

**LISTA DE COMPROBACIÓN** ( Puede hacerle llegar este formulario a su Responsable y este lo remitirá al Servicio de Prevención )

Estado de tu lugar de trabajo				
Presencia de cables	Sí	No	¿dónde?	
Presencia de Obstáculos	Sí	No	¿dónde?	
Desorden y falta de limpieza y mantenimiento	Sí	No	¿dónde?	

Estado del pavimento de tu lugar de trabajo				
Líquidos y vertidos	Sí	No	¿dónde?	
Falta de mantenimiento	Sí	No	¿dónde?	
Falta de propiedades antideslizantes	Sí	No	¿dónde?	
Irregularidades y/o desniveles	Sí	No	¿dónde?	

Escaleras y Rampas				
Existencia de banda antideslizante	Sí	No	¿dónde?	
Ausencia de pasamanos	Sí	No	¿dónde?	
Falta de iluminación	Sí	No	¿dónde?	
Deficiencias constructivas	Sí	No	¿dónde?	

Iluminación zonas de paso y trabajo				
Iluminación insuficiente	Sí	No	¿dónde?	

Calzado				
Zueco abierto				
Propiedades antideslizantes				
Mal estado del calzado				

Señalización ( dónde no se pueda eliminar el riesgo )				
Desniveles	Sí	No	¿dónde?	
Obstáculos	Sí	No	¿dónde?	
Aberturas	Sí	No	¿dónde?	
Suelo mojado o resbaladizo	Sí	No	¿dónde?	

Otras deficiencias detectadas que puedan provocar tropiezos, resbalones o caídas				

# EVITA RESBALONES, TROPIEZOS Y CAÍDAS EN EL TRABAJO



## CALZADO

El calzado a utilizar se seleccionará en función de: tipo de trabajo (estático o dinámico), acabado del suelo (liso o rugoso), las condiciones habituales del suelo (si está húmedo o seco durante la realización de las tareas) y las propiedades antideslizantes de la suela del calzado.

## ORDEN

Un desorden general constituye una importante causa de resbalones y tropiezos. Mantenga ordenado el entorno laboral y quite los obstáculos existentes en los suelos y las vías de acceso.

## LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

La limpieza y el mantenimiento periódico del suelo reducirá los riesgos al mínimo, para ello es necesario limpiar o quitar periódicamente cualquier elemento, resto o escombros existentes en la zona de trabajo. Los métodos y equipos de limpiezas se seleccionarán en función del tipo de superficie, así mismo durante las tareas de limpieza y mantenimiento se prestará especial atención a no crear nuevos peligros de resbalones y tropiezos, señalizando debidamente estas zonas de la existencia de estos peligros, mientras no se den por finalizadas las tareas de limpieza.

## PAVIMENTOS

Hay que comprobar periódicamente la existencia de desperfectos en el suelo y, cuando sea preciso, llevar a cabo tareas de mantenimiento. Huecos, grietas y alfombras y felpudos sueltos son riesgos potenciales de resbalones y tropiezos que es preciso identificar. En todos los sitios la superficie del suelo tiene que ser apropiada para el trabajo que se efectúe.

En trabajos exteriores fuera del centro habitual, se extremarán las precauciones puesto que pueden existir irregularidades y obstáculos no advertidos.



## OBSTÁCULOS

Siempre que sea posible, es necesario retirar los obstáculos para eliminar los riesgos de tropiezo. Si no fuera posible recitar el obstáculo, se dispondrán barreras o señales de advertencia de la existencia del mismo.

## CABLES EN EL SUELO

Los equipos se dispondrán de forma que los cables de alimentación no crucen ni obstaculicen las vías de circulación, si no es posible utilice recubrimientos para cables con objetos de fijarlos sólidamente a la superficie de tránsito.

## ESCALERAS Y DESNIVELES

Muchas caídas se producen en las escaleras, para evitarlas ayúdense de los pasamanos y evite correr o dar saltos por los escalones. También pueden existir desniveles que a menudo son difíciles de ver. Deben estar señalizados correctamente.

## VERTIDO DE LÍQUIDOS

En caso de vertido accidental de cualquier líquido, éste debe ser limpiado de inmediato teniendo con un método adecuado a la sustancia vertida así como el tipo de suelo. Si es necesario se señalizará la zona en tanto permanezca el vertido o esté húmedo.

## ILUMINACIÓN

Un nivel de iluminación uniforme y adecuada de las superficies de tránsito disminuye considerablemente los riesgos de tropiezos y resbalones. Si se realizan trabajos o se accede a zona de iluminación insuficiente es necesario utilizar medios auxiliares para conseguir los mínimos de iluminación (linternas, portátiles, ...)

