

¡EVITA LAS CAÍDAS!

LOS TRABAJOS EN ALTURA DEBEN TENER:

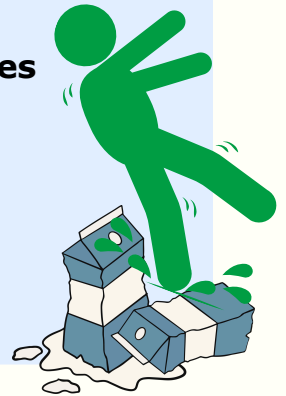
- Una **evaluación del riesgo**.
- Una **planificación detallada**.
- Ser ejecutados por **trabajadores con formación y equipos de trabajo adecuados**.

LAS CAIDAS SON UNA DE LA **PRINCIPALES CAUSAS DE ACCIDENTES EN ESPAÑA**.

CAÍDAS AL MISMO NIVEL

El **orden** y la **limpieza** reducen la mayoría de tropiezos y resbalones.

- Mantén los **suelos limpios y secos**, **limpia derrames** de inmediato y **señaliza** mientras esté húmedo.
- Mantén **despejados pasillos y zonas de paso**.
- Asegura una **buena iluminación**.
- **Comunica** cualquier **situación de riesgo**.
- **Revisa** periódicamente **el área de trabajo**.



ORDEN Y LIMPIEZA

Mantener el orden elimina riesgos invisibles y **reduce la mayoría de los accidentes** cotidianos.

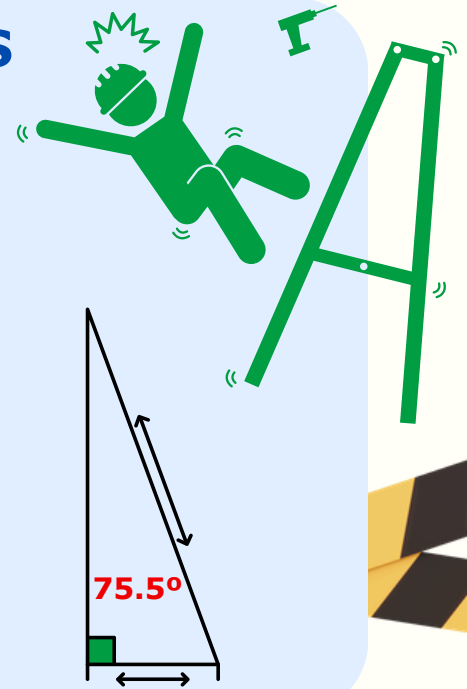
- **Cada herramienta en su sitio**.
- **Retira residuos** y materiales sobrantes.
- **Evita acumulación de cables, cajas o materiales**.
- Establece **rutinas de orden**, antes, durante y después.
- **Usa contenedores** o puntos de residuos.



CAÍDAS EN ESCALERAS

Las **escaleras** se usan a diario, pero un mal uso puede provocar **lesiones graves**.

- Selecciona la escalera adecuada.
- Revisa su estado antes de usarla.
- Colócala en superficie estable. En extensibles, **respetar el ángulo de 75°**.
- Mantén tres puntos de apoyo.
- Usa cinturón porta herramientas o mochila para transportar materiales.
- Evita inclinarte hacia los lados, si no alcanzas, baja y recoloca la escalera.



CAÍDAS EN ALTURA

Las **caídas desde más de 2 metros** pueden ser mortales.

- Prioriza **protecciones colectivas**, barandillas, redes, plataformas o andamios.
- **Andamios**: montaje por personal competente, con barandillas completas y acceso seguro.
- **Usa arnés** y línea de vida certificados.
- Revisa los **sistemas anticaídas** antes de cada uso.
- **Evita** trabajar en altura con **meteorología adversa**.
- **Asegura tus herramientas**.
- **Planifica** el trabajo **antes de subir**.
- Realiza trabajos en altura solo si cuentas con la formación específica.



Los **huecos en suelos, forjados y zanjás** generan caídas graves si no están protegidos.

- **Delimita el perímetro** del hueco.
- Instala **señalización obligatoria**.
- **Cubre los huecos** cuando sea posible.
- **Controla accesos**.
- **Ilumina** adecuadamente **la zona**.



Previene
Fraternidad-Muprespa