

Cables de Extensión y GFCI

Unos 9 minutos para presentarla

El GFCI es obligatorio en construcción, se prueba, y el cable con la pata de tierra quebrada es basura, no herramienta.

La corriente que hace funcionar una sierra circular es más que suficiente para matarlo. No hace falta un accidente espectacular: basta un cable dañado, una mano mojada y un piso de concreto.

EL GFCI NO ES OPCIONAL

1926.404(b)(1)(ii): todos los receptáculos de 125 volts, 15, 20 y 30 amperios que no son parte de la instalación permanente y que se usan para trabajo de construcción tienen que tener protección GFCI.

El GFCI mide la corriente que sale y la que regresa. Si falta aunque sea un poquito — porque se está yendo a tierra a través de usted — corta en milisegundos. Es la diferencia entre un susto y un paro cardíaco.

- Pruébalo. Botón de prueba, botón de reposición, al inicio de cada turno. Un GFCI que no bota está muerto.
- Un GFCI que bota repetido está avisando algo. No lo reponga una y otra vez — busque la falla.
- Nunca lo puentee ni use un adaptador para brincarlos.

LOS CABLES

- Pata de tierra completa. Un cable con la tercera pata quebrada se va a la basura, no "es el que sirve para la lámpara".
- De uso rudo o extra rudo al aire libre, y del calibre correcto para la longitud — un cable largo y delgado se calienta bajo carga.
- Revíselo antes de usarlo. Cortes, cinta, conductores expuestos, clavija quebrada, conexión caliente. Cable con cinta no es cable reparado.
- Nunca lo grape, clave ni cuelgue de varilla, tubo o un clavo. Ganchos o soportes aislados.
- Fuera de los pasillos, fuera del agua, y nunca por una puerta que cierre encima.
- Jale de la clavija, no del cable.

AGUA Y TABLEROS

El agua y la corriente provisional es la combinación que mata. Si a una caja o a un tablero le entró lluvia, sale de servicio hasta que alguien calificado diga otra cosa. Tapas puestas, aberturas sin usar tapadas, y tres pies libres delante de cualquier tablero que alguien pudiera tener que abrir con prisa.

Y LA REGLA GENERAL

1926.416(a)(1): nadie trabaja cerca de un circuito energizado donde pueda hacer contacto, a menos que esté desenergizado y aterrizado, o protegido con aislamiento u otro medio efectivo.

PREGUNTE A LA CUADRILLA

- ¿Alguien ha visto esta semana un cable sin la pata de tierra?
- ¿Se están probando los GFCI o nada más están conectados?
- ¿Por dónde pasan los cables y quién los está pisando todo el día?

29 CFR 1926.404 · 29 CFR 1926.405 · 29 CFR 1926.416

Esta es una charla de seguridad, no un curso. Es información general de concientización sobre un solo tema — no es específica de su sitio, no es una evaluación de peligros, y no sustituye la evaluación de su lugar de trabajo por una persona competente, sus programas escritos ni las instrucciones del fabricante. Por sí sola no cumple ningún requisito de capacitación de OSHA. Las normas cambian; verifique contra la norma vigente. Quien la presente es responsable de decidir que sea adecuada y suficiente para el trabajo. Cuando una charla trata primeros auxilios, reanimación o salud mental, es información general de seguridad, no consejo médico, no sustituye la atención médica profesional ni la capacitación certificada en respuesta a emergencias, y no otorga ninguna certificación — en una emergencia, llame al 911. Libre de imprimir y usar, tal cual, sin garantía de ningún tipo. Migna Safety Solutions · training.mignasafetysolutions.com

v2026-09-08 · <https://training.mignasafetysolutions.com/toolbox-talks/cables-de-extension-y-gfci>

REGISTRO DE ASISTENCIA

Cables de Extensión y GFCI

Unos 9 minutos para presentarla · 29 CFR 1926.404 · 29 CFR 1926.405 · 29 CFR 1926.416

Fecha

Obra / sitio

Presentada por

Empresa

#	Nombre en letra de molde	Firma	Fecha
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			

Presenté esta charla y determiné que era adecuada para esta cuadrilla y este trabajo.

Formato proporcionado por Migna Safety Solutions · v2026-09-08 · <https://training.mignasafetysolutions.com/toolbox-talks/cables-de-extension-y-gfci>

Conserve esta hoja con sus registros de capacitación. Migna Safety Solutions proporciona este formato en blanco — no presentamos esta sesión, no estuvimos presentes, y no hacemos ninguna declaración sobre lo que se dijo ni sobre quién asistió. Una charla de seguridad es información general de concientización sobre un solo tema y por sí sola no cumple ningún requisito de capacitación de OSHA. El empleador sigue siendo responsable de la evaluación de peligros específica del sitio y de la capacitación que sus trabajadores deben recibir. Cuando una charla trata primeros auxilios, reanimación o salud mental, es información general de seguridad, no consejo médico, y no otorga ninguna certificación — en una emergencia, llame al 911. Libre de imprimir y usar, tal cual, sin garantía de ningún tipo. training.mignasafetysolutions.com