



5-minute safety talk

Slips, Trips and Falls

More than 134,000 workers fell on the job in 2011. They didn't fall from ladders or rooftops. They fell from the same level, without elevation, due to loss of balance, tripping or slipping on a slick surface. They were injured seriously enough to miss days from work, according to *2014 Injury Facts*®, the statistical report on unintentional injuries by the National Safety Council. The number of incidents could be higher due to underreporting.

Why is walking such a hazard?

Slips, trips and falls are the No. 2 cause of nonfatal injury in the workplace resulting in days away from work, outranked only by overexertion. It's a persistent problem, but one that can be prevented. Often slips, trips and falls can be caused by a lack of awareness of surroundings. We walk all the time, increasing our risk of falling, and we're not thinking about the task of walking. We're on autopilot.

It's also easy to get distracted while walking. Checking the phone, eating and talking to someone while walking all increase the risk of a trip or fall.

Other causes include:

- Wet floors
- Uneven or icy parking lots
- Limited visibility around corners
- Cluttered walkways
- Running on stairs
- Not holding the handrail in stairways
- Cords across pathways
- Carrying too much

Lack of reporting adds to the problem

An employer shouldn't place blame on any employee who falls, especially since some falls are related to a person's physical ability. Fear of embarrassment or retribution for reporting such incidents only leads to an unsafe workplace.

Many causes of slips, trips and falls can be prevented by employers, but employees provide the best feedback and are key players in identifying hazards. Employers should reinforce a culture that makes safety a high priority, with the understanding that even minor incidents should be reported. There is no better way to identify and mitigate hazards before someone is injured.

Investigate reports of slips and falls

Employers should focus on the areas where most incidents occur:

- Doorways
- Ramps
- Cluttered hallways
- Heavy traffic areas
- Uneven surfaces
- Areas prone to wetness and spills

Well-maintained floors and a good cleaning program can help reduce the hazard. Employers should examine floor surfaces and install slip-resistant material in work areas that can become wet, oily or dirty. The Occupational Safety and Health Administration (OSHA) also recommends workers wear slip-resistant footwear. Some employers issue shoes for employees because the importance of footwear cannot be overstated.

How to get Employees Off Autopilot

Environmental changes, alone, cannot protect employees. Management's commitment to safety, and communication between managers and their workers, is critical to the success of a safety culture.

Through training, employees will learn to make sure aisles are clear, floors are clean, cords and carpets are taped down, and signs are present to warn of slippery areas. They also can learn to make behavioral changes to reduce the risk of falls, such as balancing properly while walking, learning to recover from a slip and looking where they are going.

Companies that implement behavioral, environmental or a combination of measures to reduce slips, trips and falls usually see incident rates decline.

National Safety Council

1121 SPRING LAKE DRIVE, ITASCA, IL 60143-3201 | (800) 621-7619 | nsc.org

0715 900007611 © 2015 National Safety Council

members get more





5-minute safety talk

Resbalones, Tropezos y Caídas

Hubo más de 134,000 casos de caídas de trabajadores en el entorno laboral en 2011. No se cayeron de escaleras o techos. Cayeron a nivel del piso, sin elevación, debido a la pérdida del equilibrio, tropezos o resbalones en una superficie resbaladiza. Ellos sufrieron heridas bastante serias como para perder días de trabajo, según los **2014 Injury Facts®**, el informe estadístico sobre lesiones no intencionales del Consejo Nacional de Seguridad. El número de incidentes podría ser mayor debido a la falta de notificación de algunos casos.

¿Por qué caminar es tan peligroso?

Los resbalones, tropezos y las caídas son la causa número 2 de lesiones no fatales en el lugar de trabajo, que provocan ausentismo, superados solo por el agotamiento. Es un problema persistente, pero que se puede prevenir. A menudo, los resbalones, tropezos y caídas pueden ser producto de la falta de conciencia sobre los alrededores. Caminamos todo el tiempo, lo que aumenta nuestro riesgo de caer, y no estamos pensando en el acto de caminar. Estamos en piloto automático.

También es fácil distraerse mientras se camina. Revisar el teléfono, comer y hablar con alguien al caminar aumenta el riesgo de un tropezón o una caída.

Otras causas podrían ser:

- Pisos mojados
- Estacionamientos desiguales o cubiertos de hielo
- Visibilidad limitada en las esquinas
- Pasillos desordenados
- Correr en las escaleras
- No sostener el pasamanos en escaleras
- Cables que atraviesan pasillos
- Cargar demasiado peso

La falta de notificación sobre estos incidentes agrava el problema

Un empleador no debe culpar a ningún empleado que se cae, especialmente porque algunas caídas se deben a las capacidades físicas de una persona. El temor a la vergüenza o a las represalias por informar este tipo de incidentes sólo contribuye a un lugar de trabajo inseguro.

Muchas causas de resbalones, tropezos y caídas pueden ser prevenidas por los empleadores, pero son los empleados quienes proporcionan las mejores críticas y son los agentes clave en la identificación de peligros. Los empleadores deben reforzar la cultura que prioriza la seguridad, para que comprendan que incluso los incidentes más pequeños se deben informar. No hay mejor manera de identificar y mitigar los riesgos antes de que alguien se lesione.

Investigar denuncias de resbalones y caídas

Los empleadores deben concentrarse en las zonas donde se producen la mayoría de los incidentes:

- Puertas
- Rampas
- Pasillos desordenados
- Áreas de mucho tránsito
- Superficies irregulares
- Las zonas propensas a la humedad y a derrames

Los pisos bien cuidados y un buen programa de limpieza pueden ayudar a reducir riesgos. Los empleadores deben examinar las superficies del suelo y colocar materiales antideslizantes en las áreas de trabajo que puedan estar mojadas, aceitosas o sucias. La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, por sus siglas en inglés) también recomienda que los trabajadores usen calzado antideslizante. Algunos empleadores entregan zapatos a los empleados porque la importancia del calzado no puede subestimarse.

Cómo sacar a los Empleados del estado de «Piloto Automático»

Los cambios en el entorno por sí solos, no pueden proteger a los empleados. El compromiso de la gerencia con la seguridad y la comunicación entre los directivos y sus trabajadores es fundamental para el éxito de una cultura de la seguridad.

A través de la capacitación, los empleados aprenderán a asegurarse de que los pasillos estén despejados, que los pisos estén limpios, los cables y las alfombras protegidos, y que las señales estén a la vista para advertir sobre áreas resbaladizas. Los empleados también pueden aprender a implementar cambios en su comportamiento para reducir el riesgo de caídas, como caminar con el equilibrio adecuado, aprender a mantenerse si se resbalan y mirar hacia dónde se dirigen.

Las empresas que implementan medidas conductuales, ambientales o una combinación de ellas para reducir los resbalones, tropezos y caídas suelen observar una disminución en las tasas de incidentes.



National Safety Council

1121 SPRING LAKE DRIVE, ITASCA, IL 60143-3201 | (800) 621-7619 | nsc.org

0715 900007611 © 2015 National Safety Council

members get more

