



Hay riesgos hasta con herramientas tan simples como los martillos.

- Casi todos el mundo que ha usado un martillo ha se golpeado un dedo.
- Lesiones de ojo son otro riesgo común — siempre use gafas de seguridad.
- Una cabeza de martillo suelta también puede lanzarse y golpear a alguien.

Elija un martillo de buena calidad — aquí hay algunas características de buscar.

- La cara del martillo debería tener una corona ligera.
- Una cara más grande produce golpes más seguros y clava con más rapidez.
- Las garras deben ser ahusadas para poder agarrar a clavos de todos los tamaños.
- Los mangos de madera o de fibra de vidrio tienden a ser más absorbentes de choque que el acero inoxidable.
- Un martillo de 16 onzas es probablemente mejor para uso general.

Inspeccione su martillo antes de usarlo.

- Asegúrese de que el mango esta apretado, para que no se pueda lanzar la cabeza.
- Asegúrese de que la cara del martillo no esté rota o agrietada.

Practique usando el martillo correctamente.

- Perforar un agujero piloto hará su trabajo más fácil.
- Agarrar el mango con firmeza, pero no demasiado fuerte.
- Sujetar los clavos en su lugar con el pulgar y el índice.
- Comenzar a clavar con golpes cortos, dar un golpecito para colocarlo el su lugar.
- Estar pendiente del blanco.
- Terminar clavando con golpes firmes y suaves, manteniendo la cara golpeando paralelo a la superficie que golpea.

Seleccione el tipo de martillo correcto para su trabajo.

- Un martillo de rasgadura tiene una garra recta y se utiliza para enmarcar y agarrar.
- Un martillo de bola tiene una cabeza metálica redondeada y es adecuado para clavar un cincel o un punzón.
- Un martillo de cara blanda se elige para montar muebles o trabajos que requieren golpes que no mella.
- Un martillo de tachuelas se usa con clavos pequeños y para la instalación de alfombras o para el trabajo de tapicería.
- Un martillos de mampostería están especialmente diseñados para trabajar con ese tipo de material.

Aquí hay algunos puntos de seguridad para trabajar con martillos.

- No olvide sus gafas de seguridad, zapatos de seguridad y su casco duro.
- Asegúrese de que haya suficiente espacio para trabajar seguro.
- Escoja un martillo de peso suficiente para su trabajo de modo que sólo se requiere un swing natural.
- Mantenga un brazo recto y permita que el peso del martillo haga los golpes, no su brazo.

Aprender a usar un martillo correctamente y de forma segura hará su trabajo más fácil y más productivo.



There are hazards with even such simple tools as hammers.

- Almost everyone who has ever used a hammer has whacked a thumb.
- Eye injuries are another common risk—always wear safety glasses.
- A loose hammer head can also fly off and hit someone.

Choose a good quality hammer—here are some features to look for.

- The face of the hammer should have a slight crown.
- A larger face will produce surer strokes and faster nail driving.
- The claws should be tapered to slip under nail heads of all sizes.
- Wood or fiberglass handles tend to be more shock-absorbent than stainless steel.
- A 16-ounce hammer is probably best for all-around use.

Inspect your hammer before you use it.

- Be sure that the handle is tight so the head can't fly off.
- Make sure the face of the hammer is not chipped or cracked.

Practice using the hammer properly.

- Drilling a pilot hole will make your job easier.
- Grasp the handle firmly, but don't hold it too tightly.
- Hold the nail in place with your thumb and forefinger.
- Begin driving the nail with short strokes—tap it lightly to set it in place.
- Keep your eye on the head of the nail.
- Finish driving the nail with firm, smooth strokes, keeping the striking face parallel to the surface being hit.

Select the correct type of hammer for your job.

- A rip hammer has a straight claw and is used for framing and ripping.
- A ball-peen hammer has a rounded metallic head and is suitable for driving a chisel or a punch.
- Soft-face hammers are chosen for assembling furniture or jobs that require nonmarring blows.
- Tack hammers are used to drive small nails and for installing carpeting or for upholstery work.
- Masonry hammers are specially designed to work with that type of material.

Here are some safety do's and don'ts for working with hammers.

- Don't forget your safety glasses, safety shoes, and a hard hat.
- Make sure you have enough room to work safely.
- Choose a hammer of sufficient weight for your job so that only a natural swing is required.
- Keep a straight arm and allow the weight of the hammer to do the pounding, not your arm.

Learning to use a hammer correctly and safely will make your job easier and more productive.



Trabajar Seguro con Martillos

CUESTIONARIO DE TRABAJAR SEGURO CON MARTILLOS

- 1. El único riesgo con el uso de un martillo es golpear el pulgar.**
a. Verdadero b. Falso
- 2. La cara del martillo debería tener una corona ligera.**
a. Verdadero b. Falso
- 3. Una cara más grande produce golpes más seguros y clava con más rapidez.**
a. Verdadero b. Falso
- 4. Un mango de acero inoxidable es lo más absorbente de choque.**
a. Verdadero b. Falso
- 5. Un martillo de 16 onzas es probablemente mejor para uso general.**
a. Verdadero b. Falso
- 6. Inspeccione su martillo antes de usarlo y asegúrese de que el mango esta apretado, para que no se pueda lanzar la cabeza.**
a. Verdadero b. Falso
- 7. Perforar un agujero piloto después comience a clavar con golpes cortos, dar un golpecito para colocarlo el su lugar.**
a. Verdadero b. Falso
- 8. Mantenga la cara del martillo paralelo a la superficie que golpea.**
a. Verdadero b. Falso
- 9. Un martillo de bola tiene una cabeza metálica redondeada y es adecuado para clavar un cincel o un punzón.**
a. Verdadero b. Falso
- 10. Siempre lleve gafas de seguridad, zapatos de seguridad y un casco duro cuando usa un martillo.**
a. Verdadero b. Falso

Cuando usted termine este examen, entréguelo a su supervisor.

Nombre: _____

Fecha: _____



Trabajar Seguro con Martillos

RESPUESTAS AL CUESTIONARIO DE TRABAJAR SEGURO CON MARTILLOS

1. b. Falso. Lesiones de ojo son otro riesgo común — siempre use gafas de seguridad. Una cabeza de martillo suelta también puede lanzarse y golpear a alguien.
2. a. Verdadero.
3. a. Verdadero.
4. b. Falso. Los mangos de madera o de fibra de vidrio tienden a ser más absorbentes de choque.
5. a. Verdadero.
6. a. Verdadero.
7. a. Verdadero.
8. a. Verdadero.
9. a. Verdadero.
10. a. Verdadero.