

PREVENIR LOS RESBALONES, TROPEZONES, Y CAÍDAS

Cada año los resbalones, tropezones, y caídas son la segunda causa más común de muertes accidentales en los Estados Unidos. Se puede prevenir la mayoría de estas lesiones al tomar precauciones simples de seguridad.



CONSEJOS

LOS ESTACIONAMIENTOS

Las estadísticas muestran que la nieve y el hielo en los estacionamientos y las banquetas causan casi el 80 por ciento de los resbalones y caídas, con casi el 50 por ciento ocurriendo dentro de las 6 a.m. hasta el mediodía. En las mañanas tome mucha precaución en los estacionamientos.

ENTRADAS QUE DAN AL NORTE

Cuando sea posible, evite entradas que dan al norte de los edificios. Estas áreas usualmente quedan resbalosas a menos que sean limpiadas apropiadamente.

DERRAMES

Las superficies mojadas son un riesgo muy grande. Limpie los derrames de inmediato. Coloque letreros de precaución en los lugares peligrosos hasta que se seque el derrame.

CALZADO APROPIADO

No se puede negar la importancia de usar el calzado apropiado en climas extremos. Si prefiere usar zapatos de tacón o zapatos con planta resbaladiza, debe traer un par de tenis para cruzar el estacionamiento.

CUANDO NO PUEDE EVITARLO

El NSC insta que si tiene que caminar por superficies resbaladizas, camine despacio, con pasos pequeños, y mantenga libre las manos para balancearse.

SEA INTELIGENTE

Lleve solamente lo que pueda cargar para poder mantener el equilibrio. Use los pasamanos. Tenga mucho cuidado en lugares peligrosos y camine despacio.