# 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.