

# PRINCIPALES CAUSAS

## DE LOS ACCIDENTES LABORALES MÁS COMUNES

Los accidentes de trabajo siguen siendo uno de los principales problemas en materia de salud laboral. Por ello a través de esta infografía te vamos a explicar que causas son las más comunes en los accidentes laborales.

### CAÍDAS AL MISMO NIVEL

Una caída al mismo nivel se produce cuando una persona pierde equilibrio, no existiendo diferencia de altura en el suelo o en el plano horizontal donde se encuentra.

Pueden producirse en espacios con mucho desorden, lugares con elementos que obstruyen el paso...



#### Medidas preventivas:

- Mantener las zonas de circulación y las salidas, señalizadas y libres de obstáculos.
- Evitar suelos mojados, resbaladizos o con sustancias que hagan resbalar.
- Llevar calzado adecuado y antideslizante y ropa adecuada.



### CAÍDAS A DISTINTO NIVEL

Una situación con riesgo de caída de altura (o caída a distinto nivel) es toda aquella donde el trabajador está situado en un lugar desde el que puede caer a una zona inferior.



#### Medidas preventivas:

- El acceso a zonas elevadas con peligro de caídas a distinto nivel siempre ha de llevarse a cabo con dispositivos estables y adecuados (escaleras, andamios y equipos de trabajo debidamente certificados) y, si es necesario, utilizando sistemas de protección anti caídas adecuados y certificados.



### GOLPES

Se producen con objetos móviles (carretillas, máquinas, cargas transportadas...) e inmóviles (mobiliario, equipos de trabajo, material almacenado...), que se encuentran en el lugar de trabajo.



#### Medidas preventivas:

- Mantener limpio y ordenado el espacio de trabajo, proteger y si no es posible, señalizar los elementos móviles que puedan ser accesibles a las personas.



### CORTES

Encuentro repentino y violento con un material o utensilio afilado o punzante.



#### Medidas preventivas:

- Utilizar EPIs adecuados, como por ejemplo guantes si fuera necesario.
- No retirar las protecciones de los equipos.
- Usar las herramientas adecuadas para cada tarea.



### ACCIDENTES DE TRÁFICO

Estos pueden darse en dos tipos de modalidades, “in misión” o “in itinere”. La primera de las modalidades, es durante la jornada laboral, bien porque se dedican al transporte, o porque deban desplazarse a otro centro. La segunda de ellas son los accidentes ocasionados por el desplazamiento de la casa al trabajo o viceversa.



#### Medidas preventivas:

- Concienciación y formación de las personas trabajadoras en seguridad vial. Favorecer la movilidad colectiva y sostenible para acudir a los centros de trabajo.
- Evitar sobrecarga de trabajo y estrés.
- Favorecer los desplazamientos en horas que no sean punta.
- Mantener los vehículos en buenas condiciones de mantenimiento.



### LESIONES MUSCULO-ESQUELÉTICAS

Lesiones que se producen sobre músculos, tendones, nervios, articulaciones u otros tejidos y que normalmente se localizan en la espalda o en las extremidades superiores o inferiores. Frecuentemente se producen al realizar sobreesfuerzos físicos: posturas forzadas, manipulación de cargas, movimientos repetitivos...



#### Medidas preventivas:

- Evaluar los riesgos ergonómicos que comporta el procedimiento de trabajo y los equipos y materiales con los que se trabaja.
- Planificar e implantar las correspondientes medidas de aplicación y comprobar a lo largo del tiempo la eficacia de las mismas.
- Información y formación sobre los riesgos “inherentes” a los puestos de trabajo, sus causas, medidas preventivas o recomendaciones que deben tener en cuenta las personas trabajadoras implicadas.
- Consulta y participación de trabajadores/as y sus representantes, incluyendo el proceso de evaluación así como la elección, implantación y seguimiento de las medidas preventivas.
- Vigilancia periódica de la salud para la detección precoz de los daños.



### ESTRÉS Y RIESGOS PSICOSOCIALES

El estrés en el trabajo es debido a un desajuste entre la persona trabajadora y las condiciones de trabajo, el contenido de la tarea y la estructura de la organización. Las causas más comunes son: la sobrecarga de trabajo, la falta de organización o planificación, el exceso de responsabilidad, la dificultad para desconectar del trabajo, la autoexigencia por las tareas a realizar, la exposición a violencia laboral o unas condiciones de trabajo físicamente peligrosas, entre otras.



#### Medidas preventivas:

- Evaluar los riesgos psicosociales.
- Analizar las causas de estos riesgos y actuar sobre ellas.
- Reforzar las conductas y las actividades realizadas.
- Favorecer un buen clima laboral.
- Organizar unos horarios adaptados tanto a las necesidades de la empresa como a las de la personas trabajadoras.
- Favorecer un buen clima laboral.
- Establecer protocolos para luchar contra el acoso laboral.
- Mejorar las condiciones ambientales.



**PERO RECUERDA QUE CADA CASO ES DISTINTO ASÍ QUE SI NECESITAS MÁS INFO CONSULTA EN EL DEPARTAMENTO DE SALUD LABORAL DE UGT-EUSKADI**