

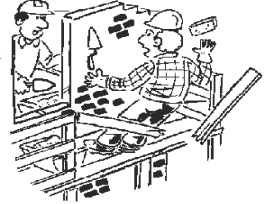


Company Name: \_\_\_\_\_ Job Site Location: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_ Start Time: \_\_\_\_\_ Finish Time: \_\_\_\_\_ Foreman/Supervisor: \_\_\_\_\_

## **Topic 192: Slips, Trips, and Falls (Part B) Prevention**

**Introduction:** Prevention of slips, trips, and falls requires that all personnel recognize the elements that create the hazards. Ongoing training is an excellent method with which to enable workers and supervisors alike to identify and eliminate the conditions that can lead to slip, trip, and fall injuries. A safety assessment of the workplace allows identification of the areas that might prove unsafe as far as slips and falls are concerned. Most, if not all walking/working surface hazards can be eliminated or avoided through proper general housekeeping, cleanup of current operations, and timely maintenance and repair of these surfaces.



**Friction, momentum, and gravity are factors involved in the physical forces that cause slips, trips and falls.**

**Friction** — Is the resistance between things that can create traction, such as between your footwear and the walking surface.

**Momentum** — Speed and size make up the scientific measure of momentum. In workplace terms, it means that large items moving at higher speeds will fall harder than the same item moving at a slower speed.

**Gravity** — Obviously, this is the force that pulls you to the ground when you fall. The key point is to keep your balance so you can avoid falling.

**Preventing injuries from slips** — Although engineering controls, such as non-skid coatings on floors or step surfaces, are implemented to reduce the threat of slips, trips, and falls, the right footwear can also play an important role. The material that the sole of a shoe is made from will provide varying amounts of traction, depending on the type of floor. For instance, shoes with neoprene soles can be used safely on most wet or dry work surfaces. However, they are not recommended for oily conditions.

**Why trips happen**—A trip occurs when a worker's foot hits an object, and his or her balance is thrown off. This creates enough momentum for the worker to fall. Trips happen when a work area is cluttered, when lighting is poor, or when an area has loose footing. You can avoid trips by:

- **Making sure** you can see over the load you are carrying
- **Ensuring that** lighting is adequate
- **Keeping work areas** free of clutter and litter
- **Keeping equipment** out of walkways and other traffic areas
- **Taping down** extension cords or keeping them out of walkways

**Falls** — occur whenever you move too far out from your center of balance. Most falls are same surface (not from one elevation down to another) falls. Falls from heights should be eliminated by taking the proper safety measures such as wearing fall protection and installing guardrails or barriers. To avoid falls consider the following measures:

- **Do not jump.** Carefully lower yourself while climbing down from trucks, work stages, or ladders.
- **Check lighting.** Make sure work sites are well lit.
- **Repair or replace** stairs or handrails that are loose or broken.
- **Keep passageways** and aisles clear of clutter.
- **Wear boots** or shoes with appropriate non-skid soles.



**Workers can protect themselves from slips, trips, and falls by following these common sense suggestions:**

- **Workers should** wear shoes suitable for the conditions in the work area. The soles of shoes help increase the friction between the shoe and the floor surface.
- **Floors should** be properly cleaned. After cleaning the floor ensure that no “build-up” of slippery detergent or cleaning agent has accumulated.
- **Alert employees** to wet surfaces: Post signs and barricades in the area to warn of wet surfaces.
- **Add traction** aids to slippery surfaces or surfaces that are frequently oily or wet.
- **Work area must** be kept properly lighted.
- **Keep work areas** free of clutter and debris.
- **Walking surfaces must** be maintained in good condition.
- **Walkways and aisles** must be kept clear.
- **Give stairways special attention.** Repair loose stair treads, broken floor boards, and unstable handrails.
- **Immediately clean up** any spills, water, or oil on steps.
- **Make sure stairways** are well-lit.
- **If working on elevated surfaces** ensure that shoes have adequate traction.
- **Never walk backwards** on a roof or elevated surface.
- **Install and use** proper safety devices and equipment when working on an elevated surface.
- **When working on an elevated surface** take extra caution to eliminate tripping hazards and obstacles.



**Conclusion:** It is not difficult to keep the workplace clear of slip, trip, and fall hazards. All members of the workforce must be properly trained in the recognition and avoidance of such hazards. Slips, trips and falls are a common cause for injuries that can occur at home just as easily as they do at work. Common hazards at home are children’s toys, skateboards, garden tools, slippery floors, wild dogs and cats, and extension cords. Follow these safety tips to help avoid slip, trip, and fall hazards.



### **Work Site Review**

Work-Site Hazards and Safety Suggestions: \_\_\_\_\_

Personnel Safety Violations: \_\_\_\_\_

**Employee Signatures:**

*(My signature attests and verifies my understanding of and agreement to comply with, all company safety policies and regulations, and that I have not suffered, experienced, or sustained any recent job-related injury or illness.)*

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Foreman/Supervisor’s Signature:** \_\_\_\_\_

*These guidelines do not supercede local, state, or federal regulations and must not be construed as a substitute for, or legal interpretation of, any OSHA regulations.*



Nombre de Compañía: \_\_\_\_\_ Localidad del sitio de trabajo: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Tiempo Empezaron: \_\_\_\_\_ Tiempo Terminaron: \_\_\_\_\_ Supervisor: \_\_\_\_\_

## Tópico 192: Resbalones, tropezones, y caídas (Parte B) Prevención

**Introducción:** Prevención de resbalones, tropezones, y caídas requiere que toda personal reconozca los elementos que crean peligros. Adiestro en curso es un método excelente lo cual permite trabajadores y supervisores semejante a identificar y eliminar las condiciones que pueden dirigir a resbalones, tropezones, y lesiones por caídas. Un evaluación de seguridad del sitio de trabajo permite identificación de las áreas que pueden probar inseguro en cuanto respecto a resbalones y caídas. Muchos, si no todos los peligros en superficies de caminar/trabajar pueden ser eliminados o evitados por propio limpieza general, limpieza de operaciones al corriente, y puntual mantenimiento y reparación de estos superficies.

**Fricción, momento, y gravedad son factores involucrado en las fuerzas físicas que causan resbalones, tropezones, y caídas.**

**Fricción** – Es la resistencia entre cosas que pueden crear tracción, tal como entre tu calzado y el superficie de caminar.

**Momento** – Velocidad y tamaño hacen la medida científica de momento. En término en el sitio de trabajo, significa que grandes artículos moviéndose en velocidades altas caeran más duro que los mismos artículos moviéndose en velocidad más lento.

**Gravedad** – Obviamente, esto es la fuerza que te jale a la tierra cuando te caes. El punto clave es mantener su balance así puedes evitar caídas.

**Impidiendo lesiones desde resbalones** – Aunque controles ingeniado, tal como capas en pisos o superficies de pisar antideslizante, son aplicados para reducir la amenaza de resbalones, tropezones, y caídas, calzado apropiado también puede jugar un papel importante. El material en desde que esta hecho la suela del zapato proveerá un variante cantidad de tracción, dependiendo en el tipo de piso. Por ejemplo, zapatos con suelas de neopreno pueden ser usados seguramente en muchas superficies mojadas o secas. Sin embargo, ellos no son recomendados para condiciones aceitadas.

**Porque ocurren tropezones** – Un tropezón ocurre cuando el pie del trabajador golpea un objeto, y su balance es arrojado. Esto crea suficiente momento para que se cae el trabajador. Tropezones ocurren cuando un área esta en desorden, cuando hay mal iluminación, o cuando una área tiene base suelto. Puedes evitar tropezones por:

- **Asegurando** que puedes ver sobre la carga.
- **Asegurando que** iluminación es adecuado.
- **Manteniendo áreas** libre de desorden y basura.
- **Manteniendo equipo** fuera de pasillos u otras áreas de tráfico.
- **Asegurando** que cordones de extensión son cintados o manteniéndolos fuera de pasillos.

**Caídas** – Ocurren cuando te mueves muy afuera de tu centro de balance. Muchas caídas son caídas de la misma superficie (no desde un elevación a otra). Caídas desde alturas deberían ser eliminadas en tomando propias medidas de seguridad tal como usando protección contra caídas e instalando barandas o barreras. Para evitar caídas, considera las siguientes medidas:

- **No brinquen.** Bajase cuidadosamente mientras bajando desde camiones, plataformas de trabajo, o escaleras.
- **Revisa iluminación.** Asegure el sitio de obra esta iluminado.
- **Repare o reemplaza** escalones/pasamanos que están quebrado.
- **Mantenga pasillos** libre de basura.
- **Use botas** o zapatos con apropiadas suelas antideslizante.

**Trabajadores pueden protegerse desde resbalones, tropezones, y caídas en siguiendo estas sugerencias de sentidos comunes:**

- **Obreros deberían** usar zapatos adecuados por la condición en el área de trabajo. Las suelas de zapatos ayudan aumentar fricción entre el zapato y superficie del piso.
- **Pisos deberían** ser propiamente limpiado. Después de limpiar el piso asegure que no hay “aumento” de detergentes o agentes resbalosas de limpieza.
- **Awise empleados** de superficies mojados: Afija carteles y barandas en el área para avisar de superficie mojado.
- **Agrega ayuda** de tracción a superficies resbalosas o superficies que frecuentemente son aceitadas o mojadas.
- **Área de trabajo** deben estar mantenido propiamente iluminada.
- **Mantenga áreas de trabajo** libre de escombros.
- **Superficies** deben ser mantenido en buena condición.
- **Pasillos** deben ser mantenido libre.
- **Dar atención especial a escaleras.** Repare sueltas pisadas, tablas quebradas, y pasamanos inestables.
- **Inmediatamente limpie** cualquier derrame, agua, o aceite en escalones.
- **Asegure escaleras** son bien iluminada.
- **Si trabajas en superficies elevadas** asegure que calzado tiene adecuado tracción.
- **Nunca camine hacia atrás** en un techo o superficie elevado.
- **Instala y use** propio dispositivos de seguridad y equipo cuando trabajando en un superficie elevado.
- **Cuando trabajando en un superficie elevado** toma extra cautela a eliminar peligros de tropezones y obstáculos.

**Conclusión:** No es difícil mantener el sitio de trabajo libre de peligros de resbalones, tropezones, y caídas. Todo el tripulación de trabajadores deberían ser propiamente adiestrado en reconociendo y evitando tal peligros. Resbalones, tropezones, y caídas son una común causa de lesiones que pueden ocurrir en casa igual de fácil que en el trabajo. Peligros comunes en casa son juguetes de niños, patinetas, herramienta de jardín, pisos resbalosos, mascotas, y cordones de extensión. Sigue estas puntas de seguridad para ayudar evitar peligros de resbalones, tropezones, y caídas.

### Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: \_\_\_\_\_

Violaciones de Seguridad del Personal: \_\_\_\_\_

Hoja informativa de Material de Seguridad Revisada: \_\_\_\_\_ (nombre de químico)

**Firma de Empleado:**

(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Firma de Forman/Supervisor:**

Esta pauta no reemplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.