

## DDS — DIÁLOGO DE SEGURANÇA

# Escorregões, Tropeços e Quedas

### POR QUE ISSO IMPORTA

Escorregões, tropeços e quedas são a causa mais comum de lesões no trabalho em todas as indústrias. Representam mais de 25% de todas as lesões reportadas e são a causa #1 de indenizações trabalhistas. A maioria é causada por riscos fáceis de prevenir.

**25%**

De todas as lesões no trabalho reportadas

**#1**

Causa de indenizações trabalhistas

**100%**

Escorregões e tropeços são preveníveis

## 5 Formas de Prevenir Escorregões, Tropeços e Quedas

Aplique estes métodos de prevenção todos os dias em cada local de trabalho:

**1**

### MANTENHA CORREDORES LIMPOS E SECOS

Limpe derramamentos imediatamente. Use placas de piso molhado. Retire detritos dos caminhos.

**2**

### MANTENHA BOA ORGANIZAÇÃO

Organize materiais, enrole cabos, feche gavetas. Um local limpo é um local seguro — sempre.

**3**

### USE CALÇADO ADEQUADO

Botas antiderrapantes com biqueira de aço e boa aderência. Substitua quando gastas.

**4**

### USE CORRIMÃOS E 3 PONTOS DE CONTATO

Sempre segure corrimãos em escadas e rampas. Use 3 pontos de contato em plataformas.

**5**

### GARANTA ILUMINAÇÃO ADEQUADA

Reporte lâmpadas queimadas imediatamente. Use iluminação temporária em áreas escuras.

## Antes de Começar — Lista de Verificação

- Todos os corredores e áreas de trabalho estão livres de obstáculos?
- Superfícies molhadas ou escorregadias estão sinalizadas e limpas?
- A iluminação é adequada em todas as áreas e escadarias?
- Aberturas no piso e buracos estão cobertos ou barricados?
- Corrimãos estão instalados em todas as escadas e plataformas?

## Identificação de Perigos — Saiba o que Procurar

- Superfícies molhadas:** Água, óleo, graxa, lama ou gelo no piso. Limpe imediatamente ou coloque sinais de alerta.
- Materiais soltos:** Ferramentas, cabos, mangueiras, embalagens ou restos nos caminhos. Remova antes de trabalhar.
- Superfícies irregulares:** Pisos quebrados, buracos, bordas elevadas ou tábuas soltas. Reporte e isole imediatamente.
- Iluminação ruim:** Corredores, escadarias ou áreas de trabalho escuras. Reporte e use iluminação temporária.
- Aberturas no piso:** Buracos, valas ou ralos descobertos. Cubra com segurança ou isole com sinais de alerta.
- Corrimãos ausentes:** Escadas, rampas ou plataformas sem corrimão. Reporte e evite até a instalação.

### Erros Comuns que Causam Lesões

- ✗ Caminhar sobre um derramamento em vez de limpar — "alguém vai cuidar" causa acidentes
- ✗ Correr ou ter pressa no local — desacelere em escadas, rampas e superfícies molhadas
- ✗ Usar celular enquanto caminha — distração é uma causa principal de tropeços e quedas
- ✗ Usar botas gastas sem aderência — seu calçado é sua primeira defesa contra escorregões
- ✗ Passar por cima de obstáculos em vez de removê-los — se pode tropeçar, mova agora

### Dicas de Segurança para Lembrar

- ✓ Viu um derramamento? Limpe AGORA — não ignore, não assuma que alguém vai limpar
- ✓ Dê passos curtos em superfícies molhadas ou geladas — vá devagar e mantenha equilíbrio
- ✓ Mantenha uma mão livre — não carregue objetos que bloqueiem sua visão ou impeçam de se segurar
- ✓ Reporte riscos imediatamente — um buraco reportado hoje previne uma lesão amanhã
- ✓ Olhe por onde anda — observe à frente, examine o chão e evite distrações

## Perguntas para Discussão com sua Equipe

1. Quais riscos de escorregão, tropeço ou queda existem no nosso local agora?
2. Quando foi a última vez que limpou um derramamento ou removeu um obstáculo?
3. Há áreas no local com iluminação ruim que precisam de atenção?
4. Temos placas de piso molhado e materiais de isolamento suficientes?
5. O que faria se notasse um corrimão faltando em uma escada?

### ASSINATURA DO DDS

Data: \_\_\_\_\_ Supervisor: \_\_\_\_\_

Projeto: \_\_\_\_\_ Local: \_\_\_\_\_

Folha de presença anexada: [ ] Sim