

# Resbalones, tropiezos y caídas

## ¿Por qué?

Los resbalones, tropiezos y caídas son una de las principales causas de lesiones en el lugar de trabajo, e incluso de muerte. Suelen producirse debido a superficies mojadas o irregulares, mala iluminación, pasillos desordenados o comportamientos inseguros como apresurarse o levantar objetos de forma inadecuada. ¿La buena noticia? Con conciencia y hábitos seguros, son fáciles de prevenir.



## ¿Qué?

- ✓ Preste atención a su entorno -especialmente suelos, pasillos y escaleras- y evite las prisas.
- ✓ Limpie inmediatamente los derrames o residuos, o notifíquelo.
- ✓ Mantenga los espacios de trabajo despejados y bien iluminados; lleve calzado adecuado y utilice las barandillas cuando sea necesario.
- ✓ Informa inmediatamente de las condiciones inseguras y habla si ves a alguien en peligro.
- ✓ Si no estoy seguro de los requisitos, dejaré de trabajar inmediatamente y me pondré en contacto con mi supervisor.

## Preguntas

### Preguntas abiertas

- ¿Qué medidas cotidianas podemos adoptar para evitar resbalones, tropiezos y caídas?
- ¿Por qué crees que este tipo de incidentes son tan frecuentes en el lugar de trabajo?
- ¿Qué hace que la gente sea más propensa a correr riesgos o a ignorar las superficies inseguras para caminar?



### Preguntas basadas en la experiencia

- ¿Ha sufrido o presenciado alguna vez un resbalón, tropezón o caída en el trabajo? ¿Qué ha pasado?
- ¿Se te ocurre alguna ocasión en la que un pequeño cambio haya evitado que alguien se cayera?
- ¿Ha informado alguna vez de un peligro que podría haber provocado un resbalón, un tropiezo o una caída?



### ¿Qué harías tú?

- Ves un derrame en el suelo, pero tienes prisa por llegar a algún sitio. ¿A qué te dedicas?
- Un compañero de trabajo camina con los brazos ocupados, incapaz de ver por dónde va. ¿Cómo actuarías?
- Hay poca luz en un pasillo por el que suele pasar gente. ¿Qué medidas podrías tomar?



### Preguntas para mejorar

- ¿Qué zonas de nuestro entorno presentan mayor riesgo de resbalones, tropiezos o caídas, y cómo podríamos mejorarlas?
- ¿Qué se podría hacer para que fuera más fácil advertir los peligros de resbalones o tropiezos y actuar en consecuencia?
- ¿Cómo podemos contribuir a crear una cultura en la que todo el mundo esté atento a este tipo de riesgos?

