

La UPRL informa

RESBALONES Y TROPEZONES EN EL TRABAJO: CÓMO PREVENIRLOS

Probablemente nos ha pasado a la mayoría de nosotros: ese lapso momentáneo de falta de atención que termina en un resbalón, tropezón o caída y que puede conducir a una variedad de eventos lamentables que van desde una simple magulladura a una lesión muy grave.

Los resbalones, tropezones y caídas en el trabajo constituyen la mayoría de los accidentes de la industria en general, que representan:

- 15 por ciento de todas las muertes accidentales al año, la segunda causa principal detrás de los vehículos a motor.
- Alrededor del 25 por ciento de todas las lesiones laborales.
- Más de 95 millones de días de trabajo perdidos al año - alrededor del 65 por ciento de todos los días de trabajo perdidos.

En general, los resbalones y tropiezos se producen debido a una pérdida de adherencia entre el zapato y la superficie para caminar o a un contacto accidental con un objeto fijo o móvil que puede conducir a una caída.

Hay una gran variedad de situaciones que pueden causar resbalones, tropiezos y caídas: los pisos mojados o con grasa; suelos secos con polvo de madera o polvo; las superficies irregulares; los pavimentos pulidos o recién encerados; la transición de un tipo de suelo a otro; superficies para caminar inclinadas; zapatos con suelas húmedas, fangosas, grasientas o aceitosas; el desorden; los cables eléctricos; escaleras en mal estado; las hojas mojadas; y muchas más...

¿ Cómo crear un entorno de trabajo más seguro ?

- 1) Crear Buenas Prácticas de Orden y Limpieza:** la buena limpieza es fundamental. Seguridad y limpieza van de la mano. Si los hábitos de limpieza de sus instalaciones son pobres, el resultado puede ser una mayor incidencia de lesiones de los empleados, más costes de seguro y sanciones administrativas. Si las instalaciones de una organización están notablemente limpia y bien ordenadas, es una buena indicación de que su

La UPRL informa

programa global de seguridad es eficaz también.

2) Reducir las superficies resbaladizas o

mojadas: las zonas de paso representan una parte significativa de las lesiones por resbalones. Los tipos más frecuentemente de superficies donde se producen estas lesiones incluyen los aparcamientos, las aceras, las áreas de preparación de alimentos y los baños. Las medidas de control de interior pueden ayudar a reducir la incidencia de resbalones y caídas, por ejemplo usando alfombras absorbentes de la humedad en las entradas o empleando señales de "Piso Mojado" cuando sea necesario.



3) Evitar la creación de obstáculos en los pasillos y zonas de paso:

las lesiones también tienen su origen en obstáculos, desorden, materiales y equipos en los pasillos, entradas y escaleras. El mantenimiento adecuado de las áreas de trabajo y de paso sigue siendo la medida de control más eficaz para evitar la proliferación de este tipo de riesgos. Para ello, mantenga todas las áreas de trabajo, pasillos, almacenes y áreas de servicio limpias y ordenadas; en las áreas de oficina, evitar dejar cajas, archivos o maletines en los pasillos; fomente las prácticas de trabajo seguras, tales como el cierre de los cajones de los archivadores después de su uso.

4) Crear y mantener una iluminación adecuada:

utilice una iluminación adecuada en pasillos, escaleras, rampas, pasillos y sótanos; mantenga los pasillos mal iluminados libres de obstáculos y obstrucciones; mantenga despejadas las áreas alrededor de los interruptores de luz.

5) Usar calzado adecuado:

los zapatos que usamos pueden jugar un papel importante en la prevención de caídas. Cada vez que se investiga una lesión relacionada con caídas, el calzado debe ser evaluado para ver si contribuyó al incidente. Los empleados deben llevar calzado apropiado para su tarea.

La UPRL informa



- 6) **Comportamiento individual:** esta condición es la más difícil de controlar. Forma parte de la naturaleza humana bajar la guardia durante dos segundos y distraerse con pensamientos aleatorios o hacer múltiples actividades. El apresurarse se traducirá en caminar demasiado rápido, lo que aumenta las posibilidades de un resbalón, tropezón o caída. Tomar atajos, utilizar un teléfono móvil, llevar paquetes que obstruyen la visión, usar gafas de sol en zonas de poca luz, son elementos comunes en muchas lesiones en el puesto de trabajo.

A continuación pueden ver un espectacular video sobre tropezones, resbalones y caídas en el trabajo.

Enlaces Relacionados:

[Video de interés](#)

Fuente: Prevencción integral.com