

PREVENCIÓN DE CAÍDAS AL MISMO NIVEL

OBJETIVO

ORIENTAR SOBRE LAS REGLAS BÁSICAS DE SEGURIDAD Y PRECAUCIONES CON EL FIN DE MITIGAR LA OCURRENCIA DE ACCIDENTES DE TRABAJO POR CAÍDAS A NIVEL.

CAIDAS A NIVEL

EVENTOS OCURRIDOS EN LAS SUPERFICIES DE TRÁNSITO, SE INCLUYEN LAS CAÍDAS EN ESCALERAS FIJAS Y DESDE SUPERFICIES NO SUPERIORES A 70 CM.

PRINCIPALES CAUSAS



CONDICIONES INSEGURAS

- Escaleras sin antideslizantes o con cintas en mal estado (despegadas)
- Escalones en mal estado
- Pisos húmedos
- Obstáculos en la vía de tránsito
- Mala iluminación
- Piso con irregularidades (desniveles o grietas)

ACTOS INSEGUROS

- Caminar mirando el celular
- Subirse a las sillas, mesas, escritorios o apoyos inadecuados para tratar de alcanzar algo o para decorar los puestos de trabajo
- Dejar a nivel del suelo cables eléctricos, telefónicos, o cualquier objeto
- Dejar los archivadores y cajones abiertos.
- Saltar de partes elevadas

RECOMENDACIONES GENERALES

- Mantener las zonas de circulación y las salidas señalizadas y libres de obstáculos.
- Mantener el orden y la limpieza, aunque esa no sea nuestra labor.
- Verificar el estado de las sillas .
- Prestar atención a los desniveles e irregularidades del suelo, extremando la precaución en los desplazamientos por suelos o superficies mojadas.
- Si la iluminación es insuficiente, hacer uso de medios auxiliares y comunicar la situación para corregirla.
- Las puertas transparentes deberán tener una señalización a la altura de la vista.
- Las puertas de vaivén constarán de partes transparentes que permitan la visibilidad de la zona a la que se accede.
- Cuando sea necesario, las zonas de los lugares de trabajo en los que exista riesgo de caída (durante labores de aseo) deberán estar claramente señalizadas.



RECOMENDACIONES AL CAMINAR

- CAMINE A PASO MODERADO Y PRESTANDO ATENCIÓN A LAS CONDICIONES DEL PISO.
- NO USE EL CELULAR.
- SI NECESITA LEER ALGO, BUSCAR EN SU MALETÍN O BOLSO, HABLAR POR CELULAR Y SE ESTÁ DESPLAZANDO, ¡PARE!, Y CUANDO TERMINE SIGA SU CAMINO.
- RESPETE LAS SEÑALES DE ADVERTENCIA Y/O PRECAUCIÓN DURANTE LAS ACTIVIDADES DE MANTENIMIENTO O ASEO.
- UTILICE CALZADO ADECUADO SEGÚN LAS ACTIVIDADES QUE VA A REALIZAR (DEBERÁ OFRECER UN APOYO ESTABLE.)
- TENGA SIEMPRE UN BUEN CAMPO DE VISIBILIDAD MIENTRAS SE DESPLAZA. EVITE LLEVAR CARGAS (CAJAS, CARPETAS) QUE OBSTRUYAN LA VISIBILIDAD.
- HAGA USO DE LA CEBRAS, PUENTES PEATONALES O LUGARES DEMARCADOS PARA CRUZAR LA CALLE CUANDO SE DESPLACE EN VÍA PÚBLICA.



DESPLAZAMIENTO POR LAS ESCALERAS



- Camine sin prisa, apoye toda la suela del zapato en cada escalón.
- Suba y baje las escaleras con al menos una mano desocupada.
- Utilice los pasamanos de las escaleras.
- No suba o baje escaleras corriendo ni saltando los peldaños.
- Desplácese a paso moderado y prestando atención a las condiciones de los escalones .
- No use el celular.

MIENTRAS ESTAMOS SENTADAS



- Siéntese utilizando todo el asiento.
- Verifique la posición de la silla antes de sentarse.
- No use la silla como mecedora.
- No realice bromas a sus compañeros con la silla.
- No utilice la silla para desplazarse. Si necesita alcanzar un objeto que se encuentra lejos, levántese de la silla.