

ESTANDAR DE CAIDAS A NIVEL Y DISTINTO NIVEL

- Utilice calzado cómodo y cerrado, ajustado al contorno del pie, evite el calzado de tacón alto que incrementa el riesgo de caídas.
- Realice una inspección visual del estado de los pisos donde se desplaza.
- Conserve despejado y limpia el área de desplazamiento y de trabajo, eliminando objetos obstáculos que puedan provocar una caída (cajas, cables, cajones abiertos).
- Destine un lugar específico donde los materiales permanezcan bien apilados y colocados en forma segura, para evitar accidentes y permitir la evacuación en caso de emergencia.
- Al desplazarse evite la obstrucción de su campo visual.
- Camine sin prisa y sin correr al subir o bajar escalones o cuando se esté desplazando.
- En escaleras ascienda o descienda peldaño por peldaño, sosteniéndose de los pasamanos, de forma pausada.
- Evite las distracciones, este atento y observe las áreas y pisos por donde se desplaza.
- Preste atención a los letreros y señales de prevención.
- Desplácese con una de las manos libres y si tiene que llevar alguna carga, llévela de modo que no bloquee su visión.
- Evite realizar lecturas, escribir o hablar por celular durante los desplazamientos.
- Si necesita leer algo o hablar por celular y se está desplazando, pare, termine lo que está haciendo y comience nuevamente su camino.
- Reporte las condiciones de riesgo que pueden ocasionar caídas en el lugar de trabajo.
- Indique a sus compañeros de trabajo, contratistas e interesados, las precauciones a tener en cuenta para evitar caídas al interior de la empresa.
- Cumpla con las normas de seguridad establecidas por la empresa para la prevención de caídas.