

Estándar de Seguridad Prevención de caídas

El cuidado empieza en ti



Queremos compartir contigo algunas medidas preventivas para evitar caídas, y promover acciones sencillas que construyan ambientes de trabajo más seguros y saludables.



Conserva **despejada y limpia el área de tránsito y de trabajo**, eliminando objetos u obstáculos que puedan provocar una caída (cajas, cables, gabinetes abiertos).



Evita dejar a nivel del suelo cables eléctricos, telefónicos, o cualquier material que pueda generar una caída.

Presta atención a las condiciones del **piso** (humedad, desnivel, uniformidad, irregularidad) y de ser posible, reporta de inmediato alguna condición de riesgo identificada.



04 Respetar la demarcación y sigue las rutas de circulación.



05 Respetar las señales de advertencia y/o precaución, durante una actividad de mantenimiento o aseo.



Transita por áreas iluminadas.



07 Utiliza calzado cómodo, con suela antideslizante, ajustado al contorno del pie.



08 Utiliza el largo del pantalón, vestido o falda por encima del zapato.



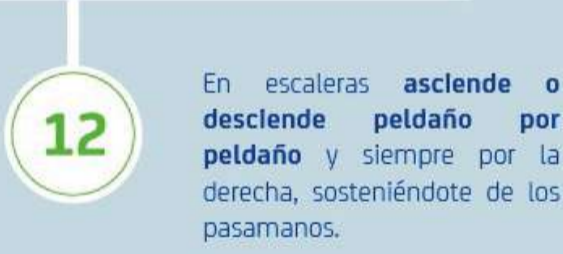
En vías públicas transita sobre andenes.



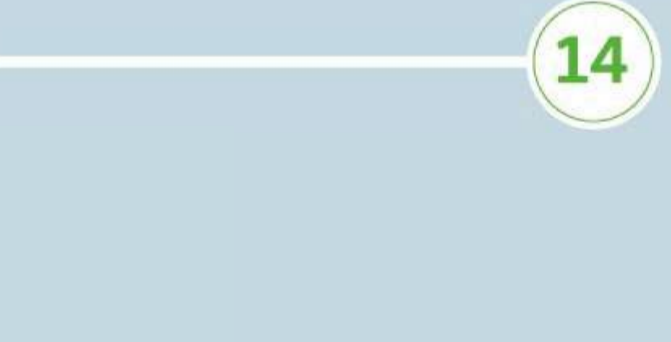
10 En sitios de tránsito común, haz uso de las cebras, puentes peatonales o lugares demarcados para cruzarlo.



11 Si tienes que llevar alguna carga, llévala de modo que **no bloquee tu visión**. Haz uso de ayudas mecánicas para el traslado de objetos pesados.



12 En escaleras **asclende o desclende peldaño por peldaño** y siempre por la derecha, sosteniéndote de los pasamanos.



Si necesitas leer algo, buscar algo en tu maletín o bolso, o hablar por celular y te estás desplazando, **¡PARA!**, termina lo que estás haciendo y comienza de nuevo tu camino.

Camina sin prisa al subir o bajar escalones. **Apoya toda la suela** del zapato en cada peldaño.



15 Al bajarte de un vehículo **verifica las condiciones del piso** antes de iniciar tu desplazamiento.

Cuídate siguiendo estas prácticas.
¡Recuerda el cuidado empieza en ti!