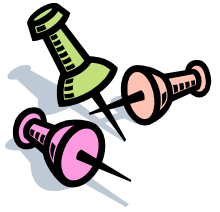




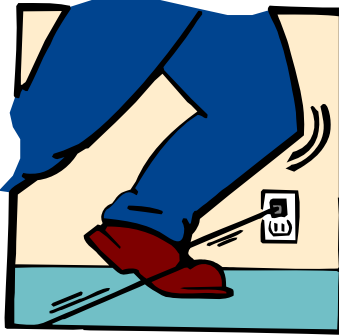
# Notas de Seguridad

UNIVERSIDAD DE CALIFORNIA  
AGRICULTURA Y RECURSOS NATURALES  
SALUD Y SEGURIDAD AMBIENTAL



Nota de Seguridad #62

## Resbalones, Tropezones y Caídas



Según la información disponible de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacional, los resbalones, tropezones y caídas causan el 15 por ciento de todas las muertes accidentales y son una causa importante de accidentes con tiempo perdido. Los empleados pueden controlar y / o reducir las condiciones de exposición a resbalones, tropezones y caídas que pueden causar accidentes de trabajo tomando precauciones simples y conociendo sus áreas de trabajo. El Código de Regulaciones de California, Título 8, Sección 3203 requiere informar y capacitar a los empleados sobre los riesgos en el sitio de trabajo, con el fin de reducir la posibilidad de lesiones por resbalones, tropezones y caídas.

### Causas Comunes de Resbalones, Tropezones y Caídas en el Trabajo

- Superficies resbalosas debido a la presencia de agua, aceite, desechos de animales, alfombras sueltas, tejas quebradas, gravilla suelta, o cualquier otro material y líquidos resbalosos.
- Superficies dispares en el exterior como campos o banquetas quebradas.
- Oficinas, áreas de trabajo, corredores, pasillos o senderos obstruidos por cables eléctricos, herramientas, sillas, cajones de archivos abiertos, ramas y / o raíces de árboles y maleza.
- Mal uso de escaleras, pararse en muebles, travesaños de escalones y escaleras inseguros.
- Saltar de equipos, desde un nivel a otro, o a través de zanjas.

### Precauciones para evitar Resbalones, Tropezones y Caídas

- Siempre limpie los derrames inmediatamente y ponga señales de advertencia para identificar superficies mojadas o resbalosas.
  - Camine a la velocidad que le permitan las condiciones de la superficie.
  - Cuando sea posible, camine alrededor de superficies mojadas o resbalosas.
  - Mantenga buenas prácticas de limpieza en oficinas, áreas de trabajo, corredores, pasillos y senderos manteniéndolos libres de obstáculos. Siempre cierre los cajones de archivo después de su uso.
  - Nunca se pare en muebles para alcanzar objetos elevados. Siempre use una escalera o un banco.
  - Repare las alfombras, losa, o banquetas sueltas o dañadas.
  - Cubra los cables eléctricos cuando atraviesen pasillos temporalmente.
  - Cuando desmonte equipos, use las barandillas y travesaños de escalera instalados por el fabricante..
  - Nunca salte a través de zanjas o de un nivel a otro (por ejemplo, desde una plataforma de carga hasta el suelo).
  - Use calzado antideslizante apropiado para el tipo de tarea que va a hacer.
  - Esté alerta de sus alrededores al subir o bajar escalones o escaleras. Use los pasamanos cuando existen.
  - Proporcione iluminación adecuada en las áreas de trabajo, incluyendo todos los pasillos.
- Reduzca su velocidad al caminar cuando gire o se mueva alrededor de obstáculos.

En la Biblioteca de Salud y Seguridad Ambiental del ANR, <http://safety.ucanr.org>, están disponibles los Videos E-008 y E 071- sobre Resbalones, Tropezones y Caídas.