

BOLETÍN DE SEGURIDAD Y SALUD

PREVENCIÓN DE CAIDAS EN EL AMBITO LABORAL

Caídas a mismo nivel: Caídas producidas por suelos resbaladizos, calzado inadecuado, obstáculos, etc.
Caídas a distinto nivel: Caídas de un nivel mas alto que el suelo, caídas desde una silla, una escalera o cualquier mobiliario o elemento que tenga cierta altura (aprox.50cm).

CAUSA DE LAS CAIDAS

Condiciones Inseguras

Situación que se presenta en el lugar de trabajo y que se caracteriza por la presencia de riesgos no controlados que pueden generar accidentes de trabajo y enfermedades laborales:

- Piso o escalera deslizantes: encerado, mojado, enjabonado, resbaloso, desgastado, cuarteado, roto.
- Calzado inadecuado
- Pisos deteriorados
- Escaleras sin pasamanos y sin cintas antideslizantes
- Manchas de aceite u otras sustancias en el piso.
- Iluminación deficiente
- Desorden en el área de trabajo

Actos Inseguros

Todo acto que realiza el trabajador de manera incorrecta o inapropiada y que facilita la ocurrencia de un accidente de trabajo.

- La prisa exagerada: correr en pasillos, escaleras, calles y vías públicas.
- Saltar los peldaños de escaleras de dos en dos o de tres en tres.
- Subir a una silla, mesa o apoyo inadecuado para tratar de alcanzar algo que este demasiado alto.
- Atravesar obstáculos como barandas, paredes o techos.

CONSECUENCIA DE LAS CAIDAS

FISICAS

- Fracturas en extremidades
- Heridas y politraumatismo
- Accidentes Mortales
- Pueden generarse dolores cróni-

PSICOLOGICAS

- Puede afectar la autoestima
- Depresión

PRODUCTIVAS

- Perdida de capacidad laboral
- Invalidez
- Ausentismo laboral

MEDIDAS PREVENTIVAS

PARA PREVENIR CAIDAS AL MISMO NIVEL

- Conservar despejado y limpio el suelo de las zonas de paso y de trabajo, eliminando las cosas que puedan provocar una caída
- Mantener el orden de los materiales
- Evitar tener cables eléctricos y otros elementos similares por los suelos para evitar tropiezos
- Evitar suelos mojados, resbaladizos con restos de comida u otras sustancias que hagan resbalar
- Llevar calzado adecuado, antideslizante y ropa adecuada.
- No dejar cajones o archivadores abiertos
- Se debe caminar y no correr especialmente en situaciones de emergencia
- Señalización informativa en caso de realizar aseo en horas laborales

PARA PREVENIR CAIDAS A DISTINTO NIVEL

- En las escaleras utilizar siempre pasamanos o baranda
- Instalar pasamanos lo suficientemente distante del muro
- Evitar correr durante los desplazamientos
- Señalizar los peldaños de las escaleras y poner bandas antideslizantes en el borde de los escalones lisos.
- Al bajar o subir escaleras apoye completamente el pie en la base del escalón sin obstruir la visibilidad con objetos grandes y pesados.
- Se debe bajar o subir escaleras paso a paso, no correr ni saltar escalones, asegurándose de tres puntos de apoyo (dos manos un pie, o dos pies una mano).
- Cuando transite por las escaleras hágalo siempre por su derecha sujetándose del pasamanos+
- No debemos obstruir las escaleras.