Slip Hazards and Safety Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los resbalones, los tropezones y las caídas al mismo nivel son el resultado de algún tipo de cambio involuntario o inesperado en el contacto entre los pies y el suelo o la superficie para caminar. Esto demuestra que una buena limpieza, la calidad de las superficies por las que se camina, la selección de un calzado adecuado y un ritmo de marcha apropiado son fundamentales para prevenir los accidentes.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS/RIESGOS

La mayoría de los resbalones y tropiezos son causados por

- Mala iluminación.
- Cables que se arrastran.
- Revestimientos de suelo inadecuados.
- Superficies del suelo desiguales o dañadas.
- Contaminación de
- Superficies del suelo contaminadas, por ejemplo, con líquidos o grasas.

Resbalones

Los resbalones se producen cuando hay muy poca fricción o tracción entre el calzado y la superficie por la que se camina. Las causas más comunes de los resbalones son:

- superficies húmedas o aceitosas
- derrames ocasionales
- riesgos meteorológicos
- alfombras o tapetes sueltos y sin anclar
- suelo
- u otras superficies para caminar que no tienen el mismo grado de tracción en todas las áreas

Tropiezos

Los tropiezos se producen cuando el pie choca (golpea) con un objeto que le hace perder el equilibrio y, finalmente, caer. Las causas más comunes de los tropiezos

son:

- la obstrucción de la vista
- mala iluminación
- desorden en el camino
- moqueta arrugada
- cables sin cubrir
- fondo
- cajones sin cerrar
- superficies de paso irregulares (escalones, umbrales)

COMO PROTEGERSE

PAUTAS DE PREVENCIÓN

Los resbalones y los tropezones se encuentran entre las causas más comunes de lesiones en el lugar de trabajo, también están entre las más fáciles de prevenir.

1. **Crear buenas prácticas de limpieza**

Para crear un programa eficaz de limpieza, hay tres pasos sencillos para empezar

- **Planifique con antelación:** sepa qué hay que hacer, quién lo va a hacer y qué aspecto debe tener la zona de trabajo cuando haya terminado.
- **Asigne responsabilidades-** Puede ser necesario asignar a una persona o grupo de trabajadores específicos la limpieza, aunque es preferible la responsabilidad personal de limpiar lo que se hace.
- **Implemente un programa-** Establezca procedimientos de limpieza como parte de la rutina diaria.

1. Reducir las superficies húmedas o resbaladizas
2. Evite la creación de obstáculos en los pasillos y vías de circulación
3. Cree y mantenga una iluminación adecuada
4. Utilice un calzado adecuado
5. Controlar el comportamiento individual

Lo que los empleados pueden hacer por la seguridad

- tomarse su tiempo y prestar atención a dónde va.
- ajustando la zancada a un ritmo adecuado para la superficie por la que se camina y las tareas que se realizan.
- caminar con los pies apuntando ligeramente hacia fuera.
- realizando giros amplios en las curvas.

Resbalones y tropiezos

Hay tres cosas que los responsables del lugar de trabajo, los supervisores de primera línea y los trabajadores deben hacer para eliminar, reducir y evitar “incidentes” totalmente prevenibles:

- **Entender cómo se producen los accidentes**
- **Identificar el área problemática**
- **Eliminar o minimizar**

CONCLUSIÓN

Los resbalones y tropiezos son las principales causas de lesiones en cualquier lugar

de trabajo. Lesiones como un tobillo torcido no suelen ser muy graves, pero pueden restar productividad. A veces, los resbalones o tropiezos pueden provocar caídas. Dependiendo de las circunstancias, estas caídas pueden resultar mortales. Prevenir los resbalones y tropiezos supone un pequeño esfuerzo.