



**CAPACITACIONES  
AUTOGESTIONADAS**

**CAMPAÑA**

**PASO A PASO**

## TEMA II

### “CAÍDAS AL MISMO Y DISTINTO NIVEL”

#### OBJETIVOS

Sensibilizar a los trabajadores respecto a los riesgos que se presentan en los lugares de trabajo y que pueden provocar lesiones por caídas en los desplazamientos en el lugar de trabajo.

#### ALCANCE

Empresas, Instituciones, trabajadores y funcionarios adherentes a Mutual de Seguridad que se encuentren en la implementación de la “Campaña Paso a Paso”.

#### AMBIENTACIÓN

Las jefaturas otorguen un espacio de 15 minutos para realizar esta instancia, agrupen a sus trabajadores en un círculo, dentro de lo posible en lugar cómodo, cerrado y sin interferencia de ruido externo o una sala diseñada para capacitación.



## TEMA II

# “CAÍDAS AL MISMO Y DISTINTO NIVEL”

### Introducción:

Para realizar nuestras labores y otras actividades en los centros de trabajo, necesitamos trasladarnos y esto lo hacemos por pasillos, escaleras, escalas, calles internas, transporte privado, entre otros, dependiendo de nuestra labor.

En esta actividad pueden ocurrir dos tipos de accidentes relacionados con el traslado, siendo estos las caídas a mismo y distinto nivel, las que definiremos y diferenciaremos, dónde ocurren estos accidentes con mayor frecuencia y medidas preventivas.



### ¿Qué son las caídas al mismo nivel?

Son aquellas caídas que, ocurren sobre una superficie de desplazamiento, no existiendo diferencia de altura en el suelo o en el plano horizontal donde se realiza el traslado.

Estas caídas ocurren normalmente en pasillos o calles interiores desgastadas, irregulares, con poca o sin iluminación, obstruidos, mojados, entre otros.

### ¿Cómo se pueden prevenir accidentes por caídas al mismo nivel?

- Procurar que el ancho de los pasillos permita un desplazamiento seguro de las personas.
- Mantener pasillos y calles interiores despejados y ordenados, sin elementos que los obstruyan, iluminados, limpios y en buen estado.
- Mantenerse atento a las condiciones del entorno sin perder la atención con elementos distractores como un teléfono celular.
- Utilizar calzado adecuado, ajustado y en buenas condiciones.
- No correr y evitar desplazarse con objetos que obstruyan la visual hacia el entorno.

### ¿Qué se entiende por caídas a distinto nivel?

Son aquellas caídas que, ocurren durante los desplazamientos en lugares en altura o donde el trabajador cae a una superficie que se encuentra en un nivel inferior al que transitaba.

## TEMA II

# “CAÍDAS AL MISMO Y DISTINTO NIVEL”

Estas caídas ocurren normalmente en:

- Desplazamientos sobre andamios, pasarelas, rampas, carreras, plataformas u otros.
- Traslados en bordes de losas, fachadas o terrazas.
- Al subir o bajar escaleras o escalas.
- Al subir o bajar de vehículos o máquinas con cabinas altas.
- Traslados cercanos a los bordes de pozos, excavaciones, zanjas o aberturas de suelo.

Es necesario recordar que nuestra legislación considera como accidente grave toda caída de altura de más de 1.8 metros, definiéndola como tal:

*“Para este efecto la altura debe medirse tomando como referencia el nivel más bajo. Se incluyen las caídas libres y/o con deslizamiento, caídas a hoyos o ductos, aquellas con obstáculos que disminuyan la altura de la caída y las caídas detenidas por equipo de protección personal u otros elementos en el caso de que se produzcan lesiones.<sup>1</sup>”*

### ¿Cómo se pueden prevenir accidentes por caídas a distinto nivel?

- Mantener instaladas protecciones, pasamanos o barandas perimetrales que permitan el apoyo en estas cuando se realicen desplazamientos.
- Identificar y señalar los desniveles existentes en los centros de trabajo.
- Al transitar por escaleras, escalas o subir y bajar de cabinas elevadas o maquinarias, aplicar los 3 puntos de apoyo.
- Utilizar el teléfono celular sólo en lugares seguros y no durante los desplazamientos.
- Señalizar y restringir el acceso de trabajadores a zonas con exposición a caídas a distinto nivel.
- Evitar transitar a pie por zonas que no cuenten con talud natural o sea necesaria la aplicación de soluciones que permitan sostener el terreno, como en excavaciones, piques o terraplenes.
- Utilizar calzado adecuado, ajustado y en buenas condiciones.

### Conclusiones

Es importante identificar los dos tipos de caídas que se pueden presentar durante los desplazamientos y en qué contextos pudiesen ocurrir, si no se toman las medidas preventivas necesarias. La ocurrencia de estos accidentes puede afectar la rutina diaria dificultando las labores.

<sup>1</sup> Superintendencia de Seguridad Social (SUSESO). *Compendio de Normas del Seguro Social de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, LIBRO IV. PRESTACIONES PREVENTIVAS TÍTULO I, Obligaciones de las entidades empleadoras, D. Obligaciones en caso de accidentes fatales y graves*