



**5**-minute  
safety  
talk

## Resbalones, Tropiezos y Caídas

Hubo más de 134,000 casos de caídas de trabajadores en el entorno laboral en 2011. No se cayeron de escaleras o techos. Cayeron a nivel del piso, sin elevación, debido a la pérdida del equilibrio, tropiezos o resbalones en una superficie resbaladiza. Ellos sufrieron heridas bastante serias como para perder días de trabajo, según los *2014 Injury Facts*<sup>®</sup>, el informe estadístico sobre lesiones no intencionales del Consejo Nacional de Seguridad. El número de incidentes podría ser mayor debido a la falta de notificación de algunos casos.

### ¿Por qué caminar es tan peligroso?

Los resbalones, tropezones y las caídas son la causa número 2 de lesiones no fatales en el lugar de trabajo, que provocan ausentismo, superados solo por el agotamiento. Es un problema persistente, pero que se puede prevenir. A menudo, los resbalones, tropezones y caídas pueden ser producto de la falta de conciencia sobre los alrededores. Caminamos todo el tiempo, lo que aumenta nuestro riesgo de caer, y no estamos pensando en el acto de caminar. Estamos en piloto automático.

También es fácil distraerse mientras se camina. Revisar el teléfono, comer y hablar con alguien al caminar aumenta el riesgo de un tropezón o una caída.

Otras causas podrían ser:

- Pisos mojados
- Estacionamientos desiguales o cubiertos de hielo
- Visibilidad limitada en las esquinas
- Pasillos desordenados
- Correr en las escaleras
- No sostener el pasamanos en escaleras
- Cables que atraviesan pasillos
- Cargar demasiado peso

### La falta de notificación sobre estos incidentes agrava el problema

Un empleador no debe culpar a ningún empleado que se cae, especialmente porque algunas caídas se deben a las capacidades físicas de una persona. El temor a la vergüenza o a las represalias por informar este tipo de incidentes sólo contribuye a un lugar de trabajo inseguro.

Muchas causas de resbalones, tropiezos y caídas pueden ser prevenidas por los empleadores, pero son los empleados quienes proporcionan las mejores críticas y son los agentes clave en la identificación de peligros. Los empleadores deben reforzar la cultura que prioriza la seguridad, para que comprendan que incluso los incidentes más pequeños se deben informar. No hay mejor manera de identificar y mitigar los riesgos antes de que alguien se lesione.

### Investigar denuncias de resbalones y caídas

Los empleadores deben concentrarse en las zonas donde se producen la mayoría de los incidentes:

- Puertas
- Rampas
- Pasillos desordenados
- Áreas de mucho tránsito
- Superficies irregulares
- Las zonas propensas a la humedad y a derrames

Los pisos bien cuidados y un buen programa de limpieza pueden ayudar a reducir riesgos. Los empleadores deben examinar las superficies del suelo y colocar materiales antideslizantes en las áreas de trabajo que puedan estar mojadas, aceitosas o sucias. La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, por sus siglas en inglés) también recomienda que los trabajadores usen calzado antideslizante. Algunos empleadores entregan zapatos a los empleados porque la importancia del calzado no puede subestimarse.

### Cómo sacar a los Empleados del estado de «Piloto Automático»

Los cambios en el entorno por sí solos, no pueden proteger a los empleados. El compromiso de la gerencia con la seguridad y la comunicación entre los directivos y sus trabajadores es fundamental para el éxito de una cultura de la seguridad.

A través de la capacitación, los empleados aprenderán a asegurarse de que los pasillos estén despejados, que los pisos estén limpios, los cables y las alfombras protegidos, y que las señales estén a la vista para advertir sobre áreas resbaladizas. Los empleados también pueden aprender a implementar cambios en su comportamiento para reducir el riesgo de caídas, como caminar con el equilibrio adecuado, aprender a mantenerse si se resbalan y mirar hacia dónde se dirigen.

Las empresas que implementan medidas conductuales, ambientales o una combinación de ellas para reducir los resbalones, tropiezos y caídas suelen observar una disminución en las tasas de incidentes.

**National Safety Council**

1121 SPRING LAKE DRIVE, ITASCA, IL 60143-3201 | (800) 621-7619 | [nsc.org](http://nsc.org)

0715 900007611 © 2015 National Safety Council

members get more

