

Resbalones, tropiezos y caídas

Nuestro granito de arena en el calzado

Aquí no hay sorpresa. Tus zapatos son importantes. Reemplázalos cuando el área de la suela desgastada es más grande que dos monedas de un centavo.

Otras señales para cuando deberías reemplazar tu calzado:

- suela rajada por completo;
- pedazos de suela ausentes;
- suela empieza a despegarse de la parte superior;
- agujeros por encima del material o cuero.

Los resbalones, tropiezos y caídas en una misma superficie suceden en casi todo tipo de ambiente laboral; y desafortunadamente suceden con frecuencia. Aproximadamente 3,8 millones de lesiones laborales discapacitantes son causadas anualmente por resbalones, tropiezos y caídas, siendo casi un 15 por ciento de los gastos totales de compensación para trabajadores.

Resbalones

Un resbalón sucede cuando hay poca fricción o tracción entre tu calzado y la superficie del piso. En la mayoría de los casos, el resbalón sucede al caminar y cuando el talón del pie delantero del trabajador se resbala hacia adelante, luego al trasladar el peso, causa caída hacia atrás.

Resbalones comunes son:

- material húmedo (o seco pero resbaloso) en el piso;
- alfombras o tapetes sueltos e inseguros;
- superficies de tracción disparejas.

Tropiezos

Un tropiezo sucede cuando tu pie golpea un objeto, creando la pérdida del equilibrio. Tu impulso hacia adelante causa que tu cuerpo siga hacia adelante.

Las causas de tropiezos comunes son:

- cables o desorden en los pasillos;
- obstrucción de la vista;
- tomar atajos en vez de una manera aprobada;
- escalones desiguales.



Prevención de resbalones y tropiezos:

- llevar calzado apropiado;
- bajar la velocidad;
- limpiar y alumbrar los pasillos;
- limpiar derrames inmediatamente;
- cuidado con las superficies desniveladas, cunetas y hoyos;
- hay que reconocer que hay hielo si la temperatura está bajo cero;
- tomar las cosas paso a paso; llevar una mano libre;
- hay que confirmar que no haya obstrucción en tu vista;
- quitar, amarrar o fijar los cables o correas;
- usar una escalera; no usar silla, mesa, cubeta ni caja.

Limpieza y orden

Las excelentes costumbres ya establecidas para la limpieza y el orden son importantes para prevenir lesiones por resbalones, tropiezos y caídas. Por ejemplo, mantener los pasillos limpios y bien iluminados para tus trabajadores, clientes y visitantes.

Con estas costumbres ya establecidas para la limpieza, descubrirás beneficios adicionales y no solo la prevención de lesiones por resbalones, tropiezos y caídas. Entre ellos: los trabajadores prestarán mejor atención a los mensajes de salud y seguridad, y confiarán que la compañía habla en serio.

Áreas de transición

Un área de transición es cualquier lugar donde una persona se desplaza de un tipo de superficie a otro tipo. Las áreas de transición más comunes en el lugar de trabajo son:

- la entrada de un edificio;
- pasar de una alfombra a superficie sin alfombra, o viceversa;
- pasar de superficie nivelada a superficie desnivelada, o viceversa;
- pasar por puertas o pasillos.

Para ver más información de resbalones, tropiezos y caídas, visita saif.com/falls.