

October 4, 2020 | Attachment #39

Slips, Trips, and Falls Identifying the Source (Part A)

Introduction *Falling is one of the leading causes of injury accidents in the workplace. The three physical factors involved in slips, trips, and falls are friction, momentum, and gravity. Friction is the resistance between two objects that creates traction between a shoe or boot and a walking/working surface. Momentum is the effect on an object in motion caused by speed and weight. Gravity is the force that pulls you to the ground in a fall.*

Slips are caused by the loss of balance resulting from too little friction between your feet and the surface you are walking or working on. Slips result from the loss of traction due to smooth surfaces, spilled liquids or lubricants, ice and snow, or other debris. Slips are more likely to happen if you are in a hurry or run, wear the wrong type of foot-gear for a particular workplace, or not watching where you are going.

Slips can be avoided by following these safety precautions:

- Practice safe walking skills. Take short steps to keep your center of balance under you and point your feet slightly outward.
- Clean up spills right away or report them to the appropriate personnel. Even minor spills can be hazardous.
- Do not allow lubricants or residue to accumulate on jobsite walking/working surfaces.
- Be extra cautious on smooth surfaces such as new floors, decking, or surfaces that are wet.

Trips occur when your foot hits an object and you are moving with enough momentum to be thrown off balance. Trips are more likely to happen when the work-zone is cluttered and you are in a hurry and do not pay attention to where you are going. **To avoid trips, remember these rules:**

- Make sure you can see where you are going. Carry only loads that you can see over.
- Keep work areas well lit. Use a flashlight or extension light to make the walking area visible in dark areas.
- Use good housekeeping practices and utilize the designated disposal areas. Store material and tools in cabinets or assigned storage areas.
- Arrange equipment so that it doesn't interfere with walkways or pedestrian traffic in your area.
- Tangled extension cords or air hoses can be dangerous tripping hazards. Work areas must be kept clear of clutter and debris
- Eliminate "loose footing" hazards on stairs, steps, and floors.

Falls occur whenever a person is too far away from his or her center of balance. Slips and trips often push workers off their center of balance far enough to cause a fall, but there are many other ways to fall. Many falls are caused by misuse of ladders, use of makeshift ladders, improper ladder climbing techniques, and improper scaffolding use. Falls from heights pose the risk of serious injury.

Avoid falls of any kind by following these common sense safety measures:

- Make sure hallways, stairs, and work areas are properly lit.
- Report or repair stairs or handrails that are loose or broken.
- Never use stairs or aisles as storage areas.
- Wear shoes or boots appropriate for the job with high-traction non-skid soles.

Stairs are another area that presents a risk of falls for workers. Loss of traction causes many stairway slip and fall accidents, usually due to water, ice, or some other liquid on the steps. Because stairs are frequently not completed on the jobsite, special attention must be paid to safety.

Workers can prevent injury on stairs by:

- Keep stairwells clear of clutter and obstructions.
- Report unsafe conditions promptly, including broken stair treads, floorboards, or handrails.
- Using handrails whenever possible.
- Only carrying loads that they can see over.

Ladders. The following safety tips will help make working with ladders a safer operation:

- Never use a ladder that has broken or missing rungs or other defects.
- Do not use makeshift ladders.
- Inspect the ladder before use.
- Open an A-frame ladder completely prior to use.
- If you are not the one using the ladder, stay back from it to avoid falling objects and the chance of unbalancing the ladder.

Conclusion Eliminating the hazards associated with slips, trips, and falls in the workplace requires the cooperation and participation of all involved personnel. OSHA has installed a multitude of regulations in an attempt to control the sources of many slips, trips, and falls (such as construction and maintenance of ladders, scaffolds, and walkways). A number of other requirements include reporting hazards, good housekeeping in work areas, spill cleanup, personal protective equipment, and fall protection (including ladder and climbing issues). Follow these guidelines to help control the causes of slips, trips, and falls.



Foremen: Don't forget to discuss and document (on Tailgate Meeting Reports) jobsite specific items at your tailgate meetings.
All apprentices must be held back for additional 5 minute training.

Resbalones, Tropezones, y Caídas (Parte A)

Identificando la fuente

Introducción *Caídas son unas de las causas primarias de lesiones accidentales en el lugar de trabajo. Los tres factores físicos involucrado en resbalones, tropezones, y caídas son fricción, momento, y gravedad. Fricción es la resistencia entre dos objetos que crean tracción entre un zapato o bota y una superficie de caminar o trabajar. Momento es el efecto en un objeto en movimiento causado por velocidad y peso. Gravedad es la fuerza que te tira a la tierra en una caída.*

Resbalones – Son causado por la perdida de balance resultando desde muy poquito tracción entre su pies y el superficie en que estas caminando o trabajando. Resbalones resultan desde la perdida de tracción debido a superficies suaves, líquidos o lubricantes derramados, hielo y nieve, u otros escombros. Resbalones son mas probables de ocurrir si estas apurado o corres, usas un tipo de calzado equivocado por un lugar de trabajo particular, o no se fija por donde va. **Resbalones pueden ser evitados siguiendo estas precauciones de seguridad:**

- Practica técnicas de caminar seguro. Tome pasos cortos para mantener su centro de balance debajo usted y apunte sus pies un hacia fuera.
- Limpie derramadas inmediatamente o repórtalo a personal apropiado. Aun derramadas menores pueden ser peligrosas.
- No permite lubricantes o residuo que se acumule en superficies de caminar o trabajar en el sitio de trabajo.
- Tome extra cautela en superficies suaves tal como pisos nuevos, cubiertas, o superficies que están mojados.

Tropezones – Ocurren cuando su pie golpea un objeto y estas moviéndote con bastante momento de ser tirado fuera balance. Tropezones son mas probable de ocurrir cuando la área de trabajo esta desordenado y estas en apuras y no pones atención a donde vas. **Para ayudar evitar tropezones, recuerda estas reglas:**

- Asegura que puedes ver a donde vas. Carga solamente cargas que puedes ver sobre ellas.
- Mantenga áreas de trabajo bien iluminadas. Use una linterna o luz de extensión para hacer la área de caminar más visible en áreas oscuras.
- Use buenas prácticas de limpieza y utilice las áreas designadas para disposición. Almacene material y herramientas en gabinetes o áreas asignado para almacenaje.
- Arregle equipo en manera que no afectan los pasillos o tráfico peatón en su área.
- Cordones de extensión enredada o mangueras de aire pueden ser peligros de tropezones. Áreas de trabajo deben ser mantenido libres de montones y escombros.



Caídas – Ocurren cuando una persona esta oalejado de su centro de balance. Resbalones y tropezones frecuentemente empujan trabajadores de su centro de balance lo suficiente para causar una caída, hay muchas maneras mas en que se puede caer. Muchas caídas son causadas por mal uso de escaleras, escaleras improvisadas, impropias técnicas de subir en escalera, e impropio uso de andamios. Caídas de alturas poseen el riesgo de lesiones serie. **Evita caídas de cualquier tipo siguiendo estas medidas de sentido común de seguridad:**

- Asegura que pasillos, escaleras, y áreas de trabajo son propiamente iluminadas.
- Reporta o repara escaleras o barandillas sueltas o quebradas.
- Nunca use escaleras o pasillos como áreas de almacenaje.
- Use calzado o botas apropiada para la obra con suela de alta-tracción.

Escaleras – son otras áreas que presentan un riesgo de caídas para trabajadores. Perdida de tracción causa muchos accidentes de resbalones y caídas en escaleras, usualmente debido a agua, hielo, u otro tipo de líquido en los escalones. Porque escalones usualmente no son cumplidos en un sitio de trabajo, atención especial deber ser dado a seguridad. **Obreros pueden prevenir lesiones en escaleras en:**

- Reportar condiciones inseguras prontamente, incluyendo peldaños quebrados, tablas de piso, o barandillas.
- Utilizando barandillas cuando posible.
- Solamente cargando cargas que pueden ver sobre ellos.
- Manteniendo cajas de escalones libres de desorden y obstruccion

Escaleras – Las siguientes puntas de seguridad ayudaran hacer trabajando con escaleras una operación segura:

- No use escaleras improvisadas.
- Inspecciona la escalera antes de uso.
- Abre una escalera de tijera completamente antes de uso.
- Nunca use una escalera que tiene peldaños quebrados o les hace falta u otros defectos.
- Si tu no eres el que esta usando la escalera, aléjese desde ella para evitar caídas de objetos y la posibilidad de desequilibrar la escalera.

Conclusión Eliminando los peligros asociado con resbalones, tropezones, y caídas en el sitio de trabajo requiere la cooperación y participación de toda personal involucrado. OSHA ha instalado un multitud de regulaciones en un intento de controlar la fuente de muchos resbalones, tropezones, y caídas (tal como construcción y mantenimiento de escaleras, andamios, y pasillos). Un numero de otros requisitos incluyen reportando peligros, buen limpieza en áreas de trabajo, limpieza de derramadas, equipo de protección personal, y protección contra caídas (incluyendo temas de subir y bajar escaleras). Sigue estas pautas para ayudar controlar las causas de resbalones, tropezones, y caídas.

Capataces: No olviden discutir y documentar (en los informes de las reuniones del portón trasero) en su sitio de trabajo artículos específicos en su reuniones del portón.

Todos los aprendices deben permanecer cinco minutos adicionales para capacitación.