

Avoid Scares on Stairs – Spanish



¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Si subir o bajar escaleras es parte de su trabajo diario, puede correr el riesgo de lesionarse, especialmente si lleva objetos.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Los resbalones, tropiezos y caídas son el peligro más común de las escaleras. Cargar cosas puede perjudicar su línea de visión, y cargar cosas típicamente significa que no está usando pasamanos. Incluso una carga ligera puede cambiar la forma de caminar, creando el riesgo de perder el equilibrio.

La basura y el mal mantenimiento de la casa crean riesgos de caída. Las superficies resbaladizas son el resultado de los líquidos derramados, o de la limpieza pero sin dejar que las escaleras se sequen antes de su uso.

Las escaleras pueden representar un peligro para la seguridad personal. Un área poco iluminada podría ocultar a una persona que puede hacerle daño.

Ejemplo

Un guardia de seguridad se rompió un tobillo tras caer por las escaleras de una tienda de ropa de mujer. Una investigación encontró que las escaleras estaban en mal estado y mal iluminadas.

COMO PROTEGERSE

Informe a su supervisor o al departamento de mantenimiento si las escaleras no están bien iluminadas. Fíjese si las barandillas de las escaleras se rompen o se sacan de la pared. Asegúrese de que las tiras de seguridad estén intactas.

Haga su parte para asegurarse de que cualquier cosa que se caiga en las escaleras o en los descansos se retire rápidamente. Informe de escaleras sucias, obstruidas o llenas de basura.

Trabaje con su supervisor y sus compañeros de trabajo para analizar los peligros. Planifique formas más seguras de trasladar suministros o equipos pequeños, tal vez transportando menos artículos o llevando artículos que no requieran ambas manos. Los equipos mecanizados o los carros pueden llevar cosas en las escaleras o en el elevador.

Use zapatos bien ajustados con suelas antideslizantes.

Mantenga las puertas contra incendios cerradas para que en caso de incendio, las escaleras permanezcan libres de humo y vapores tóxicos.

Recuerde que las puertas de incendios normalmente están cerradas para que pueda entrar en las escaleras de incendios pero no puede salir a otro piso.

CONCLUSIÓN

Si sube o baja las escaleras con su café matutino, tenga en cuenta el peligro de darse prisa. Y preste atención a las cuestiones de seguridad como la limpieza y la iluminación adecuada.