



## Resbalones, tropezones y caídas

Slips and falls

### Introducción:

Cualquiera puede resbalarse, tropezarse o caerse; puede ocurrir en cualquier momento y en cualquier lugar. No hay un solo método que pueda utilizarse para prevenir todos estos accidentes.

Entre las causas más comunes de los resbalones y caídas se cuentan: usar escaleras portátiles de forma insegura, saltar al subir o bajar de los equipos, superficies resbaladizas, uso de calzado no adecuado, mala iluminación, obstáculos en las vías de paso, apurarse y no prestar suficiente atención.

### Peligros:

- Mangueras y cables en el suelo.
- Orden y aseo insuficientes.
- Pasillos bloqueados.
- Artículos dejados en las escaleras.
- Líquidos derramados o pequeñas piezas esparcidas.
- Escaleras de mano.
- Acumulación de hielo y nieve.
- Superficies húmedas.

### Medidas de seguridad:

- Asegúrese de que no haya cables ni mangueras atravesadas en las vías de paso.
- Almacene apropiadamente los artículos que no esté usando.

- Cubra debidamente los orificios y drenajes que haya en el suelo.
- No deje artículos en los pasillos ni las escaleras.
- Limpie inmediatamente cualquier líquido derramado. Coloque un cartel de “piso húmedo” en el lugar correspondiente.
- Suba y baje de las escaleras portátiles y equipos de la manera correcta. ¡No salte!
- Quite la nieve y el hielo de las zonas de paso comunes, especialmente las de salida.
- En invierno, coloque alfombrillas o camineros en las entradas para que absorban el agua y nieve fangosa a medida que la gente pase.
- Preste atención a la zona por la que esté caminando.
- Considere adquirir calzado antideslizante.

### Conclusiones:

Estar atento es fundamental. Entre las causas más comunes de los resbalones y caídas se cuentan: usar escaleras de mano de forma insegura, saltar para subir o bajar de los equipos, superficies resbaladizas, uso de calzado no adecuado, mala iluminación, obstáculos en las vías de paso, apurarse y no prestar suficiente atención.

# 5-minute solutions

A safety training talk used for successful injury prevention



## Slips, trips and falls

### Introduction:

Slips, trips and falls can happen to anyone, any-time, anywhere. No single method can be used to prevent all slips and falls.

The most common causes of slips and falls include: unsafe use of ladders, jumping on or off equipment, slippery surfaces, inappropriate footwear, poor lighting, obstacles on walkways, inattention and rushing.

### Hazards:

- Hoses and cords on the ground.
- Housekeeping conditions.
- Blocked aisles.
- Items stored on the stairs.
- Spilled liquids or small parts.
- Improper use of ladders.
- Snow or ice accumulation.
- Wet surfaces.

### Safe procedures:

- Make sure cords and hoses do not cross common walkways.
- Properly store items when not in use.

- Properly cover floor drains and openings.
- Do not store items in the aisle or on stairs.
- Clean up spills immediately. Place a “Wet Floor” sign in the area.
- Mount and dismount ladders and equipment properly. Do not jump! Use 3-point contact.
- Remove ice and snow from common walk areas, especially exit areas.
- Place runners at entrances to catch slush and water as people enter in the winter.
- Pay attention to the area you are walking.
- Consider purchasing non-slip shoes.

### In conclusion:

Awareness is critical. Again, the most common causes of slips and falls include: unsafe use of ladders, jumping on or off equipment, slippery surfaces, inappropriate footwear, poor lighting, obstacle on walkways, inattention and rushing.

Let's discuss what we can do here to avoid and prevent slips and falls.