10 DE MARZO DE 2016

Boletín de Seguridad y Salud en el Trabajo

CAIDA A NIVEL

Contenido

Portada ……...1

Que son las caídas...……2

Principales Consecuencia……...……3

Recomendaciones de seguridad para la prevención de caída a nivel……4

Tu bienestar es el nuestro…...……..5

Informativo……...…...……6

ESE HOSPITAL LOCAL CARTAGENA DE INDIAS

QUE SON LAS CAIDAS?

CAIDA: Es la pérdida del equilibrio o de la estabilidad de una persona por la acción del propio peso

TIPOS DE CAIDAS

- **Del mismo nivel**
- **De distinto nivel**
- **De altura**

CAIDAS A NIVEL: Son las que ocurren sobre el mismo nivel de una superficie (piso o áreas de desplazamiento), o sobre los objetos adyacentes a estas. No debe haber una diferencia de altura entre los dos puntos, considerando el punto de partida el plano horizontal o superficie de referencia donde se encuentra la persona.

CAIDAS DE DISTINTO NIVEL:. Son las que ocurren entre diferentes niveles de la superficie del piso o de las áreas de desplazamiento, o sobre los objetos adyacentes a estas. La diferencia de altura entre los niveles debe ser inferior a 1.5
metros.

CAIDAS DE ALTURA: Son todas aquellas caídas que se generan por trabajos o desplazamientos a 1.50 metros o más sobre un nivel inferior, tales como andamios, plataformas, techos, etc.

Causas principales

- Escaleras sin bandas antideslizantes o defectuosas.
- Pisos húmedos o lisos.
- Obstáculos en las vías de circulación.
- Uso de calzado inadecuado.
- Uso de ropa inadecuada.
- Subir o bajar corriendo por las escaleras
- No tener el ángulo de la visión.
- No hacer uso de los pasamanos o llevar ambas manos ocupadas.
- Hablar por celular o leer.

Principales consecuencias

- Fracturas (pelvis, columna, manos, muñecas, codo, brazos y antebrazos)
- Esguince y luxación de tobillos
- Golpes y traumatismos
- Días perdidos por incapacidades prolongadas.
- Síndromes dolorosos.
- Interrupción o complicación de embarazos

IMPLEMENTACIÓN DE FORMACIÓN

- Orden y Aseo "5 S"
- Inspecciones de seguridad
- Estándares de seguridad
- Mejoramiento de las condiciones
- Momentos sinceros
- Observación y cambio de comporta-miento
- Retroalimentación positiva

• Investigación y análisis de incidentes / accidentes.

RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD PARA PREVENCION DE CAIDAS A NIVEL

Conserve despejado y limpio el área de tránsito y de trabajo, eliminando objetos u obstáculos que puedan provocar una caída (cajas, cables, gabinetes abiertos).

Evite a nivel del suelo, cables eléctricos, telefónicos, o cualquier materia que pueda generar una caída.

Camine sin prisa, sin correr al subir o bajar escalones.

En escaleras ascienda o descienda peldaño por peldaño y siempre por la derecha, sosteniéndose del pasamanos, de forma pausada y sin prisa. sin correr en las gradas.

Desplácese con una de las manos libres y si tiene que llevar alguna carga, llévela de modo que no bloquee su visión. Hacer uso de ayudas mecánicas, para el traslado de objetos pesados.

Utilice calzado cómodo y cerrado, con suela antideslizante, ajustado al contorno del pie.

Evite el uso de zapatos de tacón alto.

Preste atención a las condiciones del piso (humedad, desnivel, uniformidad, irregularidad) y de ser posible, repórtelo oportunamente.

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

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

Al cruzar una vía, mire a ambos lados de la calle, transitando sobre ándenes.

Transite por áreas iluminadas.

Evite obstruir el paso en las escaleras (ej. Conversaciones) o áreas de tránsito peatonal.

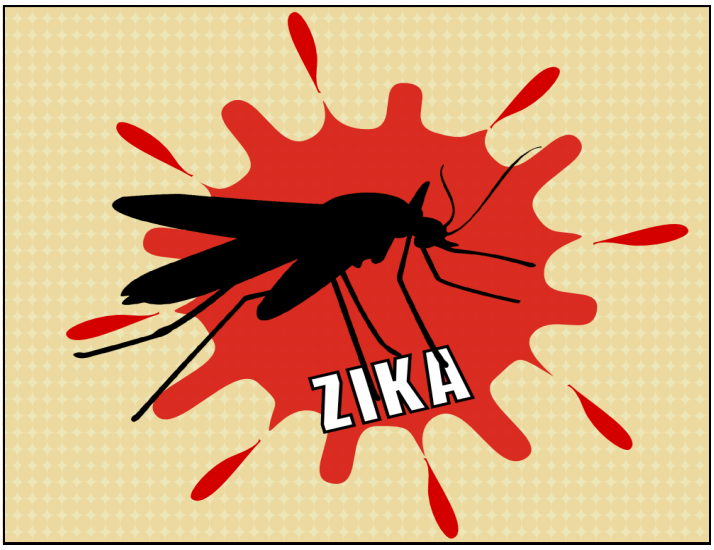
Respete la demarcación y siga las rutas de circulación.

Evite usar pantalones de bota ancha o faldas que le impidan un desplazamiento seguro.

Si su desplazamiento es por la vía pública, planifique su ruta o recorrido y seleccione la más segura.

Si necesita leer algo o hablar por celular y se está desplazando, pare, termine lo que esta haciendo y comience nuevamente su camino.

FUENTE: ARL SURA.



ZIKA:
Cuando Consultar?

El Virus del ZIKA es una enfermedad transmitida por la picadura de un mosquito infectado, que causa en el cuerpo síntomas similares al Dengue:

- Dolor en las articulaciones.
- Fiebre
- Manchas en la piel y Salpullido.
- Ojos rojos

Si presenta estos síntomas, no olvides consultar a tu médico.

INFORMATIVO

Capacitación sobre la gestión integral de los residuos hospitalarios al personal de Hospital de Canapote y Hospital Arroz Barrato desarrollada por DESA, organizado por el Area Ambiental (Jessica chavarro y José granados)

Simulacros de Emergencia y Evacuacion realizados en CSC Blas de lezo y el Hospital de Arroz Barato organizado por el area de seguridad y salud en el trabajo.(Emigdio Franco)

Boletín N° 1 De 2016
Coordinación:
Cesar Buelvas Puello
Elaboración y Diseño:
Fabian Gomezcasseres