



1 de julio del 2026 Seguridad SSOMA en el área de almacén

Objetivo: Promover una cultura preventiva para evitar accidentes y proteger la salud de los trabajadores.

Buenos días equipo.

Hoy recordaremos la importancia de la Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente **(SSOMA)** en el área de almacén. Aunque muchas veces se considera un lugar de bajo riesgo, en realidad existen numerosos peligros que pueden ocasionar accidentes graves.

En el almacén realizamos actividades como recepción, almacenamiento, despacho y manipulación de materiales. Estas tareas implican riesgos como caídas al mismo nivel, golpes por objetos, atrapamientos, sobreesfuerzos y caída de materiales desde altura.

Cada trabajador tiene la responsabilidad de cumplir los procedimientos establecidos, utilizar correctamente los Equipos de Protección Personal (EPP), mantener el orden y reportar cualquier condición insegura.

Recordemos que la prevención comienza antes de iniciar la tarea. Debemos verificar que los pasillos permanezcan libres, que las estanterías se encuentren en buen estado y que los materiales estén correctamente apilados.

La seguridad es responsabilidad de todos. Un accidente puede afectar no solo al trabajador, sino también a su familia y a toda la organización.

CONCLUSION : *Trabajar de forma segura significa regresar sano a casa todos los días.*



2 de julio del 2026 Identificación de peligros en almacenes

Objetivo: Reconocer los peligros presentes antes de iniciar cualquier actividad.

Buenos días.

Antes de realizar cualquier trabajo debemos identificar los peligros presentes en nuestro entorno.

En un almacén podemos encontrar:

- Caída de materiales almacenados.
- Tránsito de montacargas y equipos móviles.
- Pisos resbalosos.
- Objetos punzocortantes.
- Sobreesfuerzo por manipulación manual de cargas.
- Riesgo eléctrico.
- Incendios por almacenamiento inadecuado de materiales inflamables.

Una vez identificado el peligro debemos evaluar el riesgo y aplicar las medidas de control correspondientes.

Nunca debemos asumir que una tarea es segura solamente porque la hemos realizado muchas veces.

Si observamos una condición insegura debemos comunicarla inmediatamente al supervisor.

CONCLUSION : *Identificar un peligro a tiempo puede evitar un accidente.*



3 de julio del 2026 IPERC en operaciones de almacén

Objetivo: Aplicar correctamente la Identificación de Peligros, Evaluación de Riesgos y Controles antes de realizar cualquier actividad.

Buenos días.

El IPERC constituye la principal herramienta preventiva utilizada en minería y en plantas de beneficio para controlar los riesgos laborales.

Antes de ejecutar cualquier actividad debemos identificar los peligros presentes, evaluar el nivel de riesgo y establecer controles eficaces.

Por ejemplo, durante la descarga de materiales con montacargas existen riesgos de atropello, caída de la carga y atrapamiento. Para controlar estos riesgos es necesario delimitar el área, mantener comunicación entre operador y personal de apoyo, utilizar EPP y respetar las rutas de circulación.

Cuando realizamos manipulación manual de cargas debemos evaluar el peso, la postura corporal y la distancia del traslado para evitar lesiones musculoesqueléticas.

El principio más importante del IPERC es aplicar la jerarquía de controles:

1. Eliminar el peligro.
2. Sustituir el proceso o material.
3. Implementar controles de ingeniería.
4. Aplicar controles administrativos.
5. Utilizar equipos de protección personal.

Recordemos que el EPP constituye la última barrera de protección y nunca debe ser considerado como la única medida preventiva.

Antes de iniciar la jornada debemos participar activamente en la revisión del IPERC y comunicar cualquier cambio en las condiciones del trabajo.

Si cambian las condiciones inicialmente evaluadas, el IPERC debe actualizarse inmediatamente.

Reflexión final: *Un IPERC correctamente elaborado puede evitar accidentes graves e incluso salvar vidas.*



4 de julio del 2026 Orden y limpieza (5S)

Objetivo: Mantener un ambiente de trabajo limpio, organizado y seguro.

Buenos días.

El orden y la limpieza representan una de las medidas preventivas más importantes dentro de cualquier almacén.

La metodología japonesa 5S nos permite mantener áreas seguras y eficientes.

Las cinco etapas son:

Clasificar: Separar los materiales necesarios de los innecesarios.

Ordenar: Ubicar cada elemento en un lugar definido y correctamente identificado.

Limpiar: Eliminar polvo, residuos, derrames y desperdicios.

Estandarizar: Mantener procedimientos para conservar el orden.

Disciplina: Crear el hábito de cumplir permanentemente las cuatro etapas anteriores.

Cuando un almacén permanece limpio se reducen considerablemente los riesgos de caídas, golpes, incendios y pérdidas de materiales.

Los pasillos deben permanecer completamente libres.

Nunca debemos almacenar materiales delante de tableros eléctricos, extintores o salidas de emergencia.

Los pallets deteriorados deben retirarse inmediatamente.

Los derrames de aceites o sustancias químicas deben limpiarse utilizando los procedimientos establecidos y los kits de emergencia correspondientes.

Recordemos que el orden también facilita el control de inventarios y reduce tiempos de búsqueda.

Cada trabajador debe asumir la responsabilidad de mantener limpia su área durante toda la jornada.

Reflexión final: *El orden refleja disciplina; la disciplina genera seguridad.*



5 de julio del 2026 Señalización en almacenes

Objetivo: Reconocer y respetar la señalización de seguridad para prevenir accidentes y responder adecuadamente ante emergencias.

Buenos días.

La señalización constituye un sistema de comunicación visual diseñado para advertir peligros, establecer obligaciones y orientar al personal durante sus actividades.

Las señales deben permanecer visibles, limpias y en buen estado.

Existen diferentes tipos:

- Señales de prohibición (color rojo): indican acciones que no están permitidas, como fumar o ingresar sin autorización.
- Señales de obligación (color azul): indican el uso obligatorio de EPP o el cumplimiento de una acción específica.
- Señales de advertencia (color amarillo): alertan sobre riesgos como cargas suspendidas, riesgo eléctrico o sustancias peligrosas.
- Señales de emergencia (color verde): indican rutas de evacuación, salidas de emergencia, duchas de seguridad, botiquines y puntos de reunión.
- Señales contra incendios (color rojo): identifican extintores, gabinetes contra incendio e hidrantes.

Nunca debemos retirar una señal, cubrirla con materiales o utilizarla como soporte para herramientas.

Además, debemos respetar las demarcaciones de tránsito peatonal y vehicular dentro del almacén, manteniendo siempre la segregación entre personas y equipos móviles.

Conocer la señalización puede marcar la diferencia durante una emergencia.

Reflexión final: *Las señales nos hablan antes de que ocurra un accidente; aprendamos a interpretarlas y respetarlas.*



6 de julio del 2026 Uso correcto de EPP en almacén

Objetivo: Garantizar el uso adecuado de los Equipos de Protección Personal para reducir la gravedad de posibles accidentes.

Buenos días.

Los Equipos de Protección Personal constituyen la última barrera entre el trabajador y el peligro. Su uso correcto disminuye la probabilidad de sufrir lesiones graves cuando los riesgos no pueden eliminarse por otros medios.

En el almacén, el EPP debe seleccionarse de acuerdo con los riesgos específicos de cada tarea. Generalmente incluye casco de seguridad, lentes de protección, guantes adecuados al tipo de material manipulado, calzado de seguridad con puntera reforzada y suela antideslizante, chaleco reflectivo y, cuando corresponda, protección auditiva o respiratoria.

Antes de iniciar la jornada es obligatorio inspeccionar el estado del EPP. Si presenta desgaste, fisuras, roturas o cualquier defecto que comprometa su eficacia, debe reemplazarse de inmediato.

Es importante recordar que un casco sin ajustar, unos lentes rayados o unos guantes inadecuados pueden generar una falsa sensación de seguridad y aumentar el riesgo de lesiones.

El EPP debe mantenerse limpio, almacenarse correctamente y utilizarse durante toda la ejecución de la tarea. Quitárselo por comodidad, aunque sea por unos minutos, puede exponer al trabajador a un accidente.

Asimismo, el uso del EPP no reemplaza el cumplimiento de los procedimientos de trabajo seguro, el IPERC ni las demás medidas de control establecidas por la empresa.

Reflexión final: *El EPP no evita que exista el peligro, pero sí puede evitar que una lesión cambie nuestra vida. Utilicémoslo correctamente en todo momento.*



7 de julio del 2026 Riesgos en manipulación de materiales

RIESGOS EN LA MANIPULACIÓN DE MATERIALES

Objetivo: Identificar los riesgos asociados a la manipulación de materiales y aplicar medidas preventivas para evitar accidentes.

Buenos días, compañeros.

La manipulación de materiales es una actividad diaria en el almacén, pero también representa una de las principales causas de accidentes laborales. Cada vez que trasladamos, levantamos, empujamos o descargamos materiales estamos expuestos a diferentes peligros que pueden ocasionar lesiones graves si no trabajamos de manera segura.

Entre los riesgos más frecuentes encontramos golpes por caída de objetos, atrapamientos de manos o pies, cortes con materiales filosos, sobreesfuerzos físicos, resbalones por superficies contaminadas y atropellos por equipos móviles como montacargas.

Antes de mover cualquier material debemos evaluar su peso, dimensiones, estabilidad y el recorrido que seguiremos. También debemos verificar que el camino esté libre de obstáculos, que el piso no presente derrames y que exista iluminación suficiente para realizar la tarea con seguridad.

Si el material supera nuestra capacidad física, nunca debemos intentar moverlo solos. Debemos solicitar apoyo a otro trabajador o utilizar equipos mecánicos como montacargas, transpaletas o carros de transporte.

Es importante mantener una comunicación permanente con nuestros compañeros cuando se movilen cargas voluminosas, evitando ubicarse debajo de cargas suspendidas o dentro del radio de acción de los equipos de izaje.

Además, debemos utilizar siempre el EPP correspondiente: casco, lentes de seguridad, guantes adecuados, calzado de seguridad y chaleco reflectivo.

Recordemos que la mayoría de los accidentes durante la manipulación de materiales ocurren por exceso de confianza, falta de planificación o incumplimiento de los procedimientos.

CONCLUSION

"Antes de mover una carga, analiza el riesgo. Cinco segundos de planificación pueden evitar meses de recuperación."



8 de julio del 2026 Ergonomía en carga y descarga

Objetivo: Aplicar principios ergonómicos para prevenir lesiones musculoesqueléticas durante las actividades de carga y descarga.

Buenos días.

La ergonomía busca adaptar el trabajo a las capacidades físicas del trabajador para reducir el esfuerzo y prevenir lesiones.

En las labores de carga y descarga es común adoptar posturas incorrectas, realizar movimientos repetitivos o manipular pesos excesivos, situaciones que pueden generar lesiones en la espalda, hombros, rodillas y muñecas.

Antes de iniciar una tarea debemos planificar el trabajo, conocer el peso de la carga y verificar que el área de desplazamiento esté despejada.

Siempre debemos mantener la carga cerca del cuerpo, evitando extender los brazos innecesariamente. También es importante evitar giros bruscos del tronco; cuando necesitemos cambiar de dirección debemos mover todo el cuerpo utilizando los pies.

Si la actividad implica movimientos repetitivos durante varias horas, es recomendable alternar tareas y realizar pausas activas para disminuir la fatiga muscular.

Las ayudas mecánicas disponibles, como carros, transpaletas o montacargas, deben utilizarse siempre que sea posible para reducir el esfuerzo físico.

Recordemos que una lesión musculoesquelética puede desarrollarse lentamente y afectar permanentemente nuestra capacidad de trabajo.

CONCLUSION

"Trabajar con buena ergonomía protege tu salud hoy y preserva tu capacidad física para el futuro."



9 de julio del 2026 Levantamiento manual de cargas

Objetivo: Aplicar procedimientos seguros para el levantamiento manual de cargas.

Buenos días.

El levantamiento manual de cargas es una actividad cotidiana en el almacén, pero también una de las principales causas de lesiones lumbares.

Antes de levantar cualquier objeto debemos evaluar:

- Su peso.
- Su tamaño.
- La estabilidad de la carga.
- La distancia que será transportada.
- Las condiciones del recorrido.

Si la carga es demasiado pesada o incómoda para manipularla, debemos solicitar ayuda o utilizar equipos mecánicos.

La técnica correcta consiste en acercarse a la carga, separar los pies al ancho de los hombros para lograr estabilidad, flexionar las rodillas manteniendo la espalda recta y sujetar firmemente el objeto.

El levantamiento debe realizarse utilizando la fuerza de las piernas y no la espalda. La carga debe mantenerse siempre cerca del cuerpo para reducir el esfuerzo sobre la columna vertebral.

Nunca debemos levantar cargas realizando movimientos bruscos o girando únicamente la cintura. Para cambiar de dirección debemos mover todo el cuerpo.

Además, debemos evitar transportar cargas que impidan la visibilidad del camino.

Recordemos que una lesión de espalda puede acompañarnos durante muchos años y afectar nuestra calidad de vida.

CONCLUSION

"Levantar correctamente una carga toma solo unos segundos; recuperarse de una lesión puede tomar meses."



10 de julio del 2026 Técnicas de levantamiento seguro

Objetivo: Reforzar las técnicas correctas para levantar materiales de manera segura.

Buenos días.

Hoy recordaremos los pasos básicos para realizar un levantamiento seguro.

Antes de iniciar:

- Verifique el peso de la carga.
- Inspeccione el camino por donde se desplazará.
- Utilice el EPP correspondiente.
- Asegure un buen agarre.

Durante el levantamiento:

- Coloque un pie ligeramente adelante del otro para mantener equilibrio.
- Flexione las rodillas.
- Mantenga la espalda recta.
- Active la fuerza de las piernas.
- Mantenga la carga cerca del abdomen.

Durante el transporte:

- Camine lentamente.
- Mantenga siempre buena visibilidad.
- Evite movimientos bruscos.
- No gire la cintura mientras sostiene la carga.

Al depositar el material:

- Flexione nuevamente las rodillas.
- Baje la carga lentamente.
- Evite dejar caer el material.

Si el objeto tiene dimensiones excesivas o peso elevado, no dude en utilizar equipos auxiliares.

La seguridad depende de aplicar la técnica correcta en cada levantamiento, sin importar que la carga parezca liviana.

CONCLUSION

"La técnica correcta protege tu columna y evita accidentes innecesarios."



11 de julio del 2026 Prevención de lesiones lumbares

Buenos días.

La región lumbar soporta gran parte del peso del cuerpo y es una de las zonas más afectadas durante las labores de manipulación manual de materiales.

Las lesiones lumbares generalmente se producen por levantar cargas de manera incorrecta, realizar esfuerzos excesivos, adoptar malas posturas o trabajar durante largos periodos sin descanso.

Para prevenirlas debemos:

- Utilizar técnicas correctas de levantamiento.
- Evitar movimientos repetitivos sin pausas.
- Mantener una postura adecuada durante la jornada.
- Utilizar ayudas mecánicas cuando estén disponibles.
- Fortalecer la musculatura mediante ejercicios y pausas activas.

Si durante una tarea sentimos dolor intenso o pérdida de fuerza, debemos detener inmediatamente la actividad e informar al supervisor.

Nunca debemos ignorar un dolor lumbar pensando que desaparecerá por sí solo.

Una lesión tratada oportunamente tiene mayores posibilidades de recuperación.

Nuestra salud es el recurso más valioso que tenemos.

CONCLUSION

"Cuidar tu espalda es cuidar tu futuro laboral y tu calidad de vida."



12 de julio del 2026 Apilamiento seguro de materiales

Objetivo: Garantizar un almacenamiento seguro para evitar caídas de materiales y accidentes.

Buenos días.

El apilamiento adecuado de materiales es fundamental para prevenir accidentes dentro del almacén.

Un almacenamiento incorrecto puede provocar el colapso de pilas, caída de materiales, daños a los productos y lesiones graves al personal.

Antes de apilar materiales debemos verificar que:

- El piso sea firme y nivelado.
- Las estanterías estén en buen estado.
- La carga no supere la capacidad permitida.
- Los materiales sean compatibles entre sí.

Los objetos más pesados deben colocarse en los niveles inferiores y los más livianos en la parte superior para mantener la estabilidad.

Las pilas deben mantenerse alineadas y no deben obstaculizar pasillos, salidas de emergencia, tableros eléctricos, extintores ni equipos contra incendios.

Cuando se utilicen pallets, estos deben encontrarse en buenas condiciones, sin tablas rotas ni deformaciones que comprometan la estabilidad de la carga.

Además, los materiales deben estar correctamente identificados mediante etiquetas que indiquen su contenido, peso, riesgos asociados y condiciones especiales de almacenamiento.

Un almacén organizado facilita el trabajo, reduce tiempos de búsqueda y, principalmente, protege la integridad de todos los trabajadores.

CONCLUSION

"Una carga bien apilada permanece en su lugar; una carga mal apilada puede convertirse en un accidente."



13 de julio del 2026 Estabilidad de cargas

Objetivo

Concientizar al personal sobre la importancia de mantener la estabilidad de las cargas durante su almacenamiento, manipulación y transporte para prevenir accidentes.

Buenos días, compañeros.

En el almacén, una carga mal acomodada puede convertirse en un peligro grave. La pérdida de estabilidad puede provocar la caída de materiales, golpes, atrapamientos, daños a los equipos e incluso accidentes fatales.

Antes de mover o almacenar cualquier carga debemos verificar que esté correctamente asegurada. Los materiales deben distribuir su peso de manera uniforme y permanecer centrados sobre el pallet o la plataforma de transporte.

Cuando una carga queda inclinada, sobresale de los límites del pallet o presenta deformaciones, aumenta considerablemente el riesgo de caída durante el traslado.

Si utilizamos montacargas, la carga debe mantenerse lo más cerca posible del respaldo del equipo y con las uñas completamente introducidas debajo del pallet. Durante el desplazamiento, la carga debe mantenerse a una altura baja para mejorar la estabilidad del vehículo y reducir el riesgo de vuelco.

Las cargas cilíndricas, como tambores o tuberías, requieren sistemas adicionales de inmovilización para evitar que rueden. Los sacos o cajas deben apilarse de forma uniforme y sin dejar espacios que comprometan la estabilidad.

Nunca debemos ubicarnos debajo de cargas suspendidas ni intentar sostener una carga que está cayendo. La prioridad siempre será alejarnos del área de peligro y alertar a nuestros compañeros.

Es responsabilidad de cada trabajador verificar la estabilidad antes de iniciar cualquier movimiento.

Recomendaciones

- Verifique siempre la estabilidad antes de mover una carga.
- No sobrecargue pallets ni estanterías.
- Utilice elementos de sujeción cuando sea necesario.
- Mantenga el centro de gravedad de la carga lo más bajo posible.
- Reporte inmediatamente cualquier carga inestable.

CONCLUSION

"Una carga estable protege vidas; una carga inestable puede provocar un accidente en segundos."



14 de julio del 2026 Uso de estanterías seguras

Objetivo

Promover el uso correcto de las estanterías para garantizar un almacenamiento seguro.

Buenos días.

Las estanterías son estructuras diseñadas para soportar cargas específicas. Sin embargo, cuando se utilizan incorrectamente pueden colapsar y ocasionar accidentes de gran magnitud.

Antes de almacenar materiales debemos conocer la capacidad máxima de carga de cada nivel y respetarla estrictamente. Nunca debemos improvisar ampliaciones, retirar elementos estructurales o modificar las estanterías sin autorización.

Los materiales pesados siempre deben colocarse en los niveles inferiores para reducir el centro de gravedad de la estructura. Los materiales livianos pueden almacenarse en los niveles superiores.

Es importante distribuir el peso uniformemente y evitar concentrar toda la carga en un solo punto.

Las estanterías deben permanecer correctamente ancladas al piso y protegidas contra impactos de montacargas mediante defensas metálicas cuando corresponda.

No está permitido utilizar las estanterías como escaleras ni subir sobre ellas para alcanzar materiales.

Además, debemos mantener libres los pasillos para permitir una circulación segura del personal y de los equipos móviles.

Recomendaciones

- Respete la capacidad máxima indicada.
- No almacene materiales sobresalientes.
- Revise periódicamente la verticalidad de la estructura.
- Mantenga orden e identificación de los materiales.
- Informe cualquier daño inmediatamente.

CONCLUSION

"Una estantería segura comienza respetando su capacidad de carga."



15 de julio del 2026 Inspección de racks

Objetivo

Identificar oportunamente daños en racks para prevenir colapsos estructurales.

Buenos días.

Los racks soportan grandes cantidades de materiales diariamente. Debido al tránsito constante de montacargas y al peso de las cargas, pueden sufrir daños que muchas veces pasan desapercibidos.

Por ello, es fundamental realizar inspecciones periódicas.

Durante una inspección debemos verificar:

- Columnas dobladas.
- Vigas deformadas.
- Pernos flojos o faltantes.
- Corrosión.
- Soldaduras fisuradas.
- Protectores dañados.
- Desalineación de la estructura.
- Anclajes al piso en buen estado.

También debemos comprobar que las placas con la capacidad máxima permanezcan visibles. Si se detecta algún daño estructural, el rack debe ser retirado de servicio hasta ser evaluado y reparado.

Nunca debemos golpear deliberadamente las estructuras con montacargas ni utilizar racks dañados.

La inspección preventiva evita pérdidas materiales y protege la vida de los trabajadores.

Recomendaciones

- Realice inspecciones visuales diariamente.
- Reporte inmediatamente cualquier deformación.
- No improvise reparaciones.
- Respete la capacidad máxima de carga.

CONCLUSION

"Inspeccionar hoy evita un colapso mañana."



16 de julio del 2026 Caídas al mismo nivel

Objetivo

Prevenir accidentes ocasionados por resbalones, tropiezos y caídas en superficies de trabajo.
Buenos días.

Las caídas al mismo nivel son uno de los accidentes más frecuentes en almacenes y plantas industriales.

Aunque muchas veces parecen accidentes menores, pueden provocar fracturas, esguinces, traumatismos o lesiones incapacitantes.

Las principales causas son:

- Pisos mojados.
- Derrames de aceites.
- Materiales abandonados en pasillos.
- Cables atravesando zonas de circulación.
- Superficies irregulares.
- Iluminación deficiente.

Para prevenir estos accidentes debemos mantener el orden y la limpieza durante toda la jornada.

Los derrames deben limpiarse inmediatamente y señalizarse mientras se realiza la limpieza.

Los pasillos deben permanecer completamente despejados.

Siempre debemos caminar, nunca correr dentro del almacén.

Utilice calzado de seguridad con suela antideslizante y mantenga atención al desplazarse.

Recomendaciones

- Mantenga los pasillos libres.
- Limpie inmediatamente cualquier derrame.
- Camine con precaución.
- Reporte pisos deteriorados.

CONCLUSION

"Un paso distraído puede convertirse en un accidente."



17 de julio del 2026 Caídas a distinto nivel

Objetivo

Evitar accidentes por caídas desde altura durante las labores de almacenamiento y mantenimiento.

Buenos días.

Las caídas a distinto nivel representan uno de los accidentes con consecuencias más graves dentro de las operaciones industriales y mineras.

Pueden ocurrir al utilizar escaleras, plataformas, mezzanines o durante trabajos de mantenimiento.

Antes de realizar cualquier actividad en altura debemos verificar que existan barandas, superficies estables y medios seguros de acceso.

Cuando el trabajo lo requiera, debe utilizarse un sistema de protección contra caídas compuesto por arnés de cuerpo completo, línea de vida y punto de anclaje certificado, conforme al procedimiento de trabajo en altura.

Nunca debemos subir sobre pallets, cajas, tambores o montacargas para alcanzar materiales.

También es importante evitar trabajar en altura durante condiciones climáticas adversas o cuando existan superficies resbalosas.

Recomendaciones

- Utilice siempre equipos certificados.
- Inspeccione el área antes de comenzar.
- Mantenga tres puntos de apoyo al ascender.
- No improvise plataformas.

CONCLUSION

"La mejor forma de sobrevivir a una caída es evitar que ocurra."



18 de julio del 2026 Uso seguro de escaleras

Objetivo

Aplicar procedimientos seguros para el uso de escaleras portátiles.

Buenos días.

Las escaleras son herramientas muy utilizadas en almacenes, pero un uso inadecuado puede ocasionar accidentes graves.

Antes de utilizar una escalera debemos inspeccionar que no presente peldaños rotos, fisuras, deformaciones o elementos sueltos.

Debe colocarse sobre una superficie firme y nivelada, asegurando su estabilidad antes de ascender.

En escaleras de apoyo, se recomienda mantener una inclinación aproximada de **75°** (regla **4:1**: por cada 4 metros de altura, la base debe separarse 1 metro de la pared).

Mientras ascendemos debemos mantener siempre **tres puntos de contacto**: dos manos y un pie, o dos pies y una mano.

Nunca debemos subir cargando herramientas en las manos; estas deben transportarse en un cinturón portaherramientas o mediante otro sistema seguro.

Tampoco debemos trabajar desde el último peldaño ni extender el cuerpo lateralmente para alcanzar objetos lejanos. Si es necesario, se debe bajar y reubicar la escalera.

Una vez terminada la tarea, la escalera debe guardarse en un lugar seguro para evitar daños o caídas.

Recomendaciones

- Inspeccione la escalera antes de usarla.
- Utilice la inclinación adecuada.
- Mantenga tres puntos de apoyo.
- No exceda la capacidad de carga.
- Nunca utilice escaleras metálicas cerca de instalaciones eléctricas energizadas.

CONCLUSION

"Una escalera es segura solo cuando se utiliza correctamente. La prevención comienza antes del primer peldaño."



19 de julio del 2026 Pasillos libres y accesos

Objetivo

Garantizar que las áreas de tránsito permanezcan libres de obstáculos para prevenir accidentes y facilitar la respuesta ante emergencias.

Buenos días, compañeros.

Uno de los aspectos más importantes dentro de un almacén es mantener los pasillos y accesos completamente despejados. Un pasillo obstruido puede convertirse en un riesgo para la seguridad del personal y afectar la continuidad de las operaciones.

Los pasillos son las rutas destinadas al tránsito seguro de personas y equipos móviles, como montacargas y transpaletas. Cuando se utilizan para almacenar materiales o se dejan herramientas, pallets vacíos, cables o residuos en ellos, aumenta significativamente el riesgo de tropiezos, caídas, golpes y colisiones.

Además, durante una emergencia como un incendio, un derrame químico o un sismo, los pasillos despejados permiten una evacuación rápida y ordenada. Un solo obstáculo puede retrasar la salida del personal y poner vidas en peligro.

Es importante respetar la señalización horizontal y vertical del almacén, utilizando únicamente las rutas autorizadas para peatones y manteniendo la separación entre las zonas de tránsito vehicular y peatonal.

También debemos verificar diariamente que las salidas de emergencia, extintores, gabinetes contra incendio, duchas de emergencia y tableros eléctricos permanezcan completamente accesibles.

Cada trabajador tiene la responsabilidad de mantener limpia y ordenada su área de trabajo. El orden no es tarea exclusiva del personal de limpieza; es un compromiso de todos.

Recomendaciones

- No almacene materiales en pasillos o salidas de emergencia.
- Mantenga libres las rutas de evacuación.
- Respete la señalización del almacén.
- Retire inmediatamente cualquier obstáculo que represente un peligro.
- Reporte pasillos deteriorados o con iluminación deficiente.

CONCLUSION

"Un pasillo despejado puede marcar la diferencia entre una evacuación segura y un accidente."

20 de julio del 2026 Riesgo de atrapamientos



Objetivo

Prevenir accidentes ocasionados por atrapamientos durante la manipulación de materiales y operación de equipos.

Buenos días.

Los atrapamientos representan uno de los riesgos más peligrosos dentro del almacén. Pueden ocurrir cuando una parte del cuerpo queda entre dos objetos, entre una carga y una estructura o entre componentes en movimiento de un equipo.

Las manos son las partes del cuerpo más afectadas, debido a que las utilizamos constantemente para manipular materiales y herramientas.

Entre las principales causas de atrapamiento encontramos:

- Colocar las manos debajo de cargas suspendidas.
- Sujetar materiales durante el descenso de un pallet.
- Trabajar cerca de montacargas en movimiento.
- Introducir las manos entre estanterías y materiales pesados.
- Utilizar equipos sin resguardos de seguridad.

Para prevenir estos accidentes debemos mantener una distancia segura de las cargas, utilizar herramientas auxiliares cuando sea necesario y nunca intentar detener una carga con las manos.

Cuando trabajemos cerca de equipos móviles debemos mantener contacto visual con el operador y respetar las zonas de seguridad.

Antes de intervenir un equipo, este debe encontrarse completamente detenido y asegurado conforme al procedimiento de bloqueo y etiquetado cuando corresponda.

Recomendaciones

- Mantenga las manos fuera de zonas de atrapamiento.
- Nunca coloque partes del cuerpo bajo cargas suspendidas.
- Respete las áreas de circulación de equipos móviles.
- Utilice guantes adecuados y herramientas auxiliares.
- Reporte resguardos dañados o faltantes.

CONCLUSION

"Las manos son nuestras principales herramientas de trabajo. Protégelas en todo momento."



21 de julio del 2026 Manipulación de objetos pesados

Objetivo

Realizar la manipulación de objetos pesados de manera segura para prevenir lesiones y accidentes.

Buenos días.

En el almacén manipulamos diariamente equipos, repuestos, herramientas y materiales de diferentes tamaños y pesos. Si estas actividades no se realizan correctamente, pueden ocasionar lesiones musculares, fracturas, atrapamientos o daños materiales.

Antes de mover una carga debemos analizar:

- Peso.
- Dimensiones.
- Centro de gravedad.
- Distancia del traslado.
- Obstáculos presentes.
- Cantidad de personas necesarias.

Cuando el peso supere nuestra capacidad física, debemos utilizar ayudas mecánicas como transpaletas, montacargas, polipastos o solicitar apoyo a otro trabajador.

Nunca debemos levantar cargas con movimientos bruscos o utilizando únicamente la fuerza de la espalda.

Es importante coordinar previamente cuando dos o más personas manipulen una misma carga, estableciendo quién dirigirá el movimiento para evitar acciones descoordinadas.

También debemos utilizar guantes adecuados para mejorar el agarre y proteger las manos.

Recomendaciones

- Evalúe siempre la carga antes de moverla.
- Utilice equipos auxiliares.
- Mantenga la carga cerca del cuerpo.
- Evite movimientos repentinos.
- Solicite ayuda cuando sea necesario.

CONCLUSION

"No demuestres fuerza levantando más peso del que puedes controlar; demuestra seguridad utilizando el método correcto."



22 de julio del 2026 Herramientas manuales seguras

Objetivo

Utilizar correctamente las herramientas manuales para prevenir lesiones y prolongar su vida útil.

Buenos días.

Las herramientas manuales facilitan nuestro trabajo, pero cuando están en mal estado o se utilizan incorrectamente pueden ocasionar accidentes graves.

Antes de utilizar cualquier herramienta debemos inspeccionar su estado.

Verifique que:

- Los mangos estén firmes.
- No existan fisuras.
- Las superficies de golpe no presenten deformaciones.
- Las cuchillas tengan protección cuando corresponda.
- No existan piezas flojas.

Cada herramienta debe utilizarse únicamente para la función para la cual fue diseñada.

Por ejemplo, un destornillador no debe utilizarse como cincel o palanca.

Después de utilizarla, la herramienta debe limpiarse y almacenarse correctamente.

Nunca debemos dejar herramientas sobre escaleras, estanterías o lugares elevados donde puedan caer.

El uso de lentes de seguridad y guantes adecuados reduce considerablemente el riesgo de lesiones durante estas actividades.

Recomendaciones

- Inspeccione las herramientas antes de usarlas.
- No improvise herramientas.
- Sustituya herramientas defectuosas.
- Mantenga orden en el área de trabajo.
- Utilice siempre el EPP correspondiente.

CONCLUSION

"Una herramienta segura es aquella que está en buen estado y se utiliza correctamente."



23 de julio del 2026 Equipos de almacén (general)

Objetivo

Promover el uso seguro de los equipos utilizados en las operaciones de almacén.

Buenos días.

En el almacén utilizamos diversos equipos como montacargas, transpaletas manuales e hidráulicas, carros de transporte, plataformas y equipos de elevación.

Todos estos equipos facilitan las operaciones, pero también representan riesgos si no se utilizan correctamente.

Antes de operar cualquier equipo debemos realizar una inspección preoperacional verificando frenos, dirección, ruedas, sistema hidráulico, dispositivos de seguridad y estado general.

Los equipos únicamente deben ser operados por personal autorizado y capacitado.

Nunca debemos exceder la capacidad de carga indicada por el fabricante.

Durante la operación debemos respetar los límites de velocidad, utilizar las rutas establecidas y mantener comunicación con peatones y otros operadores.

Si el equipo presenta una falla, debe retirarse inmediatamente de servicio y reportarse para su mantenimiento.

Recordemos que un equipo en buenas condiciones reduce significativamente la probabilidad de accidentes.

Recomendaciones

- Realice inspecciones antes del uso.
- Respete la capacidad máxima.
- No transporte personas en equipos diseñados para carga.
- Reporte cualquier anomalía.
- Opere únicamente si está autorizado.

CONCLUSION

"El mejor operador es aquel que trabaja con prudencia y nunca pone en riesgo la seguridad."



24 de julio del 2026 Seguridad en recepción de materiales

Objetivo

Aplicar medidas preventivas durante la recepción de materiales para evitar accidentes y asegurar un adecuado control de los productos.

Buenos días.

La recepción de materiales es una actividad crítica porque implica la interacción entre vehículos, equipos de carga, proveedores y personal del almacén.

Antes de iniciar la descarga debemos verificar que el vehículo se encuentre correctamente estacionado, con el motor apagado cuando corresponda, freno de estacionamiento aplicado y calzas instaladas si el procedimiento lo exige.

El área debe estar delimitada para evitar el ingreso de personas ajenas a la operación.

Durante la descarga debemos inspeccionar visualmente el estado de los materiales, verificando que no existan daños, deformaciones, fugas o embalajes deteriorados.

Los productos químicos deben revisarse cuidadosamente para confirmar que sus envases estén íntegros, correctamente etiquetados y acompañados de la Hoja de Datos de Seguridad (SDS) cuando corresponda.

Nunca debemos ubicarnos entre el vehículo y el punto de descarga, ni debajo de cargas suspendidas.

Toda la recepción debe realizarse siguiendo el procedimiento establecido y utilizando el EPP requerido.

Una recepción segura protege al personal, evita daños a los materiales y garantiza la continuidad de las operaciones.

Recomendaciones

- Delimite el área antes de iniciar la descarga.
- Verifique el estado del vehículo y la carga.
- Utilice el EPP correspondiente.
- Inspeccione el embalaje y la documentación.
- Reporte inmediatamente cualquier condición insegura.

CONCLUSION

"Toda operación segura comienza con una recepción bien planificada y ejecutada conforme a los procedimientos."



25 de julio del 2026 Seguridad en despacho

Objetivo

Garantizar que las operaciones de despacho de materiales se realicen de forma segura, ordenada y conforme a los procedimientos establecidos.

Buenos días, compañeros.

El despacho de materiales es una actividad que requiere planificación, coordinación y cumplimiento de las normas de seguridad. Un error durante esta operación puede ocasionar lesiones al personal, daños a los materiales o retrasos en la producción.

Antes de iniciar el despacho debemos verificar que la orden de salida esté debidamente autorizada, que el material corresponda a lo solicitado y que el área se encuentre libre de obstáculos. También es necesario confirmar que el vehículo o equipo destinado al transporte esté en condiciones seguras y que la capacidad de carga no sea excedida.

Durante la manipulación de materiales debemos utilizar las técnicas correctas de levantamiento, emplear ayudas mecánicas cuando sea necesario y evitar movimientos bruscos que puedan desestabilizar la carga. Los materiales deben asegurarse correctamente para impedir desplazamientos durante el transporte.

Si se utilizan montacargas, únicamente podrán ser operados por personal autorizado y capacitado. El operador debe mantener una velocidad segura, respetar la señalización y verificar que no existan personas dentro del radio de acción del equipo.

Antes de finalizar el despacho se debe realizar una inspección visual para confirmar que la carga esté correctamente acomodada y asegurada, evitando el riesgo de caída de materiales durante el traslado.

Recomendaciones

- Verifique la documentación antes del despacho.
- Revise el estado del material y del embalaje.
- Asegure correctamente la carga.
- Mantenga comunicación entre el operador y el personal de apoyo.
- Utilice siempre el EPP correspondiente.

CONCLUSION

"Un despacho seguro protege a las personas, preserva los materiales y garantiza la continuidad de las operaciones."



26 de julio del 2026 Control de inventarios seguro

Objetivo

Realizar actividades de inventario minimizando los riesgos para el personal y las instalaciones.

Buenos días.

El control de inventarios no solo consiste en contar materiales; también implica realizar desplazamientos, acceder a estanterías y manipular cargas, por lo que debe ejecutarse con las mismas medidas de seguridad que cualquier otra actividad del almacén.

Antes de iniciar un inventario, el área debe encontrarse ordenada, con pasillos libres y buena iluminación. Si es necesario acceder a niveles altos, deben utilizarse escaleras o plataformas adecuadas; nunca se deben usar pallets, cajas o montacargas como medios de acceso.

Durante el conteo, es importante mantener la concentración y evitar distracciones que puedan provocar golpes, caídas o errores en el registro de materiales. Asimismo, se debe respetar la capacidad de las estanterías y no mover cargas sin la planificación correspondiente.

El inventario también es una oportunidad para identificar materiales dañados, envases deteriorados, etiquetas ilegibles o condiciones inseguras que deban corregirse.

Recomendaciones

- Mantenga el área ordenada durante el conteo.
- Utilice medios seguros para acceder a estanterías.
- No improvise plataformas.
- Registre y reporte cualquier anomalía detectada.
- Utilice el EPP requerido.

CONCLUSION

"Un inventario seguro protege tanto la integridad del personal como la confiabilidad de la información."



27 de julio del 2026 Etiketado de materiales

Objetivo

Garantizar la correcta identificación de los materiales para prevenir errores operativos y riesgos para la seguridad.

Buenos días.

Todo material almacenado debe estar correctamente identificado. El etiquetado permite conocer el contenido, las condiciones de almacenamiento, los riesgos asociados y las medidas de seguridad necesarias para su manipulación.

Las etiquetas deben permanecer visibles, legibles y en buen estado. En el caso de sustancias químicas, deben incluir la información correspondiente al Sistema Globalmente Armonizado (SGA), con pictogramas de peligro, advertencias y recomendaciones de seguridad.

Nunca debemos almacenar materiales sin identificación ni retirar o modificar etiquetas sin autorización. Esto puede generar errores en la operación, mezclas incompatibles o exposiciones innecesarias a sustancias peligrosas.

Durante las inspecciones del almacén debemos verificar que todas las etiquetas permanezcan en buen estado y reemplazar aquellas que estén deterioradas.

Recomendaciones

- Mantenga todas las etiquetas visibles y legibles.
- Verifique la identificación antes de manipular un material.
- Respete las condiciones de almacenamiento indicadas.
- Reporte etiquetas dañadas o faltantes.
- Consulte la Hoja de Datos de Seguridad (SDS) cuando corresponda.

CONCLUSION

"Un material correctamente identificado reduce riesgos y evita errores que pueden tener consecuencias graves."



28 de julio del 2026 Comunicación de incidentes

Objetivo

Promover el reporte inmediato de incidentes para prevenir la repetición de eventos y fortalecer la cultura preventiva.

Buenos días.

Un incidente es un evento no deseado que pudo haber causado lesiones o daños, aunque finalmente no los haya producido. Estos eventos representan una oportunidad para aprender y evitar que, en el futuro, se conviertan en accidentes.

Todo incidente debe comunicarse inmediatamente al supervisor y al área de SSOMA. El reporte oportuno permite investigar las causas, implementar acciones correctivas y evitar que el mismo evento vuelva a repetirse.

No debemos sentir temor al reportar un incidente. El objetivo no es buscar culpables, sino identificar las causas y mejorar los controles.

La información proporcionada por los trabajadores es fundamental para fortalecer la gestión preventiva y proteger a todo el personal.

Recomendaciones

- Informe cualquier incidente de inmediato.
- Proporcione información clara y precisa.
- No modifique el lugar del evento, salvo que exista un riesgo inminente.
- Participe en la investigación cuando sea requerido.
- Comparta las lecciones aprendidas.

CONCLUSION

"Cada incidente reportado es una oportunidad para evitar un accidente futuro."



29 de julio del 2026 Reporte de condiciones inseguras

Objetivo

Fomentar la identificación y el reporte oportuno de condiciones inseguras dentro del almacén.

Buenos días.

Una condición insegura es cualquier situación del ambiente de trabajo que puede ocasionar un accidente o afectar la salud de los trabajadores.

Algunos ejemplos son:

- Estanterías dañadas.
- Derrames de aceites o productos químicos.
- Pisos resbalosos.
- Cables eléctricos expuestos.
- Iluminación deficiente.
- Señalización deteriorada.
- Equipos defectuosos.
- Extintores bloqueados.

Cada trabajador tiene la responsabilidad de informar inmediatamente estas condiciones para que sean corregidas antes de que generen un accidente.

No debemos esperar a que ocurra un evento para actuar. La prevención consiste precisamente en eliminar el riesgo antes de que cause daño.

Recomendaciones

- Observe continuamente su área de trabajo.
- Reporte cualquier condición insegura.
- Coloque señalización temporal cuando exista un riesgo inmediato.
- Colabore en la implementación de las acciones correctivas.
- Mantenga una actitud preventiva.

CONCLUSION

"Quien reporta una condición insegura protege su vida y la de todos sus compañeros."



30 de julio del 2026 Disciplina operativa en almacén

Objetivo

Fortalecer el cumplimiento de procedimientos y estándares de seguridad durante las operaciones del almacén.

Buenos días.

La disciplina operativa consiste en realizar cada actividad exactamente como ha sido establecida en los procedimientos, sin improvisaciones ni atajos.

Muchas veces los accidentes ocurren porque las personas, por exceso de confianza o por intentar ahorrar tiempo, dejan de seguir las normas de seguridad.

Cumplir con la disciplina operativa significa utilizar el EPP durante toda la jornada, respetar la señalización, realizar inspecciones preoperacionales, mantener el orden y comunicar cualquier desviación.

También implica detener una tarea cuando las condiciones cambian o cuando los riesgos no están controlados.

La seguridad debe convertirse en un hábito diario y no en una acción ocasional.

Recomendaciones

- Cumpla siempre los procedimientos.
- No improvise métodos de trabajo.
- Respete las autorizaciones y permisos.
- Mantenga una actitud responsable.
- Corrija las desviaciones de manera oportuna.

CONCLUSION

"La disciplina operativa transforma los procedimientos escritos en prácticas seguras que protegen vidas."



31 de julio del 2026 Cierre mensual y lecciones aprendidas

Objetivo

Reflexionar sobre los aprendizajes del mes y reforzar el compromiso con la mejora continua en seguridad.

Buenos días.

Hoy finalizamos un mes de actividades enfocadas en la seguridad del almacén. Durante estas semanas hemos reforzado conocimientos sobre manipulación de materiales, ergonomía, orden y limpieza, estanterías, herramientas, equipos, señalización, comunicación de incidentes y disciplina operativa.

Es importante recordar que la seguridad no depende únicamente de recibir capacitaciones; depende principalmente de aplicar diariamente lo aprendido.

Cada incidente reportado, cada inspección realizada y cada condición insegura corregida representan oportunidades para fortalecer nuestra cultura preventiva.

Los errores cometidos deben convertirse en lecciones aprendidas. Analizar las causas de un incidente nos permite implementar controles más eficaces y evitar que situaciones similares vuelvan a ocurrir.

Para el próximo mes debemos mantener el compromiso de trabajar de forma segura, participar activamente en las inspecciones, cumplir los procedimientos y apoyar a nuestros compañeros cuando identifiquemos actos o condiciones inseguras.

La mejora continua es un principio fundamental del sistema de gestión SSOMA. Siempre existe una forma más segura de realizar nuestras actividades.

Reflexión final

Preguntémonos al finalizar cada jornada:

- ¿Trabajé de manera segura?
- ¿Identifiqué y reporté los peligros?
- ¿Cumplí los procedimientos establecidos?
- ¿Contribuí a que mis compañeros también regresen sanos a casa?

Si la respuesta es sí, estamos construyendo una verdadera cultura de prevención.

CONCLUSION

"La seguridad no termina al finalizar el mes. Es un compromiso permanente que renovamos cada día con nuestras acciones."