

RECOMENDACIONES PARA EVITAR ACCIDENTES EN ESCALONES - GRADAS

- Mantenga ojos y mente en el desplazamiento, prestando atención a las gradas durante todo el recorrido
- Conserve siempre la derecha al bajar o subir.
- Suba o baje tranquilamente sin prisa, evitando correr o empujar.
- Utilizar siempre que sea posible las barandillas o pasamanos.
- Utilizar calzado plano y con plantilla antideslizante.
- Apoye perfectamente el pie en toda la superficie del escalón, para evitar resbalones o torceduras.
- Suba y baje concentrado, sin hablar, chatear o entretenerse con el celular u otro medio de comunicación.
- Evite subir o bajar de dos en dos, los peldaños.
- Evite para en medio de las gradas para conversar.
- Suba o baje sin elementos que obstaculicen la visibilidad y ocupen las dos manos.
- Si hay una situación repentina que llame su atención, suspenda la marcha y atienda el evento.
- Evite subir y bajar con las manos en los bolsillos
- Reporte visibilidad limitada, pasamanos flojos, débiles e inexistentes, imperfecciones en los escalones.
- Evite caminar por áreas mojadas.



Fuente: NTE INEN 2249: ACCESIBILIDAD DE LAS PERSONAS AL MEDIO FÍSICO. CIRCULACIONES VERTICALES. ESCALERAS. REQUISITOS, NTP 404: Escaleras fijas

Unach

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

en movimiento

COORDINACIÓN DE INTEGRAL GESTIÓN DE RIESGOS, SEGURIDAD, AMBIENTE Y SALUD EN EL TRABAJO

COMITÉ Y SUBCOMITES DE SEGURIDAD E HIGIENE
DEL TRABAJO

"PREVENCIÓN DE ACCIDENTES AL SUBIR O BAJAR ESCALONES - GRADAS "

Informativo 02

Febrero 2020

Las caídas en escalones (gradas) son la causa principal de lesiones involuntarias de los accidentes en áreas de trabajo, ocurriendo más lesiones graves cuando se baja los escalones que cuando se sube.

Una combinación de deficiencias en el diseño, alumbrado, visibilidad y atención, son generalmente los culpables de los resbalones, tropiezos y caídas en escalones.



PRINCIPALES FACTORES DE RIESGOS DE LOS ESCALONES O GRADAS

- Huellas (Superficie horizontal en donde se apoya el pie) resbaladizas, desgastadas, rotas, inclinadas o demasiado cortas.
- Contrahuella (Distancia vertical entre huellas consecutivas o entre el descanso y el siguiente escalón) de altura no uniforme.
- Contrahuella demasiado baja de estatura.
- Baranda floja, débil o inexistente
- Diseño incorrecto por inclinación, estrecha o larga sin descanso

FACTORES DE RIESGOS TIPO PERSONAL

- Subir o bajar apurados o distraídos.
- Charlar cuando se sube o se baja las escaleras.
- Usar el teléfono celular.
- Omitir el uso de los pasamanos.
- Utilizar calzado inseguro (suelas deslizantes y tacones muy altos).
- Visibilidad o iluminación deficiente.

