



SAFETY TIP OF THE WEEK

FOR THE CONSTRUCTION INDUSTRY



Company _____ Date _____

To encourage all of us to promote safety on a continuing basis, the Builders Exchange publishes a safety tip in each issue of the weekly Bulletin. The superintendent/foreman of each job should use this safety tip in a short safety meeting Monday morning. We suggest that this 5-to-10 minute meeting be just before lunch or perhaps right after the morning break. You can then emphasize the SAFETY TIP OF THE WEEK all week long.

Preventing Workplace Trip Hazards

Week Ending 4/10/2026

When you think of a workplace accident, you probably think of something dramatic – an explosion or an amputation, for example.

But the second most common cause of workplace injury is a trip or slip hazard that leads to a fall. And 20-30% of workplace falls result in a moderate or severe injury like deep bruising, broken bones, or concussions.

In fact, according to OSHA, slips, trips, and falls cause nearly 700 workplace fatalities per year – that's 15% of all workplace deaths.

The trouble is that the circumstances that lead to slips and trips tend to be spontaneous and changeable – they don't exist until suddenly they do. That means preventing slips, trips, and falls is an ongoing process that relies heavily on employees being able to recognize related hazards.

Slips vs. Trips

Slips and trips can lead to falls, but there's a pretty clear distinction between the two.

A slip happens when there's insufficient traction between your foot and the walking-working surface, causing a sudden loss of balance.

A trip happens when your leg or foot comes into contact with a hazard (either an object or an uneven surface) that arrests the movement of your lower body while momentum carries your upper body forward.

What are the Two Types of Falls?

A fall happens when your center of gravity shifts unexpectedly, but for workplace safety purposes, falls are divided into two different categories: same-level falls and elevated falls.

An elevated fall is when someone falls from one level to another, like from a ladder, scaffold, building, or through an opening in the floor.

A same-level fall is when someone falls to the floor they're standing on or against a nearby object or wall.

What are Examples of Slipping and Tripping Hazards?

There are many factors that can contribute to the likelihood of a slip or trip. Many slip or trip hazards are substances or objects that make a walking-working surface dangerous, but footwear and environmental conditions also play a part.

Examples of Slip Hazards

Basically, anything that decreases the amount of friction between your foot and the walking surface increases the risk of slipping.

This includes:

- Water, ice, snow, mud, grease, oil, food, or other wet products on smooth floors
- Dust, powders, plastic wrapping, granules, or other dry products that are slippery on smooth floors
- Freshly waxed surfaces
- Highly polished surfaces that remain slick when dry (like concrete, marble, or ceramic)
- Loose or irregular surfaces like gravel or unanchored flooring

Special Topics for this Job: _____

MSDS # _____ Reviewed – Title: _____

Present at Meeting:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Supervisor's Signature: _____

Note: These SAFETY TIPS OF THE WEEK are to help members provide a safe workplace and to instruct employees in ways to prevent accidents. Ensure you record the names of those who attend your safety meetings and file this form with your permanent accident prevention records.

- Sloped walking surfaces without slip- or skid-resistance
- Muddy terrain
- Wet or dry leaves, pine needles, or plant debris
- Shoes with inadequate traction
- Soles that are wet, muddy, or greasy

As you can see, slip hazards can be found indoors or outdoors.

Workplace Trip Hazard Examples

Officially, OSHA's trip hazard height is a quarter inch. Any change in floor level that is $\frac{1}{4}$ inch or more constitutes a tripping hazard.

Examples of common tripping hazards include:

- Uncovered hoses, cables, wires, or cords across walking surfaces
- Obstacles or clutter on walking surfaces
- Furniture drawers/door left open
- Unmarked steps or ramps
- Damaged or irregular steps
- Rumpled carpets or mats (or curled edges)
- Thresholds, gaps, and other irregularities in walking surfaces
- Speed bumps and curb drops

Other factors can also contribute to the likelihood that you'll trip including lack of coordination or an obstructed view of the walking surface. Many circumstances can contribute, including:

- Fatigue
- Being under the influence
- Bulky PPE
- Poor air quality
- Poor lighting
- Bulky loads
- Poor vision

Slips, Trips, and Falls Prevention

Some slip, trip, and fall prevention measures are permanent, including:

- Adequate lighting
- Handrails
- Slip-resistant surfaces in high-risk areas
- Effective drainage, ventilation, and other methods to keep surfaces dry
- Marking the edges of steps or elevation changes

Other methods for preventing slips, trips, and falls require ongoing participation from workers, including:

- Proper footwear
- Safe work practices
- Frequent cleaning
- Good housekeeping practices that keep walkways free of clutter
- Noticing and marking slip or trip hazards

As a result, a lot of slip, trip, and fall prevention relies on the ability of your workforce to recognize slipping and tripping hazards, understand how to mitigate them, and know how to use safe work practices to minimize their risk.

Even though there's no formal OSHA requirement for Slip, Trip, and Fall training, workers need education and regular refreshers in OSHA trip hazards and regulations to accomplish all of this correctly.



SAFETY TIP OF THE WEEK

FOR THE CONSTRUCTION INDUSTRY



Company _____ Date _____

To encourage all of us to promote safety on a continuing basis, the Builders Exchange publishes a safety tip in each issue of the weekly **Bulletin**. The superintendent/foreman of each job should use this safety tip in a short safety meeting Monday morning. We suggest that this 5-to-10 minute meeting be just before lunch or perhaps right after the morning break. You can then emphasize the SAFETY TIP OF THE WEEK all week long.

Prevención de los riesgos de tropiezos en el trabajo

Week Ending 4/10/2026

Cuando piensas en un accidente laboral, probablemente pienses en algo dramático: una explosión o una amputación, por ejemplo.

Pero la segunda causa más común de lesión laboral es el riesgo de tropiezo o resbalón que provoca una caída. Y entre el 20 y el 30% de las caídas en el lugar de trabajo resultan en lesiones moderadas o graves, como hematomas profundos, fracturas o conmociones cerebrales.

De hecho, según la OSHA, las caídas, tropiezos y deslices causan casi 700 muertes laborales al año, lo que supone el 15% de todas las muertes laborales.

El problema es que las circunstancias que llevan a los resbalones y tropezos tienden a ser espontáneas y cambiantes: no existen hasta que de repente lo hacen. Eso significa que prevenir resbalones, tropiezos y caídas es un proceso continuo que depende en gran medida de que los empleados puedan reconocer los peligros relacionados.

Resbalones vs. tropezos

Los resbalones y tropezos pueden provocar caídas, pero hay una distinción bastante clara entre ambos.

Un resbalón ocurre cuando no hay suficiente tracción entre el pie y la superficie de trabajo, provocando una pérdida repentina de equilibrio.

Un tropiezo ocurre cuando tu pierna o pie entra en contacto con un peligro (ya sea un objeto o una superficie irregular) que detiene el movimiento de la parte inferior del cuerpo mientras el impulso lleva la parte superior hacia adelante.

¿Cuáles son los dos tipos de caídas?

Una caída ocurre cuando tu centro de gravedad se desplaza inesperadamente, pero por motivos de seguridad laboral, las caídas se dividen en dos categorías diferentes: caídas al mismo nivel y caídas elevadas.

Una caída elevada ocurre cuando alguien cae de un nivel a otro, como desde una escalera, andamio, edificio o a través de una abertura en el suelo.

Una caída al mismo nivel ocurre cuando alguien cae al suelo en el que está de pie o contra un objeto o pared cercano.

¿Cuáles son los ejemplos de peligros de resbalones y tropezos?

Hay muchos factores que pueden contribuir a la probabilidad de un resbalón o tropiezo. Muchos peligros de resbalones o tropiezos son sustancias u objetos que hacen peligroso una superficie de trabajo para andar, pero el calzado y las condiciones ambientales también influyen.

Ejemplos de peligros de deslizamiento

Básicamente, cualquier cosa que disminuya la fricción entre el pie y la superficie de caminar aumenta el riesgo de resbales.

Esto incluye:

- Agua, hielo, nieve, barro, grasa, aceite, alimentos u otros productos mojados sobre suelos lisos
- Polvo, polvos, envoltorios de plástico, gránulos u otros productos secos que resbalan sobre suelos lisos
- Superficies recién enceradas

Special Topics for this Job: _____

MSDS # _____ Reviewed – Title: _____

Present at Meeting:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Supervisor's Signature: _____

Note: These SAFETY TIPS OF THE WEEK are to help members provide a safe workplace and to instruct employees in ways to prevent accidents. Ensure you record the names of those who attend your safety meetings and file this form with your permanent accident prevention records.

- Superficies muy pulidas que permanecen resbaladizas cuando están secas (como hormigón, mármol o cerámica)
- Superficies sueltas o irregulares como grava o suelos sin anclaje
- Superficies de caminata inclinadas sin resistencia al deslizamiento o al derrape
- Terreno fangoso
- Hojas húmedas o secas, agujas de pino o restos de plantas
- Zapatillas con tracción insuficiente
- Suelas mojadas, embarradas o grasientas

Como puedes ver, los peligros de resbalón pueden encontrarse tanto en interiores como en exteriores.

Ejemplos de peligro de tropiezos en el lugar de trabajo

Oficialmente, la altura de los obstáculos de tropiezo de OSHA es de un cuarto de pulgada. Cualquier cambio en el nivel del suelo que sea de 1/4 de pulgada o más supone un riesgo de tropiezo.

Ejemplos de peligros comunes de tropiezo incluyen:

- Mangueras, cables, cables o cables descubiertos sobre superficies de caminar
- Obstáculos o desorden en superficies para caminar
- Cajones/puerta de muebles dejados abiertos
- Escaleras o rampas sin señalizar
- Escalones dañados o irregulares
- Alfombras o estereras arrugadas (o bordes rizados)
- Umbrales, huecos y otras irregularidades en las superficies para caminar
- Badenes y desniveles en los bordillos

Otros factores también pueden contribuir a la probabilidad de tropiezos, como falta de coordinación o una vista obstruida de la superficie de caminata. Muchas circunstancias pueden influir, incluyendo:

- Fatiga
- Estar bajo los efectos
- EPI voluminoso
- Mala calidad del aire
- Mala iluminación
- Cargas voluminosas
- Mala visión

Prevención de resbalones, tropiezos y caídas

Algunas medidas de prevención de resbalones, tropiezos y caídas son permanentes, incluyendo:

- Iluminación adecuada
- Pasamanos
- Superficies antideslizantes en zonas de alto riesgo
- Drenaje eficaz, ventilación y otros métodos para mantener las superficies secas
- Marcando los bordes de los escalones o cambios de elevación

Otros métodos para prevenir resbalones, tropiezos y caídas requieren la participación continua de los trabajadores, incluyendo:

- Calzado adecuado
- Prácticas laborales seguras
- Limpieza frecuente
- Buenas prácticas de limpieza que mantengan los caminos libres de desorden
- Detectar y marcar peligros de resbalones o tropiezos

Como resultado, gran parte de la prevención de resbalones, tropiezos y caídas depende de la capacidad de tu equipo para reconocer los riesgos de resbalones y tropiezos, entender cómo mitigarlos y saber cómo aplicar prácticas seguras para minimizar su riesgo.

Aunque no existe un requisito formal de OSHA para la formación en resbalones, tropiezos y caídas, los trabajadores necesitan formación y repaso regular sobre los riesgos y normativas de tropiezos de OSHA para poder realizar todo esto correctamente.