

## BOLETÍN DE SALUD Y SEGURIDAD

### PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN ESCALERAS

**Comentario:** La escalera es el medio para unir dos pisos las cuales están conformadas por peldaños y éstos a su vez por huellas y contrahuellas. Las caídas en escaleras son la causa principal de lesiones involuntarias representando el 5% del total de los accidentes en oficinas ocurriendo más lesiones graves cuando se baja una escalera que cuando se sube.

### PRINCIPALES FACTORES DE RIESGOS DE LA ESCALERA

- ✓ Huellas resbaladizas, desgastadas, rotas, inclinadas o demasiado cortas.
- ✓ Contrahuella de altura no uniforme.
- ✓ Contrahuella demasiado baja o alta.
- ✓ Baranda floja, débil o inexistente.
- ✓ Diseño incorrecto por inclinación, estrecha o larga sin descanso.
- ✓ Variación del ancho del peldaño en escaleras de caracol.

### FACTORES DE RIESGOS TIPO PERSONAL

- ✓ Subir o bajar apurados.
- ✓ Charlar cuando se sube o se baja las escaleras.
- ✓ No utilizar el pasamanos.
- ✓ Utilizar calzado inseguro (suelas deslizantes y tacones altos).
- ✓ Visibilidad e iluminación deficiente.

### RECOMENDACIONES PARA EVITAR ACCIDENTES EN ESCALERAS

Subir o bajar tranquilamente sin prisa, evitando correr o empujar.

Utilizar preferiblemente calzado plano.

Subir y bajar concentrado, sin hablar ni chatear por celular u otro medio de comunicación.

No subir ni bajar de dos en dos los peldaños.

Subir y bajar por el lado derecho.

Subir y bajar sin elemento que obstaculicen la visibilidad y ocupen las dos manos.

Reportar visibilidad limitada, pasamanos flojos, débiles e inexistentes.

No subir y bajar con las manos entre los bolsillos.

Boletín No. 004  
11 DE OCTUBRE DE  
2013

Las escaleras no son peligrosas, si se circula por ellas a velocidad lógica.



FIJESE BIEN EN LOS  
DETALLES DE LAS  
ESCALERAS ANTES  
DE UTILIZARLAS



MANTENGA OJOS Y  
MENTE EN EL  
DESPLAZAMIENTO