

<b>COVITEC LTDA</b> <b>"Protegemos con Seguridad"</b>	<b>ESTANDAR PARA LA PREVENCION DE TROPEZONES Y CAIDAS</b>	<b>CÓDIGO: ISS-07</b> <b>VIGENCIA:03/03/2022</b> <b>EDICIÓN:2</b>
--	---	---

**Alcance:** Este Instructivo está dirigido a todo el personal que labora en COVITEC Ltda.

**Objetivo:** Disminuir el índice de accidentalidad por resbalones, tropezones y caídas a través de un estándar que sirva como método de control del riesgo.

**Herramientas utilizadas:** Linterna cuando haya ausencia de iluminación

**Elementos de Protección personal:** Calzado adecuado

**Riesgos de la actividad:** Esguinces, torceduras, fracturas, contusiones, heridas etc.

Los accidentes causados por resbalones y tropezones se encuentran entre las causas más comunes de lesiones en los lugares de trabajo.

Los accidentes de caídas por resbalones y tropezones se pueden prevenir teniendo mucho cuidado como se camina, y por dónde camina, estos accidentes pueden ser prevenidos, si se siguen las reglas de seguridad.

### CAIDAS POR RESBALONES

Los resbalones son una pérdida de equilibrio causada por una ocasional fricción entre los pies y la superficie por donde se camina, en general los resbalones ocurren cuando se va apresurado o corriendo, con zapatos inadecuados o sin prestar atención a los condiciones del terreno por donde se camina.

#### CAUSAS MÁS COMUNES

- Pisos mojados o aceitosos
- Terreno desnivelado
- Calzado desgastado
- Descuido al realizar el recorrido
- Distracción al momento de realizar el desplazamiento.

#### MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- Reportar inmediatamente cualquier condición insegura presente en el lugar de trabajo como pisos en mal estado, húmedos etc.
- Realizar cambio de calzado si evidencia desgaste de la suela.
- Al pasar por pisos mojados, lisos, terrenos irregulares, subir y bajar escaleras, hágalo con pasos cortos y despacio.
- Procure llevar las manos libres, cuando suba y baje escalas recuerde apoyarse en las barandas si existen.
- Si se encuentra realizando la ronda y debe contestar el radio de comunicaciones y/o el celular deténgase, así evitará posibles lesiones.
- Evite correr ante cualquier eventualidad, correr aumenta la probabilidad de caída.
- 



## CAIDAS POR TROPEZONES

Ocurren cuando el pie choca contra un objeto causando pérdida del equilibrio y eventualmente produce una caída, cuando se va de prisa sin mirar por dónde camina, la probabilidad de tropezar es mayor.

### CAUSAS MÁS COMUNES

- Obstrucciones en los espacios de trabajo
- Mala iluminación
- Objetos dejados en pasillos de circulación
- Alfombras levantadas
- Tendidos provisionales de cables
- Cajones sin cerrar
- Superficies en desnivel como escalones y umbrales

### MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Para prevenir el riesgo de tropezones y resbalones siempre habrá medidas simples y efectivas.

- Mire siempre por donde va, no cargue objetos que le obstaculicen la visión.
- Mantenga los lugares de trabajo bien iluminados en caso que no haya iluminación, recuerde siempre portar la linterna.



- Mantenga el área de trabajo limpia y ordenada
  - Mantenga las vías de circulación despejadas, en caso de evidenciar alguna condición insegura que pueda generarle una lesión repórtelo de inmediato a SST, a los correo [fjangel@covitec.com.co](mailto:fjangel@covitec.com.co), [auxsst@covitec.com.co](mailto:auxsst@covitec.com.co) y/o al supervisor o al Jefe Operativo.
  - Manténgase alerta "mire hacia dónde va", Nunca lea mientras camina y/o habla por radio o celular.
- No correr en las escaleras, no saltar escalones.
  - Recuerde nunca subirse en sillas, escritorios, cajas etc.

**¡RECUERDE PONER EN PRACTICA LA SEGURIDAD, NO LA APRENDA POR ACCIDENTARSE!**