

# SAFETY SENSE

JUNIO 2011

© 2011 PLANET

*Nota del Editor: la Administración de Seguridad y Salud Ocupacionales (OSHA-por sus siglas en inglés) y el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacionales, tienen a la disposición dos páginas web en español con excelente información sobre salud y seguridad: [www.osha.gov/as/opa/spanish](http://www.osha.gov/as/opa/spanish) y [www.cdc.gov/Spanish/niosh](http://www.cdc.gov/Spanish/niosh).*

## Evitemos resbalones y tropiezos

### Puntos clave

- Los resbalones y tropiezos parecieran ser incidentes menores; sin embargo, éstos pueden convertirse en serias lesiones, llegando a incluir huesos fracturados, esguinces, lesiones en la espalda y conmociones cerebrales. En virtud de que los trabajadores en la industria del paisajismo y la jardinería operan con frecuencia herramientas afiladas como cortadores de setos y motosierras, mientras se encuentran parados sobre superficies húmedas, pantanosas, y/o terrenos desnivelados, los resbalones y tropiezos también pueden llegar a ser la causa de cortadas e incluso amputaciones.
- Anualmente, de acuerdo a la Universidad de la Florida, el 15 por ciento de las lesiones discapacitantes que tienen lugar en los Estados Unidos de América, es el resultado de resbalones, tropiezos o caídas. La data generada por la compañía de seguros CNA indica que los resbalones, tropiezos y caídas representan la tercera causa principal de lesiones en la industria del paisajismo y la jardinería, así como en la industria de viveros, y se ubica en el tercer lugar en términos de costos por concepto de solicitudes de reclamos ante el fondo de compensación de los trabajadores.
- La mayoría de accidentes a causa de resbalones y tropiezos pueden evitarse. Generalmente, éstos ocurren cuando los trabajadores están apurados y por esa razón dejan de prestar atención a lo que están haciendo, y/o toman atajos, como saltar por encima de algún obstáculo, por ejemplo, en lugar de tomar el camino más largo alrededor de éste.

### Lista de control para patronos/empleadores y supervisores

- ✓ Recordar que los costos indirectos de los accidentes –incluso los pequeños accidentes- son difíciles de calcular y pueden llegar a representar de 4 a 10 veces de lo que representan los costos directos. Los costos indirectos incluyen la pérdida de tiempo de un supervisor y la cuadrilla circundante, herramientas dañadas, y retrasos en la ejecución de los contratos.
- ✓ Trabajar con su compañía de seguros para decidir cuáles son los tipos más comunes de accidentes de su compañía, y cuánto cuesta cada tipo de accidente por concepto de solicitud de reclamo. Probablemente, los resbalones y tropiezos ocupan un alto lugar en su lista. Pídale a su compañía de seguros que le ayude a concebir estrategias para reducir las solicitudes de reclamos — algo que la compañía aseguradora debería estar dispuesta a hacer a cambio de la prima de seguros que usted le paga.
- ✓ Revisar los casos de lesiones a causa de resbalones y tropiezos que han ocurrido durante los últimos 5 años con el fin de encontrar las causas comunes y elaborar recomendaciones para la instrumentación de acciones correctivas; y si en el pasado se hicieron recomendaciones, evaluar si éstas fueron efectivas en la prevención de incidentes similares.
- ✓ Revisar los sitios y áreas de trabajo con el propósito de detectar peligros de resbalones y tropiezos antes de que comience el día de trabajo y durante todo el día.
- ✓ Entrenar a los empleados en la identificación y en como lidiar con los peligros que representan los resbalones y tropiezos.
- ✓ Prohibir correr y brincar al bajar o subir de equipos o vehículos.

## Los que hacer y que *no* hacer de los empleados

### Que hacer:

- Revisar el sitio de trabajo con el propósito de detectar peligros de resbalones y tropiezos antes de comenzar el trabajo diario.
- Prestar atención por donde camina. Manténgase alerta ante la presencia de huecos en el piso, palos, piedras, y cambios en la superficie del terreno. Cuando sea posible, utilice conos o cintas para demarcar estas áreas.
- Sea particularmente cuidadoso al caminar sobre el césped húmedo bien sea a causa de la lluvia o del rocío de la mañana.
- Tener en cuenta que las superficies resbalosas parecieran no ser peligrosas hasta que usted se pare sobre ellas.
- Limpiar la grasa, el agua y otro tipo de derrames cuando se percate de ellos, o hacérselo saber de inmediato a su supervisor. Los sitios grasosos o helados pueden cubrirse con arena, tierra u otro material absorbente.
- Usar botas con suela anti-resbalante, y mantenerlas limpias de grasa y aceite.
- Asegurar que las áreas de mucho tránsito en el sitio de trabajo se mantengan libre de obstrucciones.
- Ser particularmente cuidadoso al utilizar escaleras. Las escaleras y escalones individuales que son demasiado empinados o que no son lo suficientemente empinados, pueden convertirse en peligros de tropiezos, por lo que deberá percatarse de empinados inusuales o alturas elevadas. Fíjese también en escalones desgastados o rotos. Al llevar una carga, bien sea subiendo o bajando una escalera, colóquesela de manera que no le obstruya su visibilidad, y si es posible, mantenga una mano libre para agarrarse del pasamanos.
- Apagar las herramientas cuando las cargue.

### Que *no* hacer:

- Apurarse. Su patrón/empleador preferirá que usted trabaje lentamente y cumpliendo las normas de seguridad, que demasiado rápido y arriesgarse a sufrir una lesión.
- Tomar atajos. Por lo general, éstos conllevan obstáculos, rutas que no están diseñadas para tránsito a pie, o superficies inestables o resbalosas.
- Correr, saltar o deslizarse si debe caminar a lo largo de una superficie resbalosa o húmeda. En su lugar, de pasos firmes, cortos y lentos y mantenga los dedos de sus pies ligeramente orientados hacia fuera. Mantenga las manos a ambos lados de su cuerpo, en lugar de metérselas en los bolsillos, de manera que pueda apoyarse en caso de que comenzara a caer.
- Correr en cualquier lugar en el sitio de trabajo, incluyendo las escaleras. Igualmente, evite subir o bajar los escalones de dos en dos.
- Saltar al bajar o subir de equipos o vehículos.
- Dejar cables eléctricos o mangueras a lo largo de aceras, pasillos o caminerías.

Prepared by Olivia Grider for:  
Professional Landcare Network  
950 Herson Parkway, Suite 450  
Herndon, VA 20170  
(800) 395-2522 Fax (703)736-9668  
Website: [LandcareNetwork.org](http://LandcareNetwork.org)

