

# LA CAÍDA: COMO SE VERIFICA Y COMO SE EVITA?



En el trabajo en alturas la caída del trabajador es uno de los riesgos que presenta las peores consecuencias. Las condiciones que pueden procurar estos incidentes y/o exacerbar los daños ocasionados son:

- 1. Altura
- 2. Inclinación
- 3. Tipo de piso
- 4. Sustancias resbalosas
- 5. Objetos en el piso
- 6. Pérdidas de equilibrio
- 7. Efectos negativos del clima

Vamos a ver cuáles son las medidas preventivas para disminuir las probabilidades de que se detone un accidente por caída.

1. **Altura:** Arriba de 0.5 mt. Existe un riesgo moderado de daño a la persona por una caída, mismo que se vuelve potencialmente fatal arriba de 1.8 mt. de altura. No obstante esto sea lo indicado en las normas norteamericanas, siempre es importante recordar que aun una caída desde el nivel del piso (un resbalón) puede conllevar consecuencias graves. Las opciones para disminuir estos riesgos implican el principio de interrupción de caída, con distintos sistemas que varían por la distancia requerida para bloquear: en estos casos es importante adoptar el más adecuado según las circunstancias.

2. **Inclinación:** en los planos de trabajo la inclinación máxima para poder caminar cómodamente se define alrededor de los 12°. A partir de esta inclinación existe el peligro potencial de deslizamiento o rodamiento de la persona, por lo cual es necesario usar sistemas de retención o detención de una caída. Cuando la inclinación se acerca a los 30° se vuelve imposible poder caminar y un segundo sistema de posicionamiento es necesario, mismo que se usará de manera complementaria y completamente separata del dispositivo anticaída.

3. **Tipo de piso:** El material con el cual se construye el piso muy a menudo determina cuánto pueda ser resbalosa una superficie. Esto impacta directamente en la posibilidad de que se verifique una caída y por supuesto modifica los criterios tocados en el punto 2.

4. **Sustancias resbalosas:** la limpieza de las superficies es de primaria importancia para evitar caídas y esta debe realizarse previo al trabajo.

5. **Objetos en el piso:** al igual de la limpieza también es importante retirar previamente al trabajo todo tipo de objetos sueltos.

6. **Pérdidas de equilibrio:** somos humanos y fallamos, por esto el trabajo en alturas jamás será completamente seguro. Realizarse un estudio médico y un check previo al trabajo es una medida necesaria por el alto riesgo al cual nos exponemos, pero a la vez componentes como concentración y cuidado son las que evitan tropiezos involuntarios.

7. **Efectos negativos del clima:** casi siempre son presentes o pueden tomarnos de sorpresa, sean ellos calor, frío, viento, lluvias, etc. La naturaleza no se puede controlar y somos nosotros que nos tenemos que adaptar

planificando correcta y puntualmente nuestros planes de trabajo ya sea considerando temporadas, horarios del día, turnos y los necesarios descansos.

Si tiene alguna duda u observación puede dejar un comentario o mandar un inbox. Like y comparte si le gusto el artículo.

Autor: Franco Grasso

Director de la IWR Academy

Responsable del Area de Rescate Vertical de los Topos Birta

Director de la Escuela Nacional de Alpinismo y Rescate Alpino

CTS-AIOLaF - STPS - CE - OSHA - SPRAT - IRATA - ISA - GWO - ARIM-CONACYT - RENEC-  
CONOCER - ITRA