Uneven Terrain – Spanish



¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Los terrenos irregulares pueden presentar varios peligros evitables, como superficies inclinadas y resbaladizas, surcos y el riesgo de penetrar en huecos ocultos bajo el suelo.

Cada año, las estadísticas de salud y seguridad siguen situando los resbalones, tropiezos y caídas entre las principales causas de lesiones en los lugares de trabajo

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Los resbalones, los tropezones y las caídas representan la mayor parte de los incidentes de la industria general cada año, incluidas las muertes accidentales. El coste es importante, ya que las empresas gastan mil millones al año en indemnizaciones y gastos médicos.

Estos accidentes se atribuyen a una gran variedad de causas, desde el hielo y las manchas de humedad hasta los suelos sueltos, el desorden y los cables eléctricos. Pero hay un peligro de resbalones, tropiezos y caídas que a menudo se pasa por alto: las condiciones irregulares del suelo.

Los trabajadores con mayor riesgo de resbalones, tropiezos y caídas debido a las superficies irregulares del suelo pueden ser los que se encuentran a menudo en terrenos sin pavimentar, que pueden ser imprevisibles, o en hormigón, que es propenso a agrietarse y a tener agujeros.

Los trabajadores de la construcción, los de mantenimiento de carreteras, los paisajistas e incluso los trabajadores de correos entran en esta categoría. Pero, por supuesto, muchos otros trabajadores deben enfrentarse a terrenos irregulares y superficies para caminar en algún momento de sus turnos.

Los trabajadores se enfrentan a otros peligros que están alineados con el terreno irregular:

- Bordillos
- Bordes fresados
- Herramientas en el suelo
- Arquetas elevadas
- Desmontaje de equipos – Saltar rápidamente de una camioneta, o incluso girar cuando sólo le queda un peldaño de la escalera en un rodillo puede ser

suficiente para torcerse o rodar el tobillo.
- Excavaciones – Tenga cuidado al entrar y salir de las excavaciones, en particular, cuando la excavación tiene sólo 1-3′ de profundidad.
- Cordelería – Peligro de tropiezo
- Estructuras de hormigón

COMO PROTEGERSE

Los expertos sugieren que una variación en la superficie para caminar de tan sólo un cuarto de pulgada es suficiente para causar un tropiezo y una caída. Eso es más o menos el grosor de un lápiz. Y aunque no siempre es un problema fácil de corregir, hay algunas cosas clave que los empleadores pueden hacer para mitigar el riesgo de seguridad que suponen las superficies irregulares.

1. Realice inspecciones periódicas para identificar (y arreglar) las superficies irregulares

Ya sea en el interior o en el exterior, es importante inspeccionar y evaluar regularmente las condiciones del suelo de su lugar de trabajo. Identifique todos y cada uno de los lugares en los que haya una superficie irregular para caminar - incluso si es sólo un cuarto o medio de pulgada- y decida si cada uno de ellos se puede arreglar.

2. Áreas de trabajo bien iluminadas

Los riesgos de tropiezos y caídas se amplían cuando los trabajadores no pueden ver bien. Mantener las áreas de trabajo iluminadas es fundamental para garantizar que los riesgos de seguridad sean visibles. En el interior, esto significa cambiar las bombillas fundidas en cuanto las detecte y utilizar lámparas en las zonas donde la iluminación superior sea insuficiente.

En exteriores

Las superficies exteriores pueden plantear retos únicos que requieren soluciones creativas. Una solución puede ser tan sencilla como utilizar una pala para despejar o compactar un montón elevado de tierra o nieve, o para rellenar un agujero. En los lugares embarrados en los que el suelo es irregular e imprevisible, cubrir la zona con láminas de madera contrachapada puede ayudar a proporcionar una superficie resistente y uniforme para evitar tropiezos.

El trabajo en exteriores a primera hora de la mañana y al atardecer suele requerir iluminación adicional, ya que el sol no ha salido. Hay muchas opciones diferentes en lo que respecta a las luces de trabajo portátiles, incluidas las cadenas de luces y las que están sobre trípodes. Algunas requieren electricidad y otras funcionan con baterías recargables, por lo que es importante prepararse adecuadamente para el entorno en el que se va a trabajar.

3. Despacio

La mayoría de los tropezones y caídas se pueden evitar simplemente reduciendo la velocidad y vigilando las condiciones del terreno delante de ti. Pisa con cuidado, y pon en conocimiento de un supervisor cualquier preocupación sobre el estado del suelo inmediatamente.

4. Utilice las señales (cuando sea apropiado)

Siempre que sea posible, debe tratar de eliminar un peligro. Sin embargo, cuando eso

no es una opción, las señales claramente marcadas pueden ayudar a llamar la atención de los empleados sobre un área particularmente riesgosa, asegurando que tengan más precaución al caminar y trabajar.

5. Retrase el trabajo cuando sea necesario

Si detecta un terreno irregular (e inseguro) y no hay solución disponible, es perfectamente aceptable retrasar el trabajo. El barro, el hielo y la nieve, en particular, son difíciles de solucionar sobre el terreno y no siempre es posible trabajar en ellos de forma segura. Una mejor opción es modificar el programa de trabajo y volver con un plan de trabajo para solucionar el peligro específico o esperar hasta que se resuelva (por ejemplo, cuando el barro se endurezca o la nieve se derrita).

CONCLUSIÓN

Cuando se encuentre con una superficie de suelo irregular, lo mejor es ser proactivo y solucionarlo de la mejor manera posible. No deje que otra persona se ocupe de ello, o que otra persona resulte herida. Muchas superficies irregulares se hacen más seguras mediante sencillos arreglos, y al final siempre merece la pena.