



INFORMACIÓN 2026:

Pisadas sobre objetos: el pequeño descuido que causa miles de accidentes cada año

Aunque pueda parecer un riesgo menor, **las pisadas sobre objetos** están detrás de un importante número de **accidentes laborales leves**. Según datos del **Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST)**, los **golpes y torceduras provocados por tropiezos o pisadas sobre objetos** suponen hasta un **12 % de los accidentes con baja** en sectores como la **industria, la construcción y los servicios**.

No suelen aparecer en los titulares, pero generan **centenares de días perdidos al año**, un coste económico considerable y una señal clara de **deficiente orden y limpieza** en el entorno laboral.

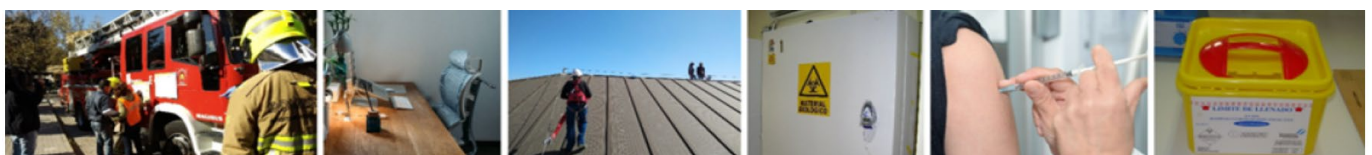
¿Qué entendemos por pisadas sobre objetos?

Se trata de la **situación en la que una persona pisa o tropieza con objetos abandonados o irregularidades del suelo**, sin llegar a producirse una caída. Es un tipo de accidente que muchas veces se considera "menor", pero que **puede causar lesiones dolorosas o incapacitantes**, especialmente en pies, tobillos y piernas.

Ejemplos típicos: restos de materiales, cables, herramientas mal colocadas, clavos, virutas, trozos de embalaje, mangueras, piezas metálicas o residuos en las zonas de paso. El riesgo aumenta si hay **iluminación deficiente, falta de señalización, prisas o distracciones**.

Causas más frecuentes

- **Falta de orden y limpieza** en los puestos de trabajo.
- **Acumulación de materiales o residuos** en pasillos y zonas de tránsito.
- **Iluminación insuficiente** que oculta obstáculos o restos en el suelo.
- **Desorganización del espacio** y falta de procedimientos de limpieza.
- **Ausencia de señalización** y delimitación de las áreas de trabajo.
- **Prisas y distracciones** durante los desplazamientos o el transporte de materiales.





INFORMACIÓN 2026:

Pisadas sobre objetos: el pequeño descuido que causa miles de accidentes cada año

Lesiones más habituales

- **Esguinces y torceduras de tobillo.**
- **Cortes o punciones** por objetos cortantes o punzantes.
- **Contusiones y microtraumatismos** en pies y piernas.
- **Heridas infectadas** por cuerpos extraños.
- **Dolencias musculoesqueléticas** derivadas de movimientos bruscos o posturas forzadas.

Medidas preventivas esenciales

1. Orden y limpieza

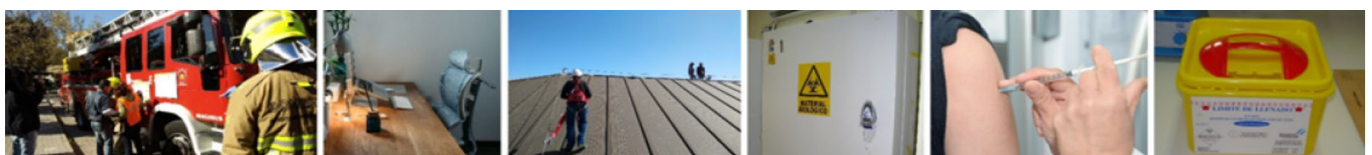
- Mantener suelos, pasillos y zonas de paso **libres de obstáculos y residuos.**
- Retirar de inmediato **restos de materiales, virutas y herramientas.**
- Disponer de **contenedores cercanos** a los puestos de trabajo y realizar **limpiezas periódicas.**
- Implantar la regla básica: **“nada en el suelo”.**

2. Señalización e iluminación

- **Señalizar claramente** las zonas de tránsito y evacuación.
- Garantizar una **iluminación suficiente y uniforme** para detectar objetos o irregularidades.

3. Protección individual

- Utilizar **calzado de seguridad con puntera y plantilla reforzada**, conforme a la normativa UNE-EN ISO 20345.





INFORMACIÓN 2026:

Pisadas sobre objetos: el pequeño descuido que causa miles de accidentes cada año

- Revisar y mantener el calzado en **buen estado** para evitar deslizamientos o pérdida de apoyo.

4. Organización y control

- **Incluir el riesgo** en la evaluación de riesgos laborales.
- Establecer **procedimientos de limpieza y revisión diaria** de zonas de paso.
- **Formar y sensibilizar** al personal sobre la importancia del orden y la disciplina preventiva.

Una reflexión final

Una **arandela en el suelo** o una **herramienta mal colocada** pueden parecer insignificantes, pero son responsables de miles de incidentes cada año.

La **prevención empieza desde el suelo que pisamos**: mantener el entorno limpio, iluminado y libre de obstáculos es una de las formas más simples —y más eficaces— de proteger la seguridad de todos.

Porque en prevención, **no existen riesgos pequeños**, solo **hábitos seguros o inseguros**.

Fuente: [Prevencionar.com](https://prevencionar.com)

