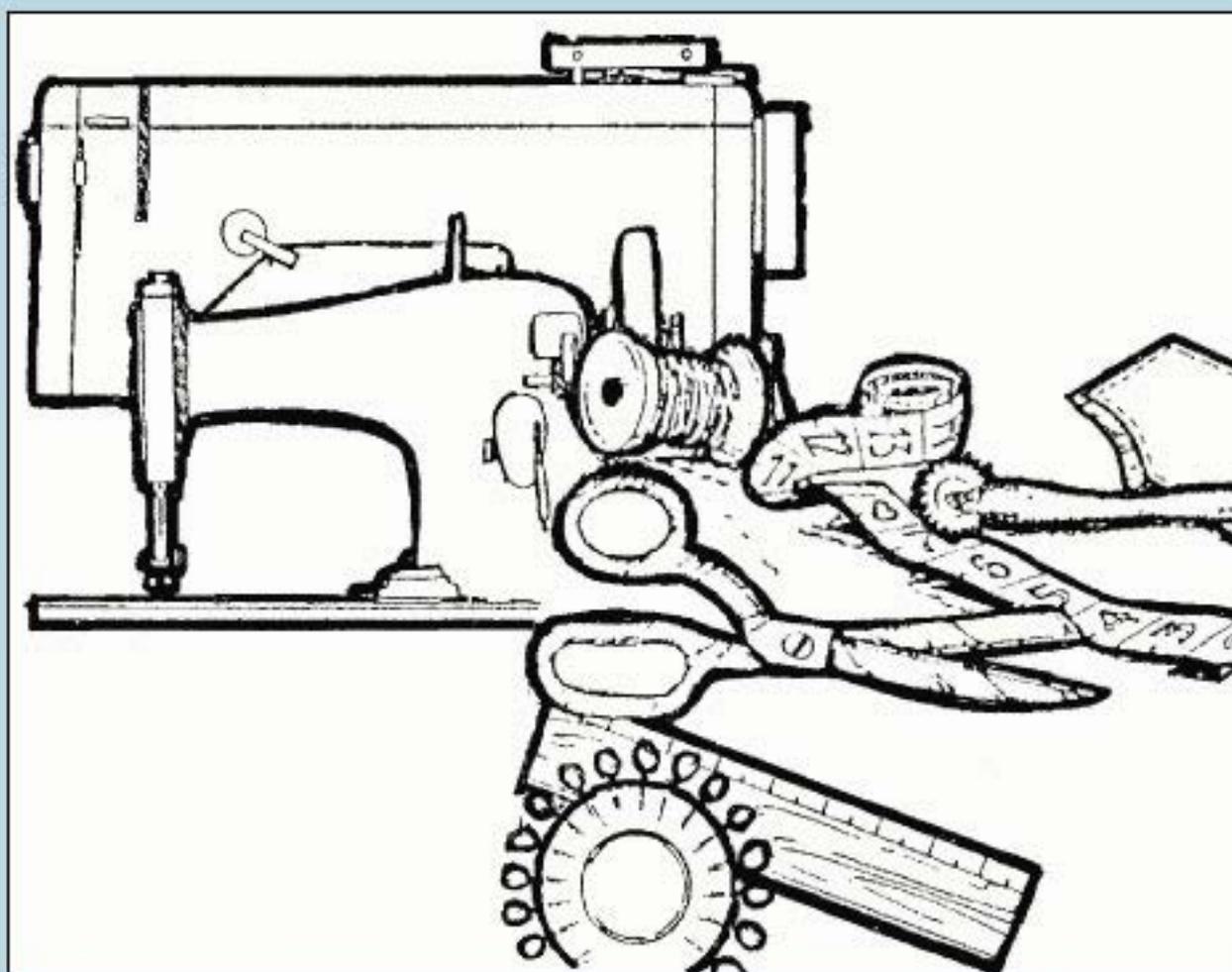


MODISTERIA



Servicio Nacional
de Aprendizaje

CONOCIMIENTOS BÁSICOS



1

Seguridad en el trabajo
y salud ocupacional

Modistería by Sistema de Bibliotecas SENA is licensed under a Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported License.
Creado a partir de la obra en <http://biblioteca.sena.edu.co>.

MODISTERÍA

SEGURIDAD EN EL TRABAJO Y SALUD OCUPACIONAL

Especialidad: Modistería

Bloque Modular Básico: Conocimientos Básicos de Modistería

Unidad N° 1 : Seguridad en el Trabajo y Salud Ocupacional

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	6
OBJETIVO	7
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE N° 1	
PARTES DEL CUERPO QUE PUEDEN SER AFECTADAS	9
AUTOCONTROL N° 1	14
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE N° 2	
RIESGOS Y NORMAS DE SEGURIDAD DEL EQUIPO, HERRAMIENTAS Y MATERIALES	16
AUTOCONTROL N° 2	23
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE N° 3	
NORMAS DE MANTENIMIENTO, AMBIENTACIÓN Y PRIMEROS AUXILIOS	25
AUTOCONTROL N° 3	27

Ministerio de Trabajo y Seguridad Social
Servicio Nacional de Aprendizaje

Tercera edición. Julio de 1992
Santafé de Bogotá, D.C. - Colombia

Impresión: Publicaciones SENA
Dirección General

GRUPO DE TRABAJO

Seguridad y Salud Ocupacional

Contenido:

DORA CERON DE VASQUEZ

Asesor:

MANUEL ANTONIO BEJARANO

Diseño Didáctico y Coordinación :

JORGE AVELLA S.

**Asesor de la División de
Formación Abierta y a Distancia**

Ilustraciones:

CAROLINA URIBE ZAUNER

‘Impreso con tarifa postal reducida N2 196 de ADPOSTAL’ Derechos reservados a favor del
Servicio Nacional de Aprendizaje. **SENA**

INTRODUCCIÓN

La salud ocupacional tiene como meta la protección del trabajador en su aspecto físico y psicológico, a través del control de peligro que puedan causar accidentes o enfermedades.

Algunas veces los accidentes suceden por descuido, otras porque se desconocen algunas normas preventivas de seguridad.

No sólo la seguridad del trabajo se relaciona con la vida humana: también está relacionado con los materiales y el equipo utilizados para los procesos de producción.

Esta cartilla le explicará unas normas sencillas que serán de mucho beneficio para la salud ocupacional en su trabajo y para evitar los riesgos que pueden correr los equipos, herramientas y materiales.

OBJETIVO

Como resultado del estudio de esta cartilla, usted estará en condiciones de:

- *Describir los principales riesgos que existen en el puesto de trabajo de una modista.*
- *Describir las normas de seguridad que se deben observar.*
- *Aplicar las normas de seguridad en su puesto de trabajo.*

ACTIVIDAD 1 DE APRENDIZAJE

Servicio Nacional de Aprendizaje

PARTES DEL CUERPO QUE PUEDEN SER AFECTADAS

PARTES DEL CUERPO QUE PUEDEN SER AFECTADAS

CABELLO

Peligro de accidente

El cabello largo se puede enredar en el volante de la máquina o en la palanca tira hilos.



INCORRECTO



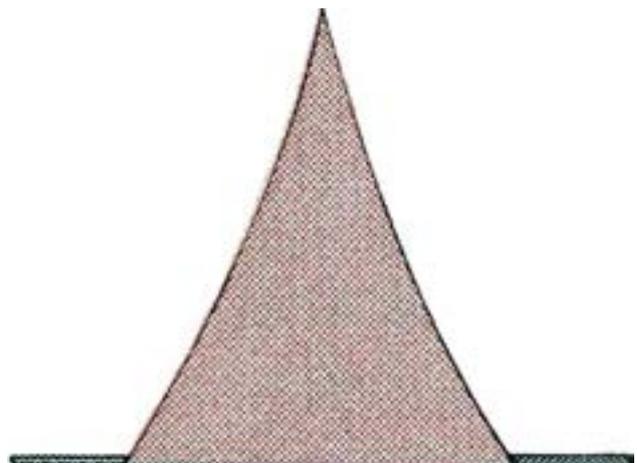
CORRECTO

Medidas de control:

Si usted tiene el cabello corto no hay mucho riesgo. sin embargo no se acerque demasiado a la palanca tira hilos, ni al volante.

Si su cabello es largo recójalo con una cinta o cordón o elabore un sencillo gorro, en forma de pañoleta.

Guíese por el dibujo que aparece a continuación.



OJOS

Peligro de enfermedad

Pérdida de la capacidad visual originada por exceso de esfuerzo de los ojos para captar objetos o cosas mal iluminadas.

Medidas de control

Su puesto de trabajo en general debe tener una iluminación muy buena, ojalá por luz natural (luz del día).

Ubique la máquina de manera que la luz natural entre de izquierda a derecha. Si usa luz artificial tenga en cuenta la misma recomendación.

Si le han formulado anteojos, úselos.

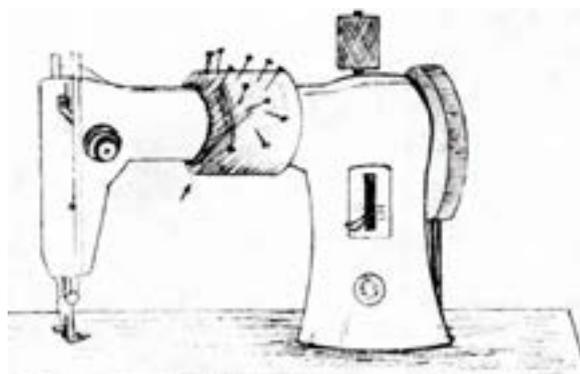
Si cose materiales oscuros, la iluminación debe ser muy buena en el sitio de trabajo.



BOCA

Peligro de accidente

Coger con la boca elementos punzantes tales como: alfileres, agujas, ganchos, etc. que le pueden ocasionar un pinchazo o en un momento de descuido tragarse uno de estos elementos.



Además los niños u otras personas pueden hacer lo mismo por imitarla.

Medidas de control

Utilice una almohadilla que debe sujetar en el brazo del cabezote; Es muy útil cuando está cosiendo. (Ver dibujo). Es conveniente también, tener otra almohadilla auxiliar sobre la mesa de corte.

DIENTES

Peligro de accidente

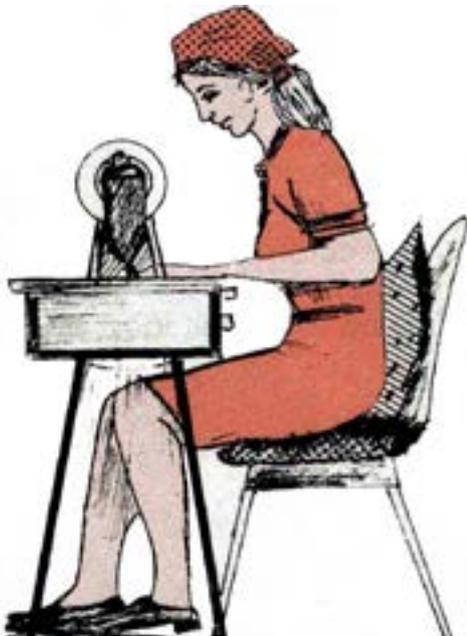
Cortar hebras o rasgar tela con los dientes ocasionan grandes daños a los mismos. Pues pierden el esmalte natural que los cubre y pueden producir caries.

Medidas de control

Utilice tijeras en toda ocasión para hacer un corte por pequeño que éste sea.

ESPALDA Y CINTURA

Espalda y cintura (Columna vertebral) Peligro de enfermedad



La altura apropiada de la mesa y la Silla que utiliza. Lo mismo que las posturas corporales anormales que usted toma frente a la máquina. Son causas de dolores de espalda, cintura y malformaciones de la columna vertebral.

Medidas de control

La silla utilizada debe tener aproximadamente 44 cms de alto y preferentemente con espaldar.

La altura de la máquina es igual en todas las marcas y estilos, pero si es el solo cabezote debe colocarlo sobre una mesa que tenga de alto 68 cms aproximadamente.

Ahora veamos la posición correcta que usted debe conservar para manejar la máquina:

Siéntese de manera que el cuerpo quede frente a la barra portadora de la aguja ya unos 20 cm del cuerpo a la máquina. Use un cojín si el asiento es duro, así se sentirá más cómoda. Pues el mantener una sola posición frente a la máquina produce cansancio.

Confeccione usted misma los cojines con retazos los puede rellenar. Cuando se sienta cansada de la espalda colóquelos allí. Ya verá los resultados, descansará.



MANOS

Peligro de accidente

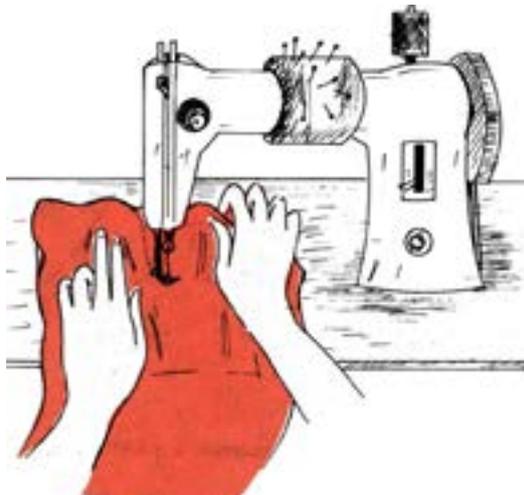


Muchas veces cuando estamos cosiendo a mano o a máquina, podemos sufrir un pinchazo.

Medidas de control

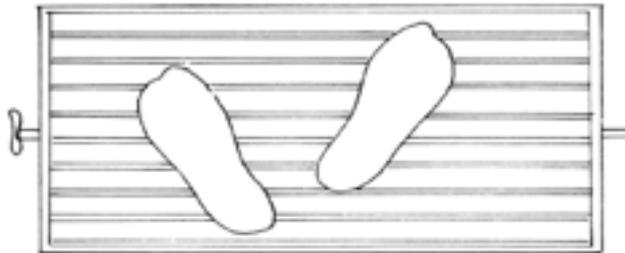
Al coser a mano es aconsejable utilizar el dedal que protege el dedo. Con el cual ayudamos a empujar la aguja. No lo olvide. Para evitar un pinchazo con la aguja de coser a máquina tenga en cuenta lo siguiente:

- Cuando vaya a enhebrar la aguja de la máquina retire los pies del pedal o acelerador de la máquina.
- Coloque las manos a los lados del pie prénsatela para ayudar a llevar el material.
- No acerque demasiado los dedos a la aguja.
- No use anillos. Ni brazaletes en su puesto de trabajo.



PIES

Peligro de enfermedad



Si su máquina es de pedal va a necesitar un poco de esfuerzo para poner la máquina en movimiento; la mala posición de los pies sobre el pedal le producirá cansancio físico.

Medidas de control

Coloque los pies sobre el pedal. El pie derecho un poco separado y más adelante que el pie izquierdo. (Observe el dibujo).

AUTOCONTROL N° 1

Complete las siguientes oraciones en la forma correcta.

El cabello largo es aconsejable mantenerlo para evitar que se en el volante.

1. La luz más aconsejable para tener una buena iluminación es la luz _____
2. Los alfileres y agujas se deben colocar en una _____
3. Para cortar cualquier material por pequeño que sea se utilizan las _____
4. La colocación correcta de la persona ante la máquina evita:

ACTIVIDAD 2 DE APRENDIZAJE

**RIESGOS Y NORMAS DE
SEGURIDAD DEL EQUIPO,
HERRAMIENTAS Y
MATERIALES**

RIESGOS Y NORMAS DE SEGURIDAD DEL EQUIPO, HERRAMIENTAS Y MATERIALES

MÁQUINA DE COSER ELÉCTRICA



CORTO CIRCUITO POR CABLE SIN AISLANTE

Peligro de accidente

Enchufes, cables y tomacorrientes deteriorados (con daños), pelados y con empalmes mal hechos. Generan peligro de: electrocución. corto-circuito y daños a la máquina de coser.

Corto-circuito: unión de dos cables uno positivo y otro negativo que produce desde chispas o calor en el punto de contacto. Hasta incendios por recalentamiento total del cable.

Corrientazo o choque eléctrico: se entiende por choque eléctrico los efectos dañinos que causa la corriente al paso por el cuerpo humano. Además el susto de un Corrientazo no es nada agradable.

Electrocución: es cuando se ocasiona la muerte por descarga eléctrica.

Medida preventiva:

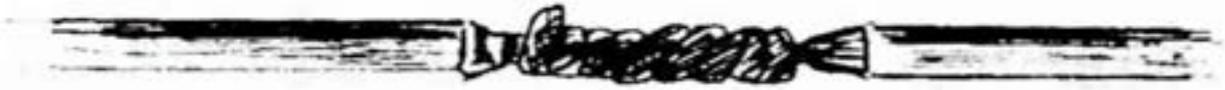
Procure por todos los medios no hacer empalmes o uniones en el cable que va desde la toma hasta el aparato eléctrico (máquina, plancha). Si lo hace siga las instrucciones de los siguientes dibujos:

Forma adecuada de hacer empalmes o uniones.

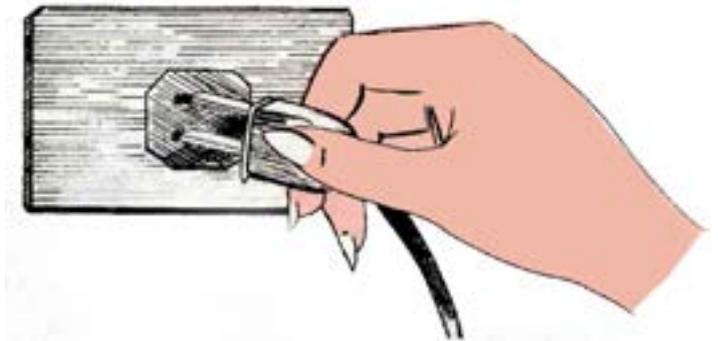
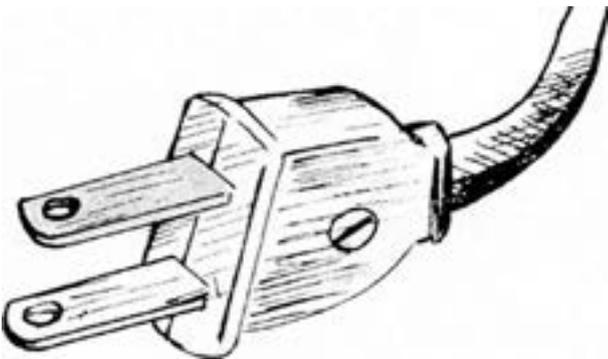
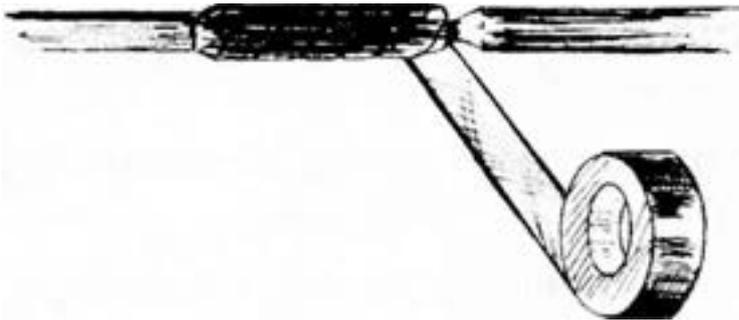
Quite el revestimiento del cable en la misma cantidad en un cable y en el otro.



Retuerza los cables.



Cubra la parte afectada con cinta aislante.



Verifique que las patas de la clavija no estén oxidadas. Si lo están. Límpielas con lija o esponjilla. Evite que el cable quede por el suelo y pueda ser pisado.

No conecte o desconecte su máquina estando con las manos o alguna parte del cuerpo mojados. Al conectar o desconectar. Hágalo tomando la clavija y no el cable. Desconéctela cuando no use la máquina.

Cuando haya tormentas o descargas eléctricas no la utilice. Manténgala desconectada. No deje cerca ningún elemento que pueda enredarse en el volante al estar funcionando la máquina. Tenga cuidado de retirar el hilo cuando haya acabado de devanar.

MESA DE CORTE

Peligro de enfermedad

Fatiga, dolor de espalda, dolor en la cintura ocasionada por altura inadecuada de la mesa utilizada para corte.

Medida preventiva



Ubique la mesa de trabajo de manera que la superficie de la mesa le quede a 10 cms más o menos de su codo, estando en posición normal.

HERRAMIENTAS

TIJERAS CORRIENTES Y DE ZIGZAG

Peligro de accidente



Las tijeras por ser un elemento corto-punzante, se deben utilizar con mucho cuidado pues pueden ocasionar un accidente para ello le damos las siguientes normas que le evitarán un mal momento.

Normas preventivas

- No lleve las tijeras en los bolsillos.
- Cuando vaya a entregar las tijeras a otra personas, cójalas de la punta teniéndolas cerradas.
- Evite que las tijeras se caigan al suelo, se pueden despuntar.

- Coloque las tijeras en un lugar apropiado y seguro.
 - No las deje al alcance de los niños o de personas que no las sepan utilizar correctamente.
 - Cuando se trate de cortar algún material hágalo siempre apoyando las tijeras sobre una superficie plana: en los momentos en que haga un descanso durante el corte coloque las tijeras a su lado derecho con la punta en sentido opuesto al suyo.
- _ Utilice las tijeras adecuadas:
- _ Pequeñas para pulir y cortar hebras.
 - _ Grandes o medianas para cortar materiales, y unas tijeras menos finas para cortar papel. Si sus tijeras tienen óxido, límpielas y líjelas con petróleo.
- Cuando por el uso las tijeras pierden el filo, es muy sencillo afilarlas manualmente; veamos como:
 - _ Deslice repetidamente las tijeras abiertas sobre el cuello de una botella o en una aguja gruesa.

DESTORNILLADOR

Peligro de accidente

Al utilizar un destornillador, hágalo con mucho cuidado y precisión, pues un descuido en el uso puede ocasionar un pinchazo, una cortada o daños en la pieza portadora del tornillo o de éste mismo.

Medidas preventivas

Utilice un destornillador adecuado al tamaño del tornillo que va a apretar o aflojar, es decir que la punta del destornillador sea del mismo tamaño de la ranura del tornillo. Agarre el destornillador fuertemente del mango y colóquelo bien centrado en la ranura del tornillo.

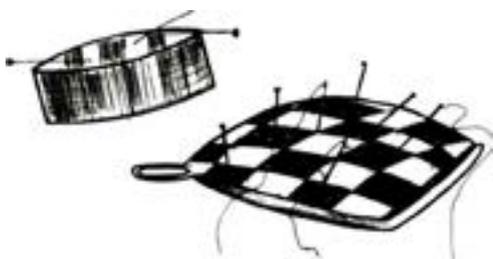


AGUJAS Y ALFILERES

Peligro de accidente

Las agujas y alfileres casi siempre son causantes de puntazos que sin ser graves producen un dolor molesto.

Medidas preventivas



Utilice para colocar las agujas y alfileres un alfilerero. Ya le habíamos recomendado su uso. y dónde colocarlo para tenerlo siempre a mano.

Algo muy útil es tener una barrita de hierro o acero imantado, pues con esto es muy fácil recuperar los alfileres y agujas que se han extraviado.

PLANCHA

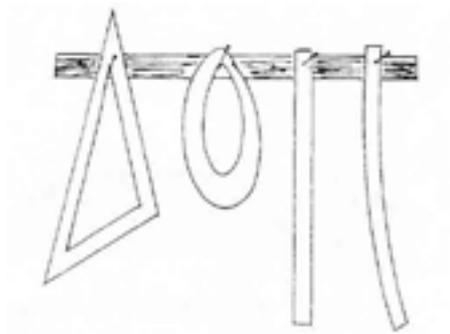
Peligro de accidente

La plancha al igual que todo elemento eléctrico. que produzca calor, puede ocasionar quemaduras o corto circuitos.

Veamos cómo se tienen que prevenir:

- Ya sabemos los cuidados que se deben tener con la parte eléctrica cuando hablamos de la máquina; para la plancha y todos los elementos eléctricos serán los mismos.
- Un cuidado muy especial. no acerque demasiado las manos a la plancha. para evitar quemaduras.
- Cuando vaya a utilizar la plancha revise que esté limpia; de lo contrario límpiela con la lija de agua o una esponjilla metálica fina; esta limpieza se hace cuando la plancha esté fría y desconectada.

REGLAS Y ESCUADRAS



Manténgalas cerca a la mesa de corte. Si le es posible cuélguelas. No las deje caer porque se parten o despuntan.

MATERIALES:

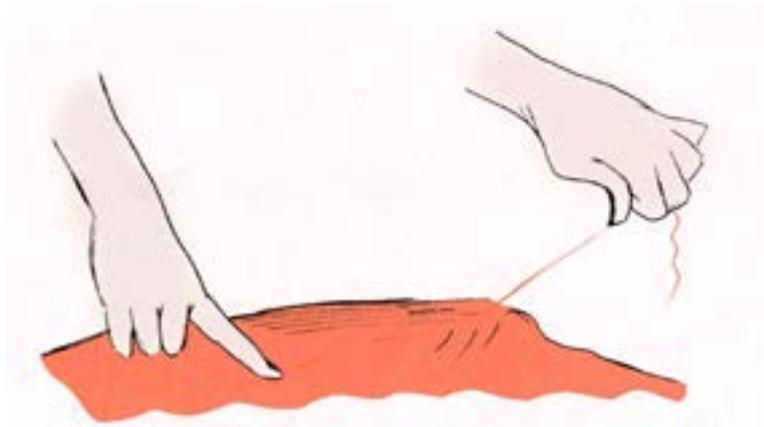
TELAS

Las telas son la materia prima (material indispensable) en la modistería: por lo tanto se debe tener mucho cuidado pues de la presentación de éstas depende en gran parte la calidad de la prenda terminada.

Medidas preventivas:

- Limpie muy bien el sitio de trabajo para evitar que se manche el material. Antes de planchar la tela, planche primero una puntica de este material, así podrá comprobar el calor necesario para el material que va a planchar.
- Use un paño húmedo o una plancha a vapor para planchar paños o telas y evitar que se brillen o chafen.
- Una de las causas de la rotura de la tela puede ser coser y desbaratar varias veces en un mismo sitio. Evítelo.
- No use cuchillas para desbaratar una costura, se corre el riesgo de romper la tela. Proceda en la siguiente forma si tiene necesidad de desbaratar:

Saque una hebra de la costura que va a desbaratar utilizando una aguja o alfiler y termine cortando a mano así:



- Hale la hebra que sacó hasta que se corte.
- Siga en esta forma halando la hebra de la parte de encima y luego la de debajo, hasta desbaratar lo necesario.
- No cosa con agujas despuntadas, éstas causan perforaciones o fruncidos en el tejido de la tela. Cuide todos estos detalles y obtendrá magníficos resultados.

HILOS

Guárdelos en orden para que no se le enreden o ensucien.

SUGERENCIA

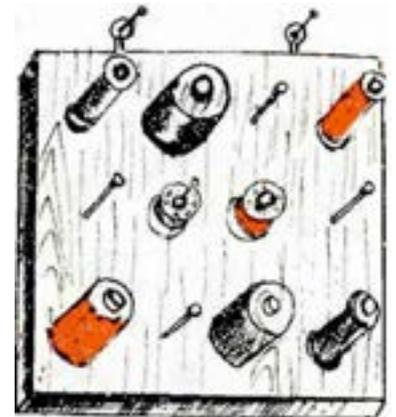
Usted puede construir su propio porta hilos. Es muy fácil de hacer:

Veamos:

Consiga una tabla de 30 X 30 cms aproximadamente y que tenga un grosor de unos 5 cms.

Coloque puntillas de 2 pulgadas en la tabla con una distancia de tres cms. entre una y otra puntilla.

Para colgar la tabla, instale 2 argollas en la parte superior. Colóquelo cerca a su máquina de coser. Coloque en las puntillas los hilos y carreteles.



BOTONES

Guárdelos en frascos, ojalá transparentes para que pueda observar fácilmente los botones que va a utilizar.

No los deje al alcance de los niños, estos tienden a comerlos o introducirlos en la nariz u oídos.



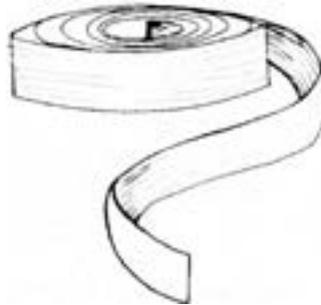


METRO

Se puede enrollar o colgar junto a los hilos. Cuando lo esté utilizando, cuélguelo sobre el cuello, así lo tendrá siempre a mano.

REATA

Es un material que se utiliza para dar consistencia a los cinturones. Manténgala enrollada para evitar que se quiebre.



Papel calcante para modistería. Manténgalo doblado. no lo desperdicie es costoso.

AUTOCONTROL N° 2

Marque dentro del cuadro O una F si es falso y una V si es verdadera frente a cada una de las siguientes frases:

1. Evite en lo posible hacer uniones en el cable que va desde la _____
2. Para desconectar un aparato eléctrico cójalo de la toma y no del cable _____
3. La altura de la superficie de la mesa debe ser de 10 cms. más o menos de su codo a la misma, estando en posición normal _____
4. Las tijeras se pueden llevar en los bolsillos. No hay peligro de accidente.

Complete las siguientes frases, en la forma acertada.

5. No utilice _____ para desbaratar una costura. Se puede romper el material.
6. Para evitar que se chafe o brille el material al plancharlo utilice _____

ACTIVIDAD 3 DE APRENDIZAJE

**NORMAS DE AMNTENIMIENTO,
AMBIENTACIÓN Y PRIMEROS
AUXILIOS**

NORMAS DE MANTENIMIENTO, AMBIENTACIÓN Y PRIMEROS AUXILIOS

NORMAS DIARIAS DE MANTENIMIENTO EN SU PUESTO DE TRABAJO

1. Revise la máquina, retire toda partícula de hilo o mota que se forme al coser. (Ver cartilla N° 3 -Máquina de Coser).
2. Lubrique su máquina cada 8 días. si la utiliza todos los días. Si el uso de la máquina es menos frecuente, lubríquela cada mes.
3. Cubra la máquina cuando no esté en uso, así evitará que le caiga polvo y se dañen las partes móviles de su máquina, además de ensuciar la costura.
4. Organice todos los elementos de trabajo, colocándolos cada uno en su puesto.

Ambientación

El sitio de trabajo debe ser un lugar agradable, pues de lo contrario nos vamos a sentir aburridos y cansados. Hagamos de este sitio de trabajo algo especial. Veamos unos consejos:

Recordemos que la iluminación debe ser en lo posible luz natural o luz de día. Ojalá esté pintado en colores claros estos dan sensación de amplitud, aunque el lugar sea pequeño y algo muy importante, que el lugar de trabajo sea tranquilo, es decir sin mucho ruido. Adorne con matas se verá más alegre y agradable el sitio de trabajo. Un último consejo: orden, aseo y mucho cuidado para prevenir accidentes.

Primeros auxilios

Veamos qué puede hacer en caso de sufrir un accidente leve.

Pinchazos

Apriete donde sufrió el pinchazo, hasta hacer expulsar un poco de sangre, así evitará que se forme un hematoma, que es la acumulación de sangre en la parte herida. Aplique mercurio u otro desinfectante.

NOTA: Desinfectante: es una sustancia que deja una herida libre de microbios.

Heridas por elementos corto-punzantes:

Lave la herida con agua y jabón y aplique un desinfectante.

Quemadura leve ocasionada por una plancha:

Deje caer agua fría para aliviar el dolor. Luego aplique un ungüento especial para quemaduras.

No descuide una herida por pequeña que ésta sea:

En caso de que el accidente sea de más cuidado y usted dude cómo prestar los primeros auxilios, recurra al puesto de salud más cercano.

Esperamos que esta cartilla sea de mucha utilidad para prevenir accidentes de trabajo.

Recuerde... la seguridad ante todo.

AUTOCONTROL N° 3

Marque con una X la respuesta correcta en las siguientes preguntas:

1. La lubricación de la máquina si su uso es diario debe hacerse:

- a. Cada mes
- b. Cada 15 días
- c. Cada 8 días

2. Los elementos de trabajo se deben colocar X

- a. Cada uno en su puesto
- b. Todos en un mismo sitio

3. La iluminación del sitio de trabajo debe ser preferentemente:

- a. Luz natural o luz del día
- b. Luz artificial

4. Explique qué haría usted en caso de:

a. Sufrir un pinchazo con una aguja

b. Sufrir una herida con un elemento corto-punzante.

c. En caso de que el accidente sea de más cuidado diríjase al médico.

MODISTERIA
Unidades del Módulo
Conocimientos básicos

- 1. Seguridad en el trabajo y salud ocupacional**
- 2. Hilos y telas**
- 3. La máquina de coser**
- 4. Puntadas a mano y colocación de accesorios**
- 5. Conocimientos básicos de trazado**
- 6. Conocimientos básicos de corte**
- 7. Costuras básicas**

“Este material se puede adquirir en los centros del SENA del todo país”

Publicaciones SENA
Dirección General
Octubre - 1992