Antes de iniciar las labores se recomienda inspeccionar que los zancos de trabajo se encuentren en buen estado.

Se debe asegurar que las suelas se encuentren libres de suciedad.



Revisar la existencia de pasadores y el buen funcionamiento de amortiguadores.



Inspeccionar que las correas y hebillas estén en buen estado, libres de cortes, huecos o quemaduras.



Revisar que las partes metálicas del zanco se encuentren libres de golpes, abolladuras y deformaciones.



7. Lista de verificación de condiciones de seguridad en el uso de zancos de trabajo el sector construcción

Nombre de la empresa: _____	Fecha de Inspección: _____
Nombre del Proyecto de construcción: _____	
Nombre de la persona que realiza la Inspección _____	Cargo que desempeña: _____
Número de personas trabajadoras: _____	

SI: cumple con la normativa **NO:** cumple con la normativa **N/S:** no sabe la respuesta **N/A:** no aplica la pregunta

CONDICIONES DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO	Se cumple			
	SI	NO	N/S	N/A
1. BLOQUE. CONDICIONES DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO				
1.1. USO DE ZANCOS DE TRABAJO				
1.1.1.1. ¿La persona empleadora, antes de autorizar el uso de zancos a las personas trabajadoras, garantiza lo siguiente?:				
<ul style="list-style-type: none"> • Que las personas trabajadoras no padezcan una enfermedad que afecte su salud y seguridad, tales como vértigo, mareos, entre otras, mediante valoración médica. (inciso a) 				
<ul style="list-style-type: none"> • Que cuenten con la formación teórica y práctica para el uso de los zancos. (inciso b) 				

CONDICIONES DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO	Se cumple			
	SI	NO	N/S	N/A
<ul style="list-style-type: none"> Que cumplan con los requisitos que se indiquen en la ficha técnica del equipo. (inciso c) 				
<ul style="list-style-type: none"> La persona empleadora debe contar con la ficha técnica de los zancos que se utilicen en los centros de trabajo, así como cumplir con los requisitos de ensamble, uso y mantenimiento establecidos por el fabricante. (inciso d) <p>(Reglamento General de Seguridad en Construcciones, Decreto 40790-S-MTSS, Artículo 165)</p>				
<p>1.1.1.2. ¿Los puestos, locales y áreas de trabajo donde se utilicen zancos cumplen con lo siguiente?:</p> <ul style="list-style-type: none"> La superficie de trabajo debe estar libre de hoyos, aberturas, derrames, materiales, extensiones, herramientas. (inciso a) 				
<ul style="list-style-type: none"> Debe existir una plataforma donde las personas trabajadoras puedan colocarse y quitarse los zancos de manera segura. (inciso b) 				
<ul style="list-style-type: none"> En caso de existir algún sistema provisional para protección contra caídas en el área de trabajo, este debe aumentar en altura por una cantidad igual a la altura de los zancos utilizados por la persona trabajadora. (inciso c) 				
<ul style="list-style-type: none"> Cuando se realicen trabajos próximos a ventanas, bordes y/o aberturas, deben colocarse sistemas de protección contra caídas, acorde a la altura de los zancos. (inciso d) 				
<ul style="list-style-type: none"> Se debe delimitar la zona de trabajo. (inciso e) 				
<ul style="list-style-type: none"> Cada área de trabajo con zancos debe contar con al menos un ayudante. (inciso f) 				
<ul style="list-style-type: none"> No se pueden realizar trabajos con zancos metálicos en lugares húmedos y con presencia de electricidad. (inciso g) 				

CONDICIONES DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO	Se cumple			
	SI	NO	N/S	N/A
<ul style="list-style-type: none">Las personas trabajadoras con zancos deben descansar cinco (5) minutos por cada dos (2) horas de trabajo continuo durante la jornada laboral. (inciso h)				
<ul style="list-style-type: none">Todos los zancos utilizados deben disponer de la ficha técnica del fabricante. (inciso i) <p>(Reglamento General de Seguridad en Construcciones, Decreto 40790-S-MTSS, Artículo 166)</p>				

8. Comité de Trabajo

A continuación, se mencionan las personas que participaron en la elaboración de la presente guía

Participante	Empresa o Institución
Tatiana María Díaz Mora	Consejo de Salud Ocupacional- Ministerio de Trabajo y Seguridad Social
Andrea Chacón Avilés Marcial Rivera Rodríguez	Colegio Federado de Ingenieros y de Arquitectos
Carolina Cascante Delgado, Edificar Nerea Olabarrieta Barquero, Rae Ingenieros Andrea Puente Urbina, Edica Paulina Quesada Navarro, Volio y Trejos Asociados Jesús, Sánchez Pereira Bilco Costa Rica Gloria Vargas García, Proycon	Comisión Nacional de Salud Ocupacional en Construcción (CONASOC)
Mariana Vílchez Villegas	Colaboración, como parte del Trabajo Comunal Universitario de la Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología, ULACIT

9. Fotografías e imágenes

- Consejo de Salud Ocupacional-Ministerio de Trabajo y Seguridad Social
- Mariana Vílchez Villegas, Colaboración, como parte del Trabajo Comunal Universitario de la Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología, ULACIT
- Jesús, Sánchez Pereira Bilco Costa Rica



