



CAÍDAS AL MISMO NIVEL: MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

Los obstáculos que nos podemos encontrar en las zonas de paso o tránsito, los suelos sucios o resbaladizos, o la deficiente iluminación pueden dar origen a resbalones y caídas, que tienen como consecuencia lesiones, contusiones o fracturas de diversa consideración.

A continuación se detallan una serie de medidas para la prevención de este tipo de accidentes:

- Mantener un **estado adecuado de orden y limpieza** en el puesto de trabajo, así como las **vías de circulación y pasillos libres de obstáculos**.
- **Recoger toda la herramienta y el material** al finalizar la jornada. **Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados**.
- Evitar en la medida de lo posible la **presencia a nivel del suelo de cables, mangueras, etc.**, en su caso emplear elementos de protección como pasacables o canaletas que señalicen su presencia y eviten accidentes.



- **Emplear pavimentos antideslizantes, y disponer de drenajes adecuados** en los lugares que permanezcan frecuentemente mojados o húmedos. En caso de existir peligro de sufrir resbalones o caídas por el estado del pavimento (por ejemplo suelo húmedo tras procederse a su limpieza) **señalarlo adecuadamente** para avisar de dicho riesgo.



- **Señalar en el suelo** de las áreas de trabajo **las zonas de paso y circulación de personas y maquinaria** de forma diferenciada.
- Prestar atención a los **desniveles e irregularidades del suelo**, extremando la precaución en los desplazamientos por suelos o superficies mojadas. Estas situaciones deberán ser comunicadas para su corrección.
- **Vigilar el estado del pavimento**, y avisar al responsable correspondiente **si se detectan desniveles, baches o aperturas en el suelo sin protección** que puedan resultar peligrosos para que se tomen las medidas oportunas.
- **Mantener un nivel de iluminación** de los lugares de trabajo **que permita** que las personas trabajadoras dispongan de **condiciones de visibilidad adecuadas** para poder circular por los mismos



y desarrollar en ellos sus actividades sin riesgo para su seguridad y salud.

- Cuando existan **fosos**, fuera de servicio, comprobar que queden **cubiertos o protegidos por barandillas perimetrales**.
- Comprobar la **ausencia en el pavimento de manchas de aceite, grasa, derrames de líquidos, etc.**, y proceder a su limpieza de manera inmediata si se detectan para evitar accidentes.
- **Señalizar** adecuadamente las **vías de paso y circulación** en los centros de trabajo. **Mantenerlas libres de obstáculos** respetando la anchura de las mismas para facilitar, en la medida de lo posible, el paso simultáneo de las personas y los equipos de transporte de cargas y prevenir los golpes contra objetos y las caídas, manteniendo la necesaria distancia de seguridad.
- **En relación con las puertas:**
 1. Las **puertas transparentes** deberán tener **una señalización** a la altura de la vista.
 2. Las **puertas de vaivén** deberán tener **partes transparentes** que permitan la **visibilidad** de la zona a la que se accede.



- Durante el transporte manual o mecánico de cargas, vigilar que se mantenga **una adecuada visibilidad del trayecto** a seguir.
- **No correr en los lugares de trabajo**, salvo caso de urgencia vital.
- Evitar las distracciones mientras se va caminando, subiendo o bajando escaleras, etc...no desplazarse mirando el móvil, leyendo, mirando hacia atrás, etc.
- **Utilizar el calzado adecuado al trabajo** que se realiza (calzado de seguridad con suela antideslizante, botas de agua, etc.), en función de las recomendaciones pautadas en la evaluación de riesgos y en la planificación de medidas preventivas.
- **Almacenar los materiales correctamente**, de forma que no existan elementos salientes que invadan zonas de paso.

