Hoja # 1 de Consejos: *Lesiones por resbalones y tropiezos*

Esta es la primera de una serie de Hojas de Consejos de Seguridad preparada por PLANET (Professional Landcare Network) sobre los cuatro riesgos principales identificados por la Alianza OSHA-PLANET. Esta Hoja de Consejos de Seguridad está disponible en inglés y español.

Los resbalones y tropiezos son comunes en nuestra industria, pero se pueden evitar

- Las cuadrillas de paisajismo, las cuadrillas de cuidado profesional de jardinería y otros empleados de la horticultura que trabajan al aire libre en terrenos húmedos, pantanosos o irregulares, corren un alto riesgo de sufrir lesiones por resbalones y tropiezos.
- A menudo, estas lesiones ocurren en los lugares de trabajo, pero también pueden ocurrir dentro de las facilidades de la compañía, especialmente cuando "el orden y la limpieza" no tienen una prioridad alta.
- Los resbalones y tropiezos pueden ocasionar fractura de huesos, esguinces (torceduras), contusiones u otro tipo de lesiones dolorosas y costosas. Sin embargo, dichas lesiones son *prevenibles.*

Cuál es la causa de lesiones por resbalones o tropiezos

- Correr en el lugar de trabajo es una causa principal de lesiones por resbalones o tropiezos.
- Estas lesiones también pueden ocurrir cuando la persona no se mantiene constantemente alerta ante riesgos como huecos en el suelo, "obstrucciones" (palos, piedras y rocas parcialmente escondidas), o cambios inesperados en la superficie del terreno.
- Aplicar fertilizantes u otros productos bajo una llovizna o trabajar sobre pendientes resbalosas cuando el rocío de la mañana aún está sobre la superficie del terreno, también puede ocasionar resbalones y tropiezos. Lo mismo puede ocurrir cuando se usa el calzado inapropiado o cuando no se colocan las herramientas y equipo en el lugar que les corresponde.
- Grama cortada resbalosa, poca iluminación, áreas cubiertas de hielo en invierno, derrames, así como mangueras y cables eléctricos dejados en los pasillos u otras áreas de paso en el lugar del trabajo, forman parte de muchos otros factores que contribuyen a que ocurran lesiones por resbalones y tropiezos.

Cómo evitar los resbalones y tropiezos

- Preste mucha atención a las condiciones de la superficie del terreno. Recuerde que la grama húmeda puede ser muy resbaladiza, y que tiene que caminar despacio y firme sobre terreno fangoso o irregular.
- Use botas (cuadrillas de paisajismo) o zapatos o botas impermeables (cuadrillas de cuidado profesional de jardines) que tengan buena tracción.
- Coloque las herramientas, equipos y materiales en el lugar que les corresponde.
- Sea particularmente cuidadoso si está aplicando líquidos.
- Preste mucha atención si lleva una carga que puede bloquear su visibilidad.
- Practique el orden y la limpieza. Si derrama algo, límpielo y si se percata de un riesgo potencial de tropiezo, elimínelo si es posible, o hágaselo saber al líder de la cuadrilla.