

LAS CAÍDAS, PRIMERA CAUSA DE ACCIDENTES EN OFICINAS

¿Sabía usted que de los accidentes en la oficinas han sido ocasionados por caídas?.

El trabajo en las oficinas puede presentar numerosos riesgos para su seguridad y salud. Estos riesgos son peligrosos porque están ocultos; estas líneas mostrarán cómo ustedes pueden evitar resbalones, tropiezos y caídas.

RESBALONES, TROPEZONES Y CAÍDAS

Según las estadísticas internacionales, las caídas son el segundo tipo de accidentes más común en el trabajo y la mitad de éstas ocurren entre los trabajadores de OFICINA. Con un poco de conocimiento ustedes podrán evitar serias lesiones causadas por las caídas.



**MANTENGA SIEMPRE SU LUGAR DE TRABAJO
LIMPIO Y ORDENADO**

RESBALONES :

- Evite -cada vez que sea posible- los pisos mojados y resbalosos, si tiene que caminar sobre un piso mojado:
- Reduzca la velocidad, No corra
- Acorte los pasos, camine seguro.
- Mantenga los dedos de sus pies levemente en puntillas y
- Haga giros amplios, evitará resbalones.
- Manténgase alerta de los derrames, goteos o filtraciones. Limpie los charcos o identifíquelos con una barrera, silla o un basurero.
- Use zapatos que le proporcionen una buena tracción,
- No use tacos altos o terraplenes, lleve los zapatos de trabajo y cámbiese en la oficina.

TROPEZONES:

Siempre mantenga su área de trabajo libre de obstáculos. El pisar sobre un pedazo de papel o un lápiz puede ser muy peligroso. Tenga cuidado extra cuando camine sobre una alfombra colocada para suavizar superficies duras. Siga las siguientes sugerencias para evitar los riesgos de tropezones:

- Tome su tiempo y vea por donde camina, No corra
- Mantenga los pasillos libres de obstáculos,
- Nunca deje abiertos los cajones de los archivos,
- Asegure las alfombras sueltas y corte los hilos sobrantes,
- Nunca deje cables sueltos a través del pasillo por donde circula personal,
- Nunca coloque cables debajo de la alfombra.

- Extreme las precauciones cuando suba o baje por las escalas, tómesese siempre del pasamanos, evitará accidentes graves.
- No se suba nunca en tarimas improvisadas para alcanzar objetos que se encuentren por encima de su cabeza, use una escalera o banquillo apropiado.
- Nunca deje objetos en los escalones o peldaños de una escala.
- No corra en los pasillos con baldosas o pisos cerámicos, camine lento.
- Tenga cuidado al entrar en los baños, los pisos son resbalosos, manténgase alerta.
- En las escalas tipo caracol o de vueltas muy cerradas, tenga cuidado con la parte angosta de los escalones o peldaños, camine por la parte ancha de ellos, cediendo el paso al que transita por la derecha.
- Comunique oportunamente a su jefatura las condiciones inseguras encontradas en la superficies de trabajo, evite accidentes.

