



## Prevención de resbalones, tropiezos y caídas en el trabajo

Los resbalones, tropiezos y caídas <sup>(1)</sup> son la principal causa de accidentes en todos los sectores de actividad, desde la industria pesada hasta el trabajo administrativo. En los Estados miembros de la UE se ha descubierto que son la causa principal de los accidentes que provocan bajas laborales de más de 3 días <sup>(2)</sup>.

Los riesgos de accidente son más elevados en las **pequeñas y medianas empresas (PYME)**, sobre todo en las que tienen menos de 50 empleados. La utilización de **sencillas medidas de control puede reducir el riesgo de lesiones provocadas por resbalones y tropiezos**. El asesoramiento que figura en esta ficha informativa es aplicable a toda clase de empresas sea cual sea su tamaño.

### Responsabilidades de los empresarios

Los requisitos establecidos en las Directivas europeas <sup>(3)</sup> (sobre lugares de trabajo, señalización de seguridad, equipos de protección individual y Marco de seguridad) que son pertinentes para la prevención de resbalones y tropiezos son los siguientes:

- Asegurarse de que, en la medida de lo posible, los **lugares de trabajo** reciben la suficiente **luz** natural y están provistos de la luz artificial adecuada para proteger la seguridad y la salud de los trabajadores
- Asegurarse de que en el **suelo de los lugares de trabajo** no existen obstáculos, desniveles o aberturas peligrosas, y de que estén fijos, sean estables y no resbaladizos
- Colocar **señales de seguridad y de salud** cuando las medidas preventivas no puedan evitar o reducir adecuadamente los riesgos
- Proporcionar **equipos de protección individual** (p. ej. calzado de seguridad) apropiados para los riesgos existentes, y siempre que no puedan evitarse por otros medios. Tienen que ser cómodos, someterse a un adecuado mantenimiento y no provocar el incremento de otros riesgos.
- Ajustarse a un **marco** general de gestión de la salud y la seguridad, que abarque: evaluación y prevención de riesgos; prioridad de las medidas colectivas para eliminar riesgos; proporcionar información y formación; consulta a los trabajadores y coordinación de la seguridad con los contratistas.

Los requisitos mínimos establecidos por las Directivas se han incorporado **a la legislación nacional**, que puede incluir requisitos adicionales.

Es obligatorio **consultar a los trabajadores**. La utilización de los conocimientos de éstos ayuda a garantizar que los riesgos se localizan correctamente y se implantan soluciones viables.

El mantenimiento de un entorno laboral saludable y seguro no es responsabilidad exclusiva de la dirección. Los **trabajadores** también tienen la obligación de colaborar y preocuparse por su propia seguridad y la de los demás, siguiendo las instrucciones recibidas durante su formación. Hay que animar a todos a que contribuyan a mejorar la salud y la seguridad.

### Prevención de accidentes - Gestión de los riesgos

Un sistema apropiado de gestión de la salud y la seguridad previene accidentes a través de:

- la identificación de zonas peligrosas

- la toma de decisiones y su puesta en práctica
- la comprobación de que las medidas tomadas han sido eficaces

Un proceso típico implica diversas fases:

#### Identificación de problemas y planificación

Es preciso identificar cuáles son las zonas clave de riesgo de resbalones, tropiezos y caídas -p. ej. suelos irregulares, escaleras con iluminación deficiente- y los objetivos de mejora. Hay que elegir el equipo y adoptar las prácticas de trabajo que permitan prevenir o controlar estos peligros.

#### Organización

Deben establecerse con claridad las responsabilidades para **garantizar** la seguridad y la salud en las distintas zonas de trabajo.

#### Control

Las comprobaciones son esenciales para asegurarse de que las prácticas y los procesos de trabajo se realizan en la forma apropiada. Hay que llevar registros de actividades como por ejemplo los trabajos de limpieza y mantenimiento.

#### Supervisión y revisión

Se requiere una revisión periódica. ¿Disminuye el número de accidentes? ¿Se identifican menos riesgos potenciales durante las inspecciones de seguridad?

Los empresarios están obligados a evaluar los peligros y riesgos para los trabajadores y demás personas (incluidos los visitantes, contratistas y público en general) que puedan verse afectados por el trabajo. Los riesgos de resbalones y tropiezos deben estar entre los que se examinen. La evaluación de riesgos tiene que revisarse y actualizarse periódicamente y siempre que se produzcan cambios significativos como, por ejemplo, la introducción de nuevos equipos o procedimientos.

### Buenas prácticas de trabajo

Siempre que sea posible, hay que proponerse **eliminar** el riesgo en su origen (p. ej. nivelando las superficies irregulares del suelo). La siguiente opción preferente es la **sustitución** (p. ej. utilizar un método alternativo de limpieza del suelo), seguida de la **separación** (p. ej. usar barreras que impidan el paso de trabajadores sobre suelos



INRS

<sup>(1)</sup> Las caídas se refieren a "caídas desde una altura reducida", inferior a 2 metros

<sup>(2)</sup> El Estado de la Seguridad y la Salud en el Trabajo en la Unión Europea – Estudio Piloto. 2000. Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo. ISBN 92-95007-00-X.

<sup>(3)</sup> En <http://europa.osha.eu.int/legislation/> aparecen enlaces con la **legislación de la UE**, datos sobre orientaciones de la Comisión destinadas a las PYME y sobre la evaluación de riesgos y con las páginas de los Estados miembros donde se encuentra la legislación **nacional** que transpone las Directivas así como guías prácticas.

La información que figura en esta ficha informativa no se propone sustituir los textos oficiales de la Comunidad ni de los Estados miembros.

húmedos). La última medida de prevención es la **protección** (p. ej. uso de calzado con suela antideslizante). La utilización de equipos de protección individual tiene que ser la última forma de protección, una vez agotadas todas las medidas organizativas y técnicas. A menudo pueden tomarse medidas sencillas pero eficaces para reducir o eliminar los riesgos de resbalones y tropiezos. Hay que tomar en consideración las siguientes medidas preventivas:

**Orden** - Una limpieza deficiente y un desorden general constituyen una importante causa de resbalones y tropiezos. Mantenga limpio y ordenado el entorno laboral y quite los obstáculos existentes en los suelos y las vías de acceso. Elimine periódicamente los desperdicios para que no se acumulen

**Limpieza y mantenimiento** - Una limpieza y un mantenimiento periódicos reducirán los riesgos al mínimo. Es preciso retirar periódicamente los desperdicios y mantener despejadas las zonas de trabajo. Los métodos y equipos de limpieza tienen que ser los adecuados para la superficie que se esté tratando. Durante los trabajos de limpieza y mantenimiento preste atención a no crear nuevos peligros de resbalones y tropiezos.

**Iluminación** - Hay que garantizar adecuados niveles de iluminación y que el funcionamiento y la posición de las luces ilumine de manera uniforme todas las zonas del suelo, así como que todos los peligros potenciales, p. ej. los obstáculos y los líquidos vertidos, puedan verse con claridad. Los niveles de iluminación deben permitir que los locales puedan atravesarse sin peligro. Es posible que se requieran luces exteriores, ya que los lugares de trabajo al aire libre tienen que estar iluminados adecuadamente.

**Pavimentos** - Hay que comprobar periódicamente la existencia de desperfectos en el suelo y, cuando sea preciso, llevar a cabo tareas de mantenimiento. Huecos, grietas y alfombras y felpudos sueltos son riesgos potenciales de resbalones y tropiezos que es preciso identificar. En todos los sitios la superficie del suelo tiene que ser apropiada para el trabajo que se efectúe, p. ej. ser resistente al aceite y a los productos químicos empleados en los procesos de producción. Añadir un recubrimiento o un tratamiento químico a los suelos existentes puede mejorar sus propiedades antideslizantes. Deben mantenerse siempre limpios.

**Escaleras** - Muchos accidentes se producen en las escaleras. Los pasamanos, los recubrimientos antideslizantes de los escalones, marcar el borde frontal de los escalones con un recubrimiento resistente al deslizamiento y de elevada visibilidad así como una iluminación suficiente son elementos que sirven en todos los casos para prevenir resbalones y tropiezos en las escaleras. También pueden existir desniveles que a menudo son difíciles de ver. Tienen que estar bien señalizados, utilizando de forma apropiada las señales de seguridad.

**Vertido de líquidos** - Deben limpiarse de inmediato, aplicando un método de limpieza adecuado (quizás se requiera un tratamiento químico). Hay que utilizar señales de advertencia cuando el suelo esté húmedo y organizar trayectos alternativos. ¿Cuál es la causa del vertido? ¿Pueden modificarse los métodos o el lugar de trabajo para reducir al mínimo los vertidos?

**Obstáculos** - Siempre que sea posible, es preciso retirar los obstáculos para prevenir los tropiezos. Si un obstáculo no puede retirarse hay que utilizar las barreras o las señales de advertencia apropiados.

**Cables en el suelo** - Coloque el equipo de manera que los cables no crucen las vías de circulación de los peatones. Utilice recubrimientos para cables con objeto de que los cables estén fijados sólidamente a las superficies.

**Calzado** - Los trabajadores necesitan un calzado adecuado para su entorno de trabajo. Es preciso tener en cuenta el tipo de trabajo, la superficie del suelo, las condiciones habituales del suelo y las propiedades antideslizantes de las suelas del calzado.

**Lugares de trabajo al aire libre** - En los lugares de trabajo al aire libre tienen que reducirse al mínimo el riesgo de resbalar o tropezar,

p. ej. con medidas antideslizantes cuando haya heladas o con el calzado adecuado.

### Soluciones - Prevención práctica

El caso estudio muestra las ventajas de tomar sencillas medidas preventivas. Aquí fue el accidente ocurrido lo que hizo que se tomaran medidas. Sin embargo, las empresas pueden aprender de las experiencias de este tipo y mostrarse proactivas en la prevención de accidentes similares en sus locales. **A menudo los resbalones y tropiezos pueden disminuir sin necesidad de efectuar ningún gasto o con un coste muy reducido.**

#### Caso estudio

Un trabajador tropezó con una manguera de aire comprimido que se había dejado suelta en un pasillo. La tubería del aire no había sido apartada después de utilizarla. El pasillo tenía una iluminación deficiente, y el incidente ocurrió por la noche. Después de realizar una investigación, la empresa ha instalado focos de luz en las zonas con iluminación deficiente y ha modificado la colocación de la tubería y de la manguera. Se está aumentando la concienciación de todo el personal en temas de seguridad y la formación en orden y limpieza.

### Más información / Referencias

En la *página web de la Agencia* aparece más información sobre buenas prácticas de gestión de la seguridad. Todas las publicaciones de la Agencia pueden descargarse gratuitamente. El tema de la Semana Europea de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, organizada por los Estados miembros durante octubre de 2001, será *"La prevención de accidentes laborales"*. Puede consultarse más información en <http://osha.eu.int/ew2001/>. Desde la página de la Agencia se puede enlazar con las *páginas de los Estados miembros* donde se encuentran la legislación nacional y orientaciones sobre resbalones y tropiezos: <http://es.osha.eu.int/> para España

