

## Peligros al Tropezar - Están en todas partes



*¿Sabe usted que casi el 50 por ciento de los accidentes en el sitio de trabajo causan dislocaciones y torceduras?*

*Los peligros de caídas y resbalones pueden causar no solamente dislocaciones y torceduras, sino también fracturas y distensiones de partes de su cuerpo. Siempre esté alerta de donde está transitando.*

**En todo lugar de trabajo** existen cientos de posibles peligros de tropezones: Partes de alambres abandonados y regados por el pavimento, madera de desecho en pasillos, alambres de retiro en la plataforma de carga, estacas de agrimensores, escalones de cabinas de herramientas desiguales, rampas empinadas, calzos sueltos en las rampas y más. Los peligros de tropezar son como cocodrilos en el pantano – hay miles de ellos.

**Asuma que una mañana** el supervisor le ordena que vaya al almacén de herramientas y le traiga tres palas y un saco de hormigón al sitio de la zanja. Usted asciende al lugar (porque no existen escalones) y agarra las palas y el hormigón. Mientras que brinca del lugar, se dobla el tobillo y la rodilla. Ahora apenas puede caminar. Ahora usted es parte de la estadística del 50 por ciento. Usted tiene una lesión de trabajo completa porque ha sido descuidado.

**Seguramente usted puede culpar** al superintendente del sitio de trabajo por no proveer escaleras para el lugar de almacenamiento. Pero nadie lo empujó del lugar. Usted no miró antes de saltar y sufrió una lesión dolorosa.

**¿Qué sucede con una excavación de 6 pies** no atendida mientras la cuadrilla va a otra parte del sitio de trabajo? La cuadrilla no irá a la excavación hasta mañana y no pusieron un guardarriel alrededor de ella o proveyeron cualquier otra precaución. ¿Qué sucede si un obrero cae en este agujero sin protección? Probablemente otro tobillo torcido o posiblemente una pierna o espalda fracturada.

**¿Sobre cuántos cordones de extensión** ha usted tropezado durante la última semana? ¿Qué dice de piezas de metal que sostenían un bastidor de tuberías que fueron abandonadas sobre el piso después que la tubería fue cargada en un remolque? ¿O una envoltura plástica de sandwich en el piso de la cabina de su excavador? Todas estas partículas de basura están a la espera de que usted camine sobre ellas. Cuando usted se les acerca mucho, ellas lo alcanzan y lo muerden.

### **Sugerencias Esenciales:**

- Limpiar la grasa de los peldaños de escaleras.
- Proveer iluminación amplia en áreas de escaleras.
- Mantener los cordones de extensión fuera de pasillos.
- Mantener los cordones de extensión fuera de escaleras (plataforma de descanso).

- Doblar el ángulo de una barra de refuerzo a 90°.
- Mantener la nieve y el hielo fuera de los peldaños que conducen a los trailers.
- Proveer escaleras adecuadas para los trailers de almacenamiento.
- ¡MANTENERSE ALERTA EN TODO MOMENTO!

#### **Y Algunas Otras Sugerencias:**

- Cada año, demasiados trabajadores de la construcción son lesionados por resbalones y caídas. Resbalar sobre el piso es malo, pero caer de una altitud puede ser desastroso.
- ¿Cómo se pueden evitar las caídas? ¡Mantenga sus ojos abiertos!
- Cuando se trabaja en alturas se deben usar rieles de protección apropiados.
- Los andamios deben descansar en tierra firme y deben tener todos los apuntalamientos instalados.
- Cuando se use andamiaje de niveles múltiples, los andamios deberán estar siempre atados a la estructura.
- Planchas de anclaje de primera calidad que cubran completamente el área de trabajo son una necesidad.
- El orden desempeña una parte principal en prevenir resbalones y caídas.
- Los desperdicios en pisos y áreas de trabajo son una invitación abierta a los accidentes.
- Las condiciones climáticas aumentan los peligros, particularmente en invierno cuando la nieve evita que los desperdicios sean vistos.
- La temperatura húmeda causa pies fangosos, los cuales a su vez contribuyen a resbalones y caídas.
- Limpiar sus pies antes de subir escalones o entrar en un área de trabajo.
- Sus ojos son su mejor defensa contra resbalones y caídas.
- Cuidar su paso y mirar hacia dónde va.

*“CONSECUENCIA” DE UNA CAÍDA: Toma un poco más de dos semanas curar un tobillo fracturado. De cuatro a seis semanas para una pierna fracturada. De tres a cuatro meses para una cadera fracturada. Toda una vida para una espalda fracturada. ¡POR FAVOR, SEA CUIDADOSO!*