

Ficha de Apoyo Preventivo Prevención de caídas mismo y distinto nivel en desplazamientos en el trabajo



MUTUAL
de seguridad

1 | Introducción

Para realizar diferentes actividades durante la jornada laboral, es necesario trasladarse por pasillos, escaleras, escalas, calles internas, transporte privado entre otros, dependiendo de nuestra labor. Dada estas actividades pueden ocurrir dos tipos de accidentes relacionados con el traslado a pie. Son las caídas a mismo y distinto nivel.

Se entiende por caídas a mismo nivel, aquellas que ocurren sobre una superficie de trabajo, en el plano horizontal donde se realiza el traslado.

La caída de distinto nivel, cuando existe una diferencia de altura, donde la causa principal es el cambio de nivel de las superficies.

2 | Actividades con exposición a caídas a mismo nivel

- Desplazamientos por pasillos con superficies irregulares o desgastadas, con poca o sin iluminación, obstruidos, mojados, entre otros.
- Desplazamientos por calles en mal estado, irregulares, sin delimitación clara, inestables, con poca o nula iluminación, mojadas, entre otros.

- Al subir y bajar de vehículos o máquinas con cabinas altas.
- Al transitar cercano al borde de pozos, zanjas o aberturas de suelo.

3 | Actividades con exposición a caídas a distinto nivel durante los traslados

- Traslados sobre andamios, pasarelas, rampas, carreras, plataformas u otros.
- Desplazamientos en bordes de losas, fachadas o terrazas.
- Al subir y bajar escaleras o escalas.



4 | ¿Cómo prevenir accidentes por caídas a 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.



5 | ¿Cómo prevenir accidentes por caídas a distinto nivel durante los desplazamientos?

- Instalar medios de protección colectivos como por ejemplo barandas y pasamanos en zonas de desplazamiento.
- Identificar y señalar los desniveles existentes en los centros de trabajo.
- Mantener en todo momento 3 puntos de apoyo al transitar por escaleras, escalas o subir y bajar de cabinas elevadas de vehículos o maquinarias.
- Señalar y restringir el acceso de trabajadores a zonas con exposición a caídas a distinto nivel.
- Evitar el tránsito a pie a 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.

