



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

Programa de prevención contra caídas al mismo nivel

Introducción

De acuerdo con OSHA, los accidentes por resbalones, tropiezos y caídas son reportados como la mayoría de las lesiones en los lugares de trabajo y son causa de principal de accidentes, siguiendo a los accidentes automovilísticos.

Los resbalones los tropiezos y las caídas ocurren con frecuencia porque las situaciones que pueden llevar a dicho tipo de accidentes son muy prevalentes en todos los aspectos de nuestras vidas. Una herramienta o un equipo o un material que este mal ubicado regado en un pasillo puede causar que algún trabajador tropiece. El piso mojado puede ser muy resbaloso cuando uno trata de caminar por él. El tratar de alcanzar un poquito más arriba cuando uno ya está en el último escalón de una escalera puede hacer que el resultado una caída desastrosa. La mayoría de los accidentes por resbalones, tropiezos y caídas pueden ser prevenidos si se siguen las reglas de seguridad y los procedimientos de trabajo seguro.

Objetivo general

Prevenir la ocurrencia de incidentes y accidentes causados por caídas al mismo nivel en la empresa UNION TEMPORAL A.A LA MATA.

Objetivos específicos

- Diseñar el programa de prevención de caídas a nivel



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

- Diseñar e implementar estrategias de prevención
- Identificar los riesgos potenciales de caída en el proceso productivo de la empresa
UNION TEMPORAL A.A LA MATA
- Entrenar al personal expuesto en el manejo y prevención de caídas a nivel propuesto en este programa
- Socializar programas de orden y aseo.

Marco teorico

Tipos de caídas

Hay dos tipos de caídas que pueden ocurrir: Caídas en Un Mismo Nivel y Caídas desde un Nivel Elevado. Este programa tratará principalmente con las caídas de un mismo nivel. Las caídas desde niveles elevados serán discutidas pero su prevención requiere de una capacitación y protección especializada.

Caídas en un Mismo Nivel

- Ocurren con más frecuencia
- Principalmente causadas por resbalones y tropiezos
- Menos severas que las caídas desde niveles elevados



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

- Las lesiones incluyen por lo general lesiones de espalda, quebraduras de huesos, esguinces y torceduras.

Caídas de un Nivel Elevado

- Ocurren con menos frecuencia
- Resultan en lesiones más severas
- Algunas de las causas incluyen caídas de escaleras, edificios, plataformas, vehículos y otras estructuras.
- Pueden ocurrir serias lesiones y aun la muerte.

Causas

Hay muchos riesgos que pueden causar resbalones, tropiezos y caídas.

Un resbalón: ocurre cuando usted pierde pie debido a que las condiciones de la superficie limitan la cantidad de tracción entre su calzado y la superficie.

- Los resbalones ocurren principalmente debido a superficies mojadas o resbalosas.
- El riesgo es incrementado cuando se usa el calzado inadecuado.
- Las superficies se tornan mojadas y/o resbaladizas debido a la lluvia, aceite o derrames.



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

- Pisos sueltos (mosaicos rotos, baldosas, tapetes, alfombras, etc.) y el material de la superficie mismo (cerámicas, concreto liso etc.) puede también causar que se resbale.

Un tropiezo: ocurre cuando usted golpea un objeto con su pie y le hace perder el equilibrio causando que caiga. Los tropiezos también pueden ser causados al bajar inesperadamente.

Hay muchas causas posibles:

- Moverse desde áreas iluminadas a áreas oscuras.
- Pasillos obstruidos por herramientas, equipos, suministros, escombros.
- Caminar en superficies en que las condiciones pueden involucrar superficies desniveladas, baches, pasillos temporales y grietas.
- Coordinar trabajos entre diferentes compañías y el equipo (escaleras, andamios, herramientas, etc.) que ellos usan.
- Cargar objetos largos y/o pesados.

Caídas: Una caída ocurre cuando usted pierde el equilibrio y va repentina e inesperadamente de una postura de pie o erguida, a un movimiento descendente o cae de un nivel a otro nivel más bajo. Los resbalones y los tropiezos por lo general resultan en caídas. Otros tipos de caídas incluyen:



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

- Caídas desde escaleras o andamios. El uso o acciones incorrectas pueden ser muy peligrosos cuando usa escaleras o andamios.
- Caídas desde vehículos y equipamiento. Al subir o bajar del equipamiento, camiones, grúas y otros vehículos siempre presentan un riesgo de caídas. Cuando uno sube o baja los escalones escaleras u otras partes la tracción es por lo general baja. Viajar por fuera de los vehículos es también peligroso al menos que sea en un asiento adecuado.
- Caídas en escaleras. Subir o bajar escaleras puede ser peligroso especialmente cuando carga con algo. El potencial para un accidente aumenta cuando las escaleras están mojadas o cuando se amontonan objetos en los escalones.

Antecedentes

Los resbalones, tropezones y caídas relacionados con el trabajo a menudo pueden producir lesiones graves que afectan la capacidad de los trabajadores de realizar su trabajo y en muchos casos llevan a:

- pérdida de días laborales,
- disminución de la productividad,
- costosos reclamos de indemnización laboral
- menos capacidad para desempeñar su labor.



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

Un análisis de los reclamos de indemnizaciones en trabajadores para atención mostró que las extremidades inferiores (rodillas, tobillos, pies) son las partes del cuerpo que se lesionan con más frecuencia por resbalones, tropezones y caídas y que las lesiones de mayor ocurrencia son las distensiones, torceduras, dislocaciones y desgarros. Además, los resbalones, tropezones y caídas tuvieron mayor probabilidad de causar fracturas y lesiones múltiples que otra clase de lesiones.

Identificación de peligros en la empresa union temporal A.A la mata

Los derrames en el piso

Los derrames en el piso son una de las fuentes de riesgo para que se produzcan en la obra incidentes de resbalones, tropezones y caídas. El agua, y otros líquidos pueden hacer resbaladizas las superficies. Procedimientos de limpieza y mantenimiento bien documentados, aseo adecuado del piso, uso correcto de las señales, disponibilidad de los materiales de limpieza y zapatos antideslizantes ayudarán a minimizar el peligro de resbalones (ANSI 2001).

Estrategias de prevención

Programa de orden, aseo y mantenimiento

Proporcionar y mantener por escrito un programa de actividades de limpieza y mantenimiento puede ayudar a asegurar la calidad y consistencia de los procedimientos. Se



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

debe dar una copia del programa a todos los trabajadores y ellos deben saber en dónde encontrarán ejemplares adicionales. El programa deberá cubrir:

- ✚ En dónde y cómo están guardados los productos y materiales de limpieza
- ✚ Cuándo utilizar señales de que el piso está mojado y barreras y en dónde se guardan los letreros
- ✚ Cuándo deben limpiarse áreas específicas del establecimiento
- ✚ Cuáles métodos de limpieza son los adecuados para las diferentes áreas y superficies

Uso de zapatos antideslizantes

- Escoger zapatos que sean antideslizantes para el desarrollo de la labor tanto de los trabajadores administrativos como operativos sobre todo los que estén expuestos al riesgo. Los zapatos antideslizantes son un componente importante del programa integral de prevención de resbalones, tropezones y caídas]. Todos los trabajadores de un establecimiento se pueden beneficiar de los zapatos antideslizantes. El personal de los servicios operativos de la empresa UNION TEMPORAL A.A LA MATA, los operarios tiene un mayor riesgo de sufrir resbalones, tropezones y caídas debido a que está expuesto a superficies para caminar resbalosas y con desniveles.
- Las tallas de los zapatos, la comodidad y el estilo son factores importantes para determinar si los trabajadores usarán zapatos antideslizantes. Los trabajadores deberían tener la oportunidad de medirse los zapatos para buscar la talla correcta antes de



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

comprarlos, o poder intercambiarlos después de comprados si lo necesitan para obtener la talla adecuada.

Evitar la entrada a las áreas que tengan desnivel y excavaciones a personal no autorizado

- ✚ Usar señales de precaución bien visibles como luces intermitentes o señales de pare en la parte de arriba para advertirles a los empleados y visitantes que sean cuidadosos y eviten el área contaminada si no está autorizado.
- ✚ Bloquear las áreas en las que se estén realizando excavaciones, removiendo material.
- ✚ Usar barreras o cintas de precaución para prevenir la entrada de los trabajadores al área de excavación,
- ✚ Los bordes de las zanjas se mantendrán limpios evitándose que pueda rodar el material y caer sobre la zanja, golpeando a las personas que trabajan en ella.
- ✚ Se prohíbe emplear los elementos de refuerzo y entibado, como apoyo para subir y bajar a la zanja. Se dispondrán los accesos necesarios.
- ✚ El transporte y colocación de tuberías por personas, se hará de forma tal que ninguna soporte un peso superior 25 kg.
- ✚ Se evitará en lo posible la confluencia de trabajadores y máquinas en el mismo tajo.

Problemas de drenaje: tuberías y desagües



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

Los desagües y tuberías que estén mal alineados pueden causar derrames de líquido sobre superficies para caminar y los desagües taponados pueden hacer que el agua se devuelva al piso la unión temporal particularmente presenta problemas con la inexistencia de alcantarillado, característica propia del predio ya que la actividad económica de la empresa genera este tipo de factores, lo que aumenta la probabilidad de que se presenten riesgos potenciales de derrames y humedad por esta casusa

Estrategias de prevención

- ✚ Revisar que las tuberías estén correctamente alineadas con el desagüe al que están vertiendo.

Condiciones del tiempo: lluvia, arroyos

El invierno en el municipio donde se desarrolla el proceso productivo de la empresa UNION TEMPORAL A.A LA MATA que es en el municipio la Gloria Cesar pueden hacer que los trabajadores se resbalen y caigan en dicha época por la presencia de lluvias.

- ✚ Calles donde se desempeña la operativa

Estrategias de prevención

- ✚ Enviar advertencias de inclemencias invernales por correo electrónico al personal cuando se pronostique que habrá lluvias. Colocar avisos en las carteleras de anuncios para el personal que no tenga acceso a correo electrónico.



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

- ✚ Considerar el calzado antideslizante

Escaleras

Las escaleras utilizadas para el trabajo en niveles altos pueden crear situaciones de peligro si no se usan adecuadamente, este riesgo aplica especialmente al área operativa de la empresa UNION TEMPORAL A.A LA MATA.

Áreas con presencia del riesgo

Operativa

Estrategias de prevención

- Entrenar a los trabajadores en el uso adecuado de las escaleras
- Usar calzado apropiado para subir los peldaños de las escaleras los zapatos deben tener el talón cerrado y debe haber suficiente apoyo en la suela para evitar resbalones desde las escaleras.
- Colocar las escaleras en superficies planas antes de subirse.
- Mantener tres puntos de contacto con la escalera en todo momento mientras se suba y se baje (dos manos y un pie o una mano y dos pies).

Riesgos de tropiezos: materiales u/o objetos en el suelo



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

El topógrafo, ingenieros, área administrativa y operarios deberán conocer con antelación, como medida preventiva, el tipo de terreno o de suelo en el que va a desarrollar su labor, entre otros se puede encontrar con los siguientes suelos:

- ✚ Suelo en edificación con objetos y materiales que pueden provocar condiciones peligrosas.
- ✚ Suelo en obras, donde por ser irregular puede dar lugar a tropezones o pisadas peligrosas.
- ✚ Suelo rural con materiales naturales como piedras o ramas donde tropezar, susceptibles de torceduras y otras lesiones.
- ✚ Terreno rural con pendientes pronunciadas que pueden originar accidentes.
- ✚ Lugares de trabajo con escaso mantenimiento de las condiciones de orden y limpieza que pueden originar caídas.

Estrategias de prevención

- ✚ Formación sobre cómo transitar por las vías, accesos y caminos, por ejemplo, aprender a caminar en pendientes de manera cruzada en zig-zag para no resbalar con la gravilla.
- ✚ Uso de medios de protección, como por ejemplo, una cuerda para poderse agarrar y mantener el equilibrio, o uso de piolet, entre otros.



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

- ✚ Empleo de medidas de protección individual. Uso de calzado apropiado, botas de sujeción del tobillo o botas con suela de agarre al terreno cuando sea imprescindible y sea imposible la utilización de otras medidas de protección colectiva.
- ✚ Evitar cargar individualmente por encima de 25 kg.

Supervisión, control y actualización

Periódicamente se ha de comprobar la correcta disponibilidad y adecuación del programa de prevención contra caídas de tal forma que siempre sea coherente a los riesgos presentes en los proyectos de la UNION TEMPORA A.A LA MATA La oportuna detección de desviaciones mediante las acciones de supervisión y control desplegadas por los siguientes medios será clave para el éxito del proceso.

- Inspecciones
- Auditorias

Evaluación, revisión y actualización del programa

El presente programa de prevención contra caídas deberá ser evaluado y revisado semestralmente o antes, de acuerdo a las necesidades o variaciones (físico-ambientales) que la infraestructura o su entorno puedan sufrir.

Lo más importante implementarlo lo más pronto posible fijando fechas también evaluadas y controladas según cumplimiento.

Reporte de resultados



UNIÓN TEMPORAL A.A LA MATA

NIT. 900.891.042-6

El personal implicado entrega al coordinador de seguimiento los hallazgos y peligros identificados en el programa,. De acuerdo al análisis realizado se levantan las no conformidades, siguiendo lo establecido en el procedimiento acciones correctivas, preventivas y/o de mejora.

Análisis del programa: Se evalúa semestralmente el programa en términos de índices de gestión, resultados de los indicadores y planes de acción.

Cumplimiento del Programa de prevención contra caídas

$$= \frac{N^{\circ} \text{ peligros identificados}}{N^{\circ} \text{ de peligros intervenidos}} \times 100\%$$

$$\text{Efectividad de las Acciones} = \frac{N^{\circ} \text{ Acciones Cerradas}}{N^{\circ} \text{ Acciones Resultantes}} \times 100\%$$