

Safety SOLUTIONS *Checklist for Safe Practices*

Preventing Slips and Trips

Slips and trips on wet and muddy soil, uneven terrain, snow and ice, or due to poor housekeeping are a major hazard to workers. Reducing slip and trip injuries is also a key goal of the ALCA/OSHA Alliance. This English/Spanish checklist can be used by crew leaders to help workers avoid preventable slip and trip injuries.

- Slips and trips are a major cause of injury to landscape, lawn care, and other horticultural workers.
 - Sometimes, these injuries are minor, but other times, slips and trips can result in broken bones or other costly and painful injuries.
 - Slips and trips *can* be avoided, but it's important that all of us do our part.
 - One of the first steps to take is to avoid running on the job. Wet grass is very slick, and the grass or soil at the job site may be muddy or contain such hazards as holes or partially hidden rocks.
 - Carrying heavy or bulky materials on uneven, wet or muddy ground often results in slips and trips.
 - When working outdoors, conditions can change quickly. It's important to be on the alert for changing conditions and to let your co-workers know.
 - Wearing shoes or boots with non-slip soles is a good way to prevent slip and trip injuries.
 - So is paying close attention to where you are walking and to what is immediately in front of you.
- If you're carrying a large load or moving anything that may block your view, be especially careful.
 - Poor housekeeping is another major cause of slip and trip injuries – and is something you should pay close attention to at all times.
 - Be sure to keep your immediate work area as neat and clean as possible.
 - Return all tools, equipment, personal protective equipment and other items you use to their proper location.
 - Be on the lookout for such hazards as electrical cords or hoses on the ground or across walkways.
 - Watch out for wet, slippery floors indoors where water, coffee, grease or oil may have spilled.
 - Clean up any spills you spot.
 - Be sure your lighting is adequate.
 - Be careful when mounting and dismounting equipment, especially in winter when ice may have formed on the steps. Sand or salt can be used to cover icy spots.
 - Wear clothing that doesn't increase your chances for a slip or trip. Check the length of your pants cuffs, and make sure your shoelaces are tied.

Barbara Mulhern, Safety Specialist

Ph: 608/848-3758

E-mail: bamu100@aol.com

**ASSOCIATED LANDSCAPE
CONTRACTORS OF AMERICA
800/395-2522 Fax: 703/736-9668
Web site: alca.org**

Copyright January 2005

SOLUCIONES DE SEGURIDAD

Lista de control para el desempeño seguro de sus actividades

PREVENCIÓN DE RESBALONES Y TROPIEZOS

Los resbalones y tropiezos sobre tierra húmeda o pantanosa, terrenos de superficie irregular, nieve, hielo, o a consecuencia de un mantenimiento deficiente, representan grandes peligros para los trabajadores. La lista de control en inglés y español puede ser utilizada por los líderes de cuadrillas para ayudar a los trabajadores a evitar resbalones y lesiones que pueden prevenirse.

- Los resbalones y tropiezos constituyen la mayor causa de lesiones en trabajadores de paisajismo, mantenimiento de jardines y otros trabajadores de la horticultura.
- En algunas ocasiones, las lesiones son menores, pero en otras, los resbalones y tropiezos pueden transformarse en huesos fracturados u otras lesiones dolorosas y de costoso tratamiento médico.
- Los resbalones y tropiezos *pueden evitarse*, por lo que es importante la colaboración de todos nosotros.
- Uno de las primeras medidas a tomar es evitar correr en el área de trabajo. La grama húmeda es resbaladiza y la grama o tierra en el área de trabajo puede ser pantanosa o contener peligros como huecos o rocas parcialmente invisibles.
- Cargar materiales pesados, voluminosos o irregulares sobre una superficie húmeda o pantanosa, resulta en menudo, en resbalones y tropiezos.
- Cuando se trabaja al aire libre, las condiciones climáticas pueden cambiar rápidamente.
- Es importante mantenerse alerta ante los cambios de condiciones climáticas y mantener informados a sus compañeros de trabajo.
- Usar zapatos o botas con suelas anti-resbalantes, es una buena manera de evitar lesiones ocasionadas por resbalones y tropiezos.
- Preste mucha atención por donde camina y a lo que está inmediatamente frente a usted.
- Tenga mucho cuidado si lleva una carga grande o moviliza algo que obstruya su visibilidad.
- El mantenimiento deficiente es otra gran causa de lesiones ocasionadas por resbalones y tropiezos – y es algo a lo que usted tiene que prestar atención en todo momento.
- Asegúrese de mantener el espacio inmediato a su área de trabajo tan limpio y despejado como sea posible.
- Regrese todas las herramientas, equipos y equipo de protección personal, así como otros implementos de trabajo que utilice al lugar indicado para guardarlos.
- Manténgase alerta ante peligros como mangueras y cables eléctricos sueltos sobre la superficie o atravesados en los pasillos.
- Tenga cuidado con pisos internos húmedos y resbalosos donde pudiera haberse derramado agua, café, grasa, o aceite.
- Limpie cualquier derrame que vea.
- Asegúrese que su iluminación es la apropiada.
- Tenga cuidado al montar o desmontar equipos, especialmente en el invierno cuando pueden formarse capas de hielo transparentes sobre los escalones. La arena o la sal pueden utilizarse para cubrir áreas de superficie helada.
- Use ropa que no aumente el chance de un resbalón o un tropiezo. Revise el largo de los ruedos de sus pantalones, y asegúrese de tener amarradas las trenzas de sus zapatos.