

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Stats and Facts

FACTS

1. **Cold-Induced Slip Risk:** Ice buildup, frost, and condensation on freezer floors reduce traction and cause sudden slips during routine walking or material handling.
2. **Reduced Dexterity:** Cold temperatures numb fingers and stiffen joints, decreasing grip strength and fine motor control when handling tools, boxes, or equipment.
3. **Cold Stress Exposure:** Prolonged work in freezer environments lowers core body temperature, increasing the risk of hypothermia and fatigue-related errors.
4. **Bulky PPE Limitation:** Insulated gloves and layered clothing restrict movement, visibility, and reach, increasing awkward postures and delayed reactions.
5. **Condensation Transition Hazard:** Moving between warm and cold zones creates fogged eyewear, icy surfaces, and moisture buildup that hides floor hazards.
6. **Equipment Performance Issues:** Cold temperatures affect forklifts, pallet jacks, batteries, and hydraulics, leading to delayed response or unexpected movement.

STATS

- Slips, trips, and falls account for over 25% of nonfatal injuries in U.S. warehousing and cold-storage operations, according to the Bureau of Labor Statistics.
- US private industry saw slips, trips, and falls cause over 479,000 days-away cases in 2024, with cold storage environments increasing risks from ice buildup and condensation on floors in warehouses and freezers.
- In Canada, cold-related injuries (including frostbite and

hypothermia) were most common in winter months (November-March), with nearly 90% of cases occurring then, affecting workers in artificial cold like freezers and storage.

- Canadian lost-time claims in warehousing and storage (including cold facilities) totaled around 348,747 in 2022, with cold stress and slips from frozen/wet surfaces contributing disproportionately in refrigerated roles.
 - NIOSH research shows that muscle strength and manual performance can drop by up to 20% when working in cold environments below freezing.
 - In the US, cold stress from environmental exposure (including freezer work) contributed to an average of 22 deaths and 171 serious injuries annually from 2020-2024, with slips and falls amplified by icy surfaces in refrigerated facilities.
-

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Riesgo de Resbalones Provocados por el Frío:** la acumulación de hielo, las heladas y la condensación en los pisos de los congeladores reducen la tracción y provocan resbalones repentinos durante la marcha rutinaria o la manipulación de materiales.
2. **Reducción de la Destreza:** las bajas temperaturas entumecen los dedos y endurecen las articulaciones, lo que disminuye la fuerza de agarre y el control motor fino al manipular

herramientas, cajas o equipos.

3. **Exposición al Estrés por Frío:** el trabajo prolongado en entornos de congelación reduce la temperatura corporal central, lo que aumenta el riesgo de hipotermia y de errores relacionados con la fatiga.
4. **Limitación del EPP Voluminoso:** los guantes aislantes y la ropa en capas restringen el movimiento, la visibilidad y el alcance, lo que aumenta las posturas incómodas y retrasa las reacciones.
5. **Peligro de Transición por Condensación:** el paso de zonas cálidas a frías provoca el empañamiento de las gafas, la formación de hielo en las superficies y la acumulación de humedad, lo que oculta los peligros del suelo.
6. **Problemas de Rendimiento de los Equipos:** las bajas temperaturas afectan a las carretillas elevadoras, las transpaletas, las baterías y los sistemas hidráulicos, lo que provoca retrasos en la respuesta o movimientos inesperados.

ESTADÍSTICAS

- Los resbalones, tropiezos y caídas representan más del 25 % de las lesiones no mortales en las operaciones de almacenamiento y refrigeración de Estados Unidos, según la Oficina de Estadísticas Laborales.
- En 2024, los resbalones, tropiezos y caídas causaron más de 479 000 días de baja laboral en la industria privada estadounidense, y los entornos de almacenamiento en frío aumentaron los riesgos debido a la acumulación de hielo y la condensación en los pisos de los almacenes y congeladores.
- En Canadá, las lesiones relacionadas con el frío (incluidas la congelación y la hipotermia) fueron más frecuentes en los meses de invierno (noviembre-marzo), con casi el 90 % de los casos ocurridos en ese periodo, que afectaron a trabajadores expuestos al frío artificial, como los de congeladores y almacenes.
- Las reclamaciones por tiempo perdido en Canadá en el sector del almacenamiento (incluidas las instalaciones

frigoríficas) ascendieron a unas 348 747 en 2022, y el estrés por frío y los resbalones en superficies heladas o mojadas contribuyeron de manera desproporcionada en los trabajos relacionados con la refrigeración.

- Las investigaciones del NIOSH muestran que la fuerza muscular y el rendimiento manual pueden reducirse hasta un 20 % cuando se trabaja en entornos fríos por debajo de cero grados.
 - En Estados Unidos, el estrés por frío debido a la exposición ambiental (incluido el trabajo en congeladores) contribuyó a una media de 22 muertes y 171 lesiones graves al año entre 2020 y 2024, con resbalones y caídas amplificados por las superficies heladas de las instalaciones refrigeradas.
-

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Fatality File

Employee is killed when crushed between PIV frame and dock

At 8:30 a.m. on March 14, 2023, an employee was working as an HVAC technician for a commercial heating and plumbing contractor was working with two coworkers. The crew was removing a large refrigerator coil from a mushroom cold storage warehouse onto a stake body truck. The employee backed the truck to the warehouse loading dock. The crew had the coil unit placed on a wood frame with wheels and attempted to push the coil unit onto the truck from the loading dock which was unsuccessful. After being unsuccessful manually loading the unit onto the truck, the employee obtained an electric forklift owned by the warehouse and

attempted to push/lift the coil unit onto the truck. While loading the unit, the truck rolled forward while the forklift was not completely on the truck causing the forklift to fall backwards. The employee attempted to get off the forklift while it was falling and was crushed between the loading dock and the forklift overhead guard. The employee died from multiple crushing injuries.

Source: <https://www.osha.gov>

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Fatality File – Spanish

Un Empleado Muere Aplastado Entre el Bastidor de un Vehículo Industrial y el Muelle

A las 8:30 a. m. del 14 de marzo de 2023, un empleado que trabajaba como técnico de climatización para una empresa de calefacción y fontanería comercial estaba trabajando con dos compañeros. El equipo estaba retirando una gran bobina de refrigeración de un almacén frigorífico de setas para cargarla en un camión con caja abierta. El empleado retrocedió con el camión hasta el muelle de carga del almacén. El equipo colocó la unidad de serpentín sobre un bastidor de madera con ruedas e intentó empujarla al camión desde el muelle de carga, pero no lo consiguió. Tras fracasar en el intento de cargar manualmente la unidad en el camión, el empleado consiguió una carretilla elevadora eléctrica propiedad del almacén e intentó

empujar/levantar la unidad de serpentín para colocarla en el camión. Mientras cargaba la unidad, el camión se desplazó hacia adelante cuando la carretilla elevadora aún no estaba completamente sobre el camión, lo que provocó que la carretilla se cayera hacia atrás. El empleado intentó bajarse de la carretilla elevadora mientras caía y quedó aplastado entre el muelle de carga y la protección superior de la carretilla. El empleado falleció a causa de múltiples lesiones por aplastamiento.

Fuente: [Osha.gov](https://www.osha.gov)

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Working in cold storage or freezer areas isn't just uncomfortable, it changes how your body and mind work. The cold stiffens muscles, numbs fingers, and slows reaction time, while icy floors and tight spaces leave little room for error. A moment of lost grip or balance can quickly lead to strains, slips, frostbite, or serious injuries, especially when you're lifting, rushing, or focused on getting in and out as fast as possible.

WHAT'S THE DANGER

The danger in cold storage and freezer work is that extreme cold quietly reduces your ability to react and protect yourself. Cold temperatures numb hands, stiffen muscles, and slow movement, making slips, drops, and handling mistakes more likely while working on hard, icy surfaces.

Cumulative Cold Exposure

Short entries may feel manageable, but repeated exposure adds up. Over time, cold stress, numbness, and fatigue increase the chance of mistakes that can lead to serious injuries.

How Cold Affects Your Body and Awareness

Reduced blood flow can decrease grip strength and coordination, while bulky cold-weather PPE can limit movement and visibility. As time in the freezer increases, fatigue and cold stress build, raising the risk of strains, sprains, and delayed reactions during routine tasks.

High-Risk Situations in Cold Storage Work

- Slippery or icy floors that increase slip and fall risk
- Handling heavy or awkward loads with reduced grip and dexterity
- Moving quickly in and out of freezers to limit cold exposure
- Condensation or ice buildup near doors and walkways
- Tight aisles, racking, and limited visibility

HOW TO PROTECT YOURSELF

Staying safe in cold storage and freezer areas means planning ahead, slowing down, and paying attention to how the cold affects your body. Small decisions made early can prevent slips, cold stress, and serious injuries.

Warning Signs You Should Not Ignore

- Numbness or tingling in fingers, hands, or toes
- Loss of grip strength or dropping items
- Stiff or clumsy movements
- Shivering or unusual fatigue

Dress and Gear for the Cold

Wear layered, insulated clothing that allows movement, keep gloves dry to maintain grip, and use slip resistant footwear designed for

icy floors. Replace wet gloves or socks immediately and never work in freezers with inadequate cold weather PPE.

What to Do If the Cold Starts Affecting You

If your hands feel numb, your grip weakens, or your movements become stiff or clumsy, stop the task and exit the cold area to warm up. Replace wet gloves or clothing, regain full control and sensation, and only return when you can safely handle loads and maintain balance. Pushing through cold stress or numbness greatly increases the risk of slips, drops, and serious injuries.

Move Slower Than You Think You Need To

Cold stiffens muscles and reduces balance. Take short, controlled steps, avoid sudden turns, and keep loads close to your body. Rushing to get out of the freezer is one of the biggest causes of slips and strains.

Limit Time Inside the Freezer

Plan your task before entering so you are not wandering or searching in the cold. Shorter, purposeful entries reduce cold stress, fatigue, and the chance of mistakes caused by numb hands or slowed reactions.

Fix the Hazard or Stop the Job

Ice buildup, slippery floors, blocked exits, or equipment that is hard to use with gloves on should be corrected immediately. If it cannot be fixed right away, stop work and report it.

FINAL WORD

Cold storage and freezer work may feel routine, but the cold quietly increases risk with every minute you're inside. Slow down, listen to your body, and speak up early because preventing cold stress and slips is always easier than recovering from an injury.

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Picture This



This image shows a worker inside a large cold storage freezer, surrounded by stacked pallets and frosted metal shelving. The air is dim, the floor is slick with thin ice buildup, and the worker's breath is visible in the freezing temperature. As they move a load

with a pallet jack, their boots begin to lose traction, and their hands stiffen from the cold. In this environment, even a simple task becomes more dangerous because cold slows reaction time and reduces grip strength.

Cold storage hazards go beyond discomfort. Workers face increased risk of slips and falls, frostbite, cold stress, and being trapped in isolated freezer spaces where help may not arrive quickly. Poor visibility, heavy equipment traffic, and icy surfaces can lead to crushing injuries or fatal incidents in seconds. Always wear proper thermal PPE, use slip-resistant footwear, maintain clear communication, monitor time spent in extreme cold, and ensure freezer areas have emergency exits, alarms, and safe work procedures. In cold storage, the chill itself can become a serious workplace hazard.

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Picture This – Spanish



Esta imagen muestra a un trabajador dentro de un gran congelador industrial, rodeado de palés apilados y estanterías metálicas escarchadas. El aire es turbio, el piso está resbaladizo por la acumulación de una fina capa de hielo y el aliento del trabajador es visible debido a la temperatura bajo cero. Mientras mueven una carga con una transpaleta, sus botas comienzan a perder tracción y sus manos se entumecen por el frío. En este entorno, incluso una tarea sencilla se vuelve más peligrosa porque el frío ralentiza el tiempo de reacción y reduce la fuerza de agarre.

Los peligros de los almacenes frigoríficos van más allá de la incomodidad. Los trabajadores se enfrentan a un mayor riesgo de resbalones y caídas, congelación, estrés por frío y quedar atrapados en espacios aislados del congelador donde la ayuda puede no llegar rápidamente. La mala visibilidad, el tráfico de maquinaria pesada y las superficies heladas pueden provocar

lesiones por aplastamiento o accidentes mortales en cuestión de segundos. Utilice siempre equipo de protección personal térmico adecuado, calzado antideslizante, mantenga una comunicación clara, controle el tiempo que pasa en condiciones de frío extremo y asegúrese de que las zonas de congelación cuenten con salidas de emergencia, alarmas y procedimientos de trabajo seguros. En los almacenes frigoríficos, el frío en sí mismo puede convertirse en un grave peligro en el lugar de trabajo.

Cold Storage & Freezer Work: Unique Risks of Chill Environments Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los Trabajar en cámaras frigoríficas o congeladoras no solo es incómodo, sino que también altera el funcionamiento del cuerpo y la mente. El frío endurece los músculos, entumece los dedos y ralentiza el tiempo de reacción, mientras que los pisos helados y los espacios reducidos dejan poco margen para el error. Un momento de pérdida de agarre o equilibrio puede provocar rápidamente esguinces, resbalones, congelaciones o lesiones graves, especialmente cuando se levantan objetos, se tiene prisa o se está concentrado en entrar y salir lo más rápido posible.

CUÁL ES EL PELIGRO

El peligro del trabajo en cámaras frigoríficas y congeladores es que el frío extremo reduce silenciosamente la capacidad de

reaccionar y protegerse. Las bajas temperaturas entumecen las manos, endurecen los músculos y ralentizan los movimientos, lo que aumenta la probabilidad de resbalones, caídas y errores de manipulación al trabajar sobre superficies duras y heladas.

Exposición Acumulada al Frío

Las entradas breves pueden parecer manejables, pero la exposición repetida se acumula. Con el tiempo, el estrés por frío, el entumecimiento y la fatiga aumentan la posibilidad de cometer errores que pueden provocar lesiones graves.

Cómo Afecta el Frío a su Cuerpo y a su Conciencia

La reducción del flujo sanguíneo puede disminuir la fuerza de agarre y la coordinación, mientras que los voluminosos equipos de protección personal para climas fríos pueden limitar el movimiento y la visibilidad. A medida que aumenta el tiempo en el congelador, la fatiga y el estrés por frío se acumulan, lo que aumenta el riesgo de distensiones, esguinces y reacciones tardías durante las tareas rutinarias.

Situaciones de Alto Riesgo en el Trabajo en Cámaras Frigoríficas

- Suelos resbaladizos o helados que aumentan el riesgo de resbalones y caídas
- Manipulación de cargas pesadas o incómodas con menor agarre y destreza
- Entrada y salida rápida de los congeladores para limitar la exposición al frío
- Condensación o acumulación de hielo cerca de puertas y pasillos
- Pasillos estrechos, estanterías y visibilidad limitada

COMO PROTEGERSE

Para mantenerse seguro en las áreas de almacenamiento en frío y congelación, es necesario planificar con anticipación, reducir la velocidad y prestar atención a cómo el frío afecta a su cuerpo. Las pequeñas decisiones tomadas a tiempo pueden prevenir

resbalones, estrés por frío y lesiones graves.

Señales de Advertencia que no Debe Ignorar

- Entumecimiento u hormigueo en los dedos de las manos, las manos o los dedos de los pies
- Pérdida de fuerza en las manos o caída de objetos
- Movimientos rígidos o torpes
- Temblores o fatiga inusual

Ropa y Equipo para el Frío

Lleve ropa aislante en capas que le permita moverse, mantenga los guantes secos para conservar el agarre y utilice calzado antideslizante diseñado para suelos helados. Cambie inmediatamente los guantes o calcetines mojados y nunca trabaje en congeladores con un equipo de protección personal inadecuado para el frío.

Qué Hacer si el Frío Empieza a Afectarle

Si siente entumecimiento en las manos, su fuerza de agarre se debilita o sus movimientos se vuelven rígidos o torpes, detenga la tarea y salga de la zona fría para entrar en calor. Reemplace los guantes o la ropa mojados, recupere el control y la sensibilidad completos, y solo regrese cuando pueda manejar cargas de forma segura y mantener el equilibrio. Seguir trabajando a pesar del estrés por frío o el entumecimiento aumenta considerablemente el riesgo de resbalones, caídas y lesiones graves.

Muévase más Despacio de lo que Cree que Necesita

El frío endurece los músculos y reduce el equilibrio. Dé pasos cortos y controlados, evite giros bruscos y mantenga las cargas cerca del cuerpo. Salir apresuradamente del congelador es una de las principales causas de resbalones y esguinces.

Limite el Tiempo Dentro del Congelador

Planifique su tarea antes de entrar para no estar deambulando o buscando en el frío. Las entradas más cortas y con un propósito reducen el estrés por frío, la fatiga y la posibilidad de cometer errores causados por las manos entumecidas o las reacciones

lentas.

Corrija el Peligro o Detenga el Trabajo

La acumulación de hielo, los pisos resbaladizos, las salidas bloqueadas o los equipos que son difíciles de usar con guantes deben corregirse de inmediato. Si no se puede arreglar de inmediato, detenga el trabajo y reporte el problema.

CONCLUSIÓN

El trabajo en cámaras frigoríficas y congeladores puede parecer rutinario, pero el frío aumenta silenciosamente el riesgo con cada minuto que pasas dentro. Reduce la velocidad, escucha a tu cuerpo y avisa a tiempo, porque prevenir el estrés por frío y los resbalones siempre es más fácil que recuperarse de una lesión.

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard Picture This



This image shows a grocery employee moving quickly down a busy aisle during a rush, carrying a box of stocked merchandise. The floor looks clean at first glance, but a small spill near the refrigerated section has spread into a thin, nearly invisible slick. The worker steps forward without noticing, their foot slides suddenly, and they lose balance in an instant. With no warning sign, no cleanup in place, and customers nearby, a routine task becomes a serious fall hazard.

Slips, trips, and falls in retail often happen when workers are rushing, carrying loads that block their view, or walking across wet tile, loose mats, uneven flooring, or cluttered backroom

areas. A single fall can cause severe injuries such as broken bones, head trauma, or long-term back damage. Always clean spills immediately, place proper signage, wear slip-resistant footwear, keep walkways clear, and slow down when conditions change. In retail, the most dangerous hazard is often the one you never see coming.

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

In retail and grocery work, the biggest hazards are often right under your feet and easy to miss. Spilled liquids, condensation, loose mats, damaged flooring, or cluttered aisles can turn a normal shift into a painful fall in seconds. One slip or trip can mean sprains, broken bones, missed work, or long-term injuries, and it doesn't just affect the worker it disrupts customers, coworkers, and the entire store. The risk is constant because the floor conditions change all day, often without warning.

WHAT'S THE DANGER

The danger in retail and grocery work is that slip and trip hazards can appear suddenly and blend into the normal flow of the store. Floors change constantly due to spills, foot traffic, cleaning activities, and product movement, giving workers little time to notice and react.

Everyday Floor Hazards You Can Miss

- Liquid spills from products, refrigeration units, or cleaning
- Wet floors from mopping, rain, or tracked-in moisture
- Loose, curled, or poorly placed floor mats
- Cluttered aisles, boxes, cords, or stocking equipment
- Uneven flooring, damaged tiles, or surface transitions

Constantly Changing Floor Conditions

Spills, leaks, condensation, loose mats, damaged tiles, and uneven surfaces can develop at any moment. Because employees are often focused on customers, stocking, or moving carts, these hazards may go unnoticed until a slip or trip occurs.

Rushing, Distraction, and Line-of-Sight Issues

Working at a fast pace, carrying items, pushing carts, or navigating crowded aisles reduces visibility and balance, increasing the risk of sudden slips, trips, and falls.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Preventing slips, trips, and falls in retail and grocery settings requires constant attention because floor conditions can change minute by minute. Safety depends on recognizing hazards early, adjusting how you move, and taking action before a small issue turns into a serious injury.

Control the Floor Before It Controls You

Treat every spill, leak, or obstruction as urgent. Even a small amount of liquid or a slightly curled mat can cause a hard fall on tile or concrete floors.

Move With Stability, Not Speed

Rushing increases the chance of slipping, especially when turning corners, stepping out of coolers, or moving between dry and wet surfaces. Take shorter steps, avoid sudden direction changes, and keep your body centered over your feet especially when floors look shiny or recently cleaned.

Footwear and Traction Matter

Slip-resistant shoes are a critical line of defense. Worn soles, smooth tread, or non-slip shoes past their service life reduce traction and increase fall risk. Shoes should fit properly, provide heel support, and be replaced when tread wears down.

Keep Your Vision and Balance Clear

Carrying boxes, stocking carts too high, or focusing only on customers can block your view of the floor. Always scan ahead, slow down in high-traffic areas, and use carts or dollies instead of hand-carrying whenever possible.

Key Actions That Prevent Falls

- Clean spills immediately or secure the area until cleaned
- Place wet-floor signs during mopping, leaks, or weather-related moisture
- Keep mats flat, secured, and replaced when damaged
- Maintain clear aisles free of boxes, cords, and stocking tools
- Use slip-resistant footwear suitable for retail environments
- Slow down in entrances, coolers, freezers, and loading areas
- Report damaged flooring, leaks, and near-miss incidents right away

What to Do If Something Feels Unsafe

If you notice slick floors, feel unstable, or nearly slip, stop and reassess before continuing. Warn nearby workers, block the hazard if needed, and report it immediately. If a fall occurs, get medical attention and report it right away even minor injuries can worsen if ignored.

FINAL WORD

Slips, trips, and falls in retail and grocery work happen fast and often without warning, but most are preventable when hazards are handled immediately. Slow down, stay alert to changing floor conditions, and speak up because one quick action can prevent a

painful injury.

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

En el trabajo en tiendas y supermercados, los mayores peligros suelen estar justo debajo de tus pies y son fáciles de pasar por alto. Los líquidos derramados, la condensación, las alfombras sueltas, los pisos dañados o los pasillos desordenados pueden convertir un turno normal en una dolorosa caída en cuestión de segundos. Un resbalón o tropiezo puede provocar esguinces, fracturas, ausencias al trabajo o lesiones a largo plazo, y no solo afecta al trabajador, sino que también perturba a los clientes, a los compañeros de trabajo y a toda la tienda. El riesgo es constante porque las condiciones del piso cambian a lo largo del día, a menudo sin previo aviso.

CUÁL ES EL PELIGRO

El peligro en el trabajo en tiendas minoristas y supermercados es que los riesgos de resbalones y tropiezos pueden aparecer de repente y mezclarse con el flujo normal de la tienda. Los pisos cambian constantemente debido a derrames, tráfico peatonal, actividades de limpieza y movimiento de productos, lo que da a los

trabajadores poco tiempo para darse cuenta y reaccionar.

Peligros Cotidianos en el Piso que Pueden pasar Desapercibidos

- Derrames de líquidos de productos, unidades de refrigeración o limpieza
- Suelos mojados por fregar, lluvia o humedad arrastrada.
- Alfombrillas sueltas, enrolladas o mal colocadas.
- Pasillos, cajas, cables o equipos de almacenamiento desordenados.
- Suelos irregulares, baldosas dañadas o transiciones en la superficie.

Condiciones del Suelo en Constante Cambio

Los derrames, las fugas, la condensación, las alfombrillas sueltas, las baldosas dañadas y las superficies irregulares pueden aparecer en cualquier momento. Dado que los empleados suelen estar concentrados en los clientes, el almacenamiento o el movimiento de carros, estos peligros pueden pasar desapercibidos hasta que se produce un resbalón o un tropiezo.

Problemas de Prisa, Distracción y Línea de Visión

Trabajar a un ritmo rápido, transportar artículos, empujar carros o desplazarse por pasillos abarrotados reduce la visibilidad y el equilibrio, lo que aumenta el riesgo de resbalones, tropiezos y caídas repentinas.

COMO PROTEGERSE

Prevenir resbalones, tropiezos y caídas en tiendas y supermercados requiere una atención constante, ya que las condiciones del piso pueden cambiar en cuestión de minutos. La seguridad depende de reconocer los peligros a tiempo, ajustar la forma de moverse y tomar medidas antes de que un pequeño problema se convierta en una lesión grave.

Controle el Piso Antes de que él lo Controle a Usted.

Trate cada derrame, fuga u obstrucción como algo urgente. Incluso

una pequeña cantidad de líquido o una alfombra ligeramente curvada pueden provocar una caída grave en pisos de baldosas o concreto.

Muévase con Estabilidad, no con Velocidad.

Las prisas aumentan la posibilidad de resbalar, especialmente al girar en las esquinas, salir de las cámaras frigoríficas o moverse entre superficies secas y mojadas. Dé pasos más cortos, evite los cambios bruscos de dirección y mantenga el cuerpo centrado sobre los pies, especialmente cuando los pisos estén brillantes o recién limpiados.

El Calzado y la Tracción son Importantes

Los zapatos antideslizantes son una línea de defensa fundamental. Las suelas desgastadas, las bandas de rodadura lisas o los zapatos antideslizantes que han superado su vida útil reducen la tracción y aumentan el riesgo de caídas. Los zapatos deben ajustarse correctamente, proporcionar soporte al talón y sustituirse cuando la banda de rodadura se desgaste.

Mantenga una Visión y un Equilibrio Claros

Llevar cajas, carros de almacenamiento demasiado altos o centrarse solo en los clientes puede bloquear su visión del piso. Observe siempre lo que hay delante, reduzca la velocidad en las zonas de mucho tráfico y utilice carros o carretillas en lugar de llevar las cosas en la mano siempre que sea posible.

Acciones Clave para Prevenir Caídas

- Limpie los derrames inmediatamente o asegure la zona hasta que se limpie.
- Coloque señales de suelo mojado durante el fregado, las fugas o la humedad relacionada con el clima.
- Mantenga las alfombrillas planas, aseguradas y sustitúyalas cuando estén dañadas.
- Mantenga los pasillos despejados, sin cajas, cables ni herramientas de almacenamiento.
- Utilice calzado antideslizante adecuado para entornos minoristas.

- Reduzca la velocidad en las entradas, las cámaras frigoríficas, los congeladores y las zonas de carga.
- Informe inmediatamente de suelos dañados, fugas e incidentes que casi provocan accidentes.

Qué Hacer si Algo Parece Inseguro

Si nota que el suelo está resbaladizo, se siente inestable o casi resbala, deténgase y evalúe la situación antes de continuar. Advierta a los trabajadores cercanos, bloquee el peligro si es necesario e informe de ello inmediatamente. Si se produce una caída, busque atención médica e informe de ello inmediatamente, ya que incluso las lesiones leves pueden empeorar si se ignoran.

CONCLUSIÓN

Los resbalones, tropiezos y caídas en el trabajo en tiendas y supermercados ocurren rápidamente y a menudo sin previo aviso, pero la mayoría se pueden prevenir si se actúa de inmediato ante los peligros. Reduzca la velocidad, manténgase alerta a los cambios en las condiciones del piso y comunique cualquier problema, ya que una acción rápida puede evitar una lesión dolorosa.

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard

Stats and Facts

FACTS

1. **Wet Floor Exposure:** Spills from beverages, produce misting, melting ice, or cleaning leave slick surfaces that cause sudden loss of footing.
2. **Uneven Surfaces:** Transition points between tile, mats, ramps, and loading areas create small height changes that trigger trips.
3. **Cluttered Aisles:** Stock carts, boxes, pallets, and restocking activity narrow walkways and force awkward steps around obstacles.
4. **Poor Traction Footwear:** Smooth or worn soles reduce grip on polished floors, especially in refrigerated or wet areas.
5. **Lighting Gaps:** Burned-out bulbs or glare hide spills and floor defects, delaying hazard detection.
6. **Entrance Slush Zones:** Rain, snow, and ice tracked indoors create high-risk slip areas near doors where moisture accumulates and refreezes.

STATS

- Slip, trip, and fall injuries account for about 27% of nonfatal injuries in U.S. retail trade workplaces, according to the Bureau of Labor Statistics.
- U.S. data show the median time away from work for same-level fall injuries is 14 days, indicating significant disruption even without height (BLS).
- In Canada, slips and falls represent roughly 20% of lost-time injury claims in retail and wholesale sectors (provincial WCBs; summarized by the Canadian Centre for Occupational Health and Safety).
- Slips, trips, and falls caused over 240,000 nonfatal injuries requiring days away from work across US industries in 2024, with retail (including grocery) frequently cited

for trip hazards from merchandise, spills, and uneven flooring.

- In Canada, slips, trips, and falls account for approximately 20% of workplace injuries in British Columbia (about 7,000 workers annually from 2020-2024), with retail and grocery sectors impacted by wet floors and clutter in high-traffic areas.
 - In Western Canada, STF injuries cost businesses over \$148 million annually in compensation and 440,000 lost workdays (2020-2024), with grocery stores seeing frequent claims from spills, leaks, and poor housekeeping.
-

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Exposición a Pisos Mojados:** los derrames de bebidas, la neblina de los productos, el hielo derretido o la limpieza dejan superficies resbaladizas que provocan pérdidas repentinas del equilibrio.
2. **Superficies Irregulares:** los puntos de transición entre baldosas, tapetes, rampas y áreas de carga crean pequeños cambios de altura que provocan tropiezos.
3. **Pasillos Desordenados:** los carros de mercancías, las cajas, los palés y las actividades de reabastecimiento estrechan los pasillos y obligan a dar pasos incómodos para sortear los obstáculos.
4. **Calzado con Poca Tracción:** Las suelas lisas o desgastadas reducen el agarre en suelos pulidos, especialmente en áreas refrigeradas o húmedas.

5. **Fallos en la Iluminación:** Las bombillas fundidas o el deslumbramiento ocultan derrames y defectos en el piso, lo que retrasa la detección de peligros.
6. **Zonas de Nieve Derretida en la Entrada:** La lluvia, la nieve y el hielo que se introducen en el interior crean zonas de alto riesgo de resbalones cerca de las puertas, donde se acumula la humedad y se vuelve a congelar.

ESTADÍSTICAS

- Las lesiones por resbalones, tropiezos y caídas representan alrededor del 27 % de las lesiones no mortales en los lugares de trabajo del sector minorista de EE. UU., según la Oficina de Estadísticas Laborales.
- Los datos de EE. UU. muestran que la mediana del tiempo de baja laboral por lesiones por caídas sin cambio de nivel es de 14 días, lo que indica una interrupción significativa incluso sin que haya altura de por medio (BLS).
- En Canadá, los resbalones y las caídas representan aproximadamente el 20 % de las reclamaciones por lesiones con tiempo de baja en los sectores minorista y mayorista (WCB provinciales; resumido por el Centro Canadiense de Salud y Seguridad Ocupacional).
- Los resbalones, tropiezos y caídas causaron más de 240 000 lesiones no mortales que requirieron días de baja laboral en todas las industrias de EE. UU. en 2024, y el comercio minorista (incluidos los supermercados) fue citado con frecuencia por riesgos de tropiezos debido a la mercancía, derrames y suelos irregulares.
- En Canadá, los resbalones, tropiezos y caídas representan aproximadamente el 20 % de las lesiones laborales en Columbia Británica (unos 7000 trabajadores al año entre 2020 y 2024), y los sectores minorista y de alimentación se ven afectados por suelos mojados y desorden en zonas de mucho tránsito.
- En el oeste de Canadá, las lesiones por resbalones, tropiezos y caídas (STF) le cuestan a las empresas más de 148 millones de dólares al año en indemnizaciones y 440 000

días de trabajo perdidos (2020-2024), y las tiendas de comestibles reciben reclamaciones frecuentes por derrames, fugas y falta de limpieza.

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard Fatality File

Employee Dies After Fall From Ladder While Stocking Shelves

At 12:00 a.m. on August 23, 2022, an employee was stocking shelves from a ladder at a home improvement retail store. The employee fell from the 7-1/2 foot ladder and struck his head. The employee was transported to the hospital, where he later died from the head injury.

Source: <https://www.osha.gov>

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard Fatality File – Spanish

Un Empleado Fallece tras Caer de una Escalera Mientras Reponía Productos en los Estantes

A las 12:00 a. m. del 23 de agosto de 2022, un empleado estaba reponiendo productos en los estantes desde una escalera en una tienda minorista de artículos para el hogar. El empleado se cayó de la escalera de 2,3 metros y se golpeó la cabeza. El empleado fue trasladado al hospital, donde falleció más tarde a causa de la lesión en la cabeza.

Fuente: <https://www.osha.gov>

Retail & Grocery: Slips, Trips and the Unseen Floor Hazard Picture This – Spanish



Esta imagen muestra a un empleado de una tienda de comestibles moviéndose rápidamente por un pasillo concurrido durante una hora punta, llevando una caja con mercancía almacenada. A primera vista, el piso parece limpio, pero un pequeño derrame cerca de la sección de refrigerados se ha extendido formando una fina capa casi invisible. El trabajador avanza sin darse cuenta, su pie resbala de repente y pierde el equilibrio en un instante. Sin señales de advertencia, sin limpieza y con clientes cerca, una tarea rutinaria se convierte en un grave peligro de caída.

Los resbalones, tropiezos y caídas en el comercio minorista suelen producirse cuando los trabajadores van con prisa, llevan cargas

que les bloquean la vista o caminan sobre baldosas mojadas, alfombras sueltas, suelos irregulares o zonas traseras desordenadas. Una sola caída puede provocar lesiones graves, como fracturas óseas, traumatismos craneales o daños crónicos en la espalda. Limpie siempre los derrames de inmediato, coloque la señalización adecuada, use calzado antideslizante, mantenga los pasillos despejados y reduzca la velocidad cuando cambien las condiciones. En el comercio minorista, el peligro más grave suele ser aquel que nunca se ve venir.

Stairways & Ramps – The Forgotten Fall Zones in Facilities Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Stairways and ramps are used every day, so it's easy to forget how quickly they can turn dangerous. Wet steps, worn treads, poor lighting, or clutter can turn a routine walk into a sudden fall, leading to sprains, broken bones, head injuries, or long-term mobility issues. Because these areas connect busy parts of a facility, one fall doesn't just hurt the person involved, it can disrupt operations, block access routes, and put others at risk as well.

WHAT'S THE DANGER

The danger with stairways and ramps is that falls happen fast and often without warning. A missed step, a slick surface, or a moment of distraction can lead to a loss of balance, sending someone down hard surfaces with little chance to recover.

Why Falls on Stairs and Ramps Are More Severe?

Stairs and ramps increase fall severity because of elevation, forward momentum, and hard landings. A slip can turn into multiple impacts, increasing the risk of broken bones, head injuries, and serious trauma. Even a short fall can cause significant injury due to awkward body positions and repeated contact with steps or railings.

Hidden and Overlooked Hazards

- Wet or slippery steps and ramp surfaces
- Worn treads, damaged nosing, or uneven steps
- Poor lighting or shadows that hide edges
- Clutter, cords, or objects left on steps or landings
- Missing, loose, or unused handrails

These hazards often blend into the environment, making them easy to miss during routine movement through the facility.

When Risk Increases

Risk is higher when people are rushing, carrying items that block their view, using phones, wearing worn footwear, or moving through stairs and ramps during cleaning, bad weather, or low-light conditions. Fatigue and familiarity with the area can also lead to complacency and missed warning signs.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Stairways and ramps are transition zones where people tend to relax their attention, but they require the same focus as any active work area. Small distractions or shortcuts in these spaces can quickly lead to serious falls.

Safe Practices for Using Stairs and Ramps

These practices focus on slowing down, staying aware, and making small adjustments that greatly reduce fall risk.

1. **Slow Your Pace and Stay Focused:** Rushing, multitasking, or

checking your phone makes it easy to miss a wet step or uneven edge. Move at a controlled pace, especially at the top and bottom of stairs and ramps where balance shifts suddenly.

2. **Use Handrails as a Safety Tool:** Handrails are not just for emergencies. Keeping at least one hand on the rail helps maintain balance and can stop a slip from turning into a hard fall.
3. **Keep Your Line of Sight Clear:** Avoid carrying loads that block your view of steps or ramp surfaces. If you cannot see where you are stepping, make multiple trips or use carts so you are not guessing you're footing.
4. **Choose Footwear That Matches the Surface:** Worn or smooth soles reduce traction, especially on metal, painted, or wet stair surfaces. Shoes with good grip and proper support significantly reduce slip risk.

What to Do When You See a Hazard

- Stop and slow down before entering the area
- Avoid the hazard or use another route if possible
- Report wet steps, clutter, damaged treads, or loose handrails immediately
- Warn others nearby so they do not walk into the same danger

Paying attention, slowing down, and speaking up are the most effective ways to prevent serious falls on stairs and ramps.

Watch for Environmental Changes

Lighting, shadows, glare, weather, and cleaning activities can change stair and ramp conditions quickly. Do not assume conditions are the same as earlier in the day, even in familiar areas.

FINAL WORD

Stairways and ramps may feel routine, but they demand attention every time you use them. Slow down, stay alert, and speak up when something looks unsafe because one missed step can change everything.

Stairways & Ramps – The Forgotten Fall Zones in Facilities Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Las escaleras y rampas se utilizan a diario, por lo que es fácil olvidar lo rápido que pueden volverse peligrosas. Los escalones mojados, los peldaños desgastados, la mala iluminación o el desorden pueden convertir un paseo rutinario en una caída repentina, lo que puede provocar esguinces, fracturas óseas, lesiones en la cabeza o problemas de movilidad a largo plazo. Dado que estas zonas conectan las partes más transitadas de una instalación, una caída no solo perjudica a la persona afectada, sino que también puede interrumpir las operaciones, bloquear las vías de acceso y poner en peligro a otras personas.

CUÁL ES EL PELIGRO

El peligro de las escaleras y rampas es que las caídas ocurren rápidamente y, a menudo, sin previo aviso. Un paso en falso, una superficie resbaladiza o un momento de distracción pueden provocar una pérdida de equilibrio y hacer que alguien caiga sobre

superficies duras con pocas posibilidades de recuperarse.

¿Por qué las Caídas en Escaleras y Rampas son más Graves?

Las escaleras y las rampas aumentan la gravedad de las caídas debido a la elevación, el impulso hacia adelante y los aterrizajes duros. Un resbalón puede convertirse en múltiples impactos, lo que aumenta el riesgo de fracturas óseas, lesiones en la cabeza y traumatismos graves. Incluso una caída corta puede causar lesiones importantes debido a las posiciones incómodas del cuerpo y al contacto repetido con los escalones o las barandillas.

Peligros Ocultos y Pasados por Alto

- Escalones y superficies de rampas mojados o resbaladizos
- Escalones desgastados, bordes dañados o escalones desiguales
- Mala iluminación o sombras que ocultan los bordes
- Desorden, cables u objetos dejados en los escalones o rellanos
- Barandillas faltantes, sueltas o sin usar

Estos peligros a menudo se mezclan con el entorno, lo que hace que sean fáciles de pasar por alto durante los movimientos rutinarios por las instalaciones.

Cuando Aumenta el Riesgo

El riesgo es mayor cuando las personas tienen prisa, llevan objetos que les bloquean la vista, utilizan el teléfono, llevan calzado desgastado o se desplazan por escaleras y rampas durante la limpieza, con mal tiempo o en condiciones de poca luz. El cansancio y la familiaridad con la zona también pueden llevar a la complacencia y a pasar por alto las señales de advertencia.

COMO PROTEGERSE

Las escaleras y rampas son zonas de transición en las que las personas tienden a relajar su atención, pero requieren la misma concentración que cualquier área de trabajo activa. Las pequeñas distracciones o los atajos en estos espacios pueden provocar rápidamente caídas graves.

Prácticas Seguras para Usar Escaleras y Rampas

Estas prácticas se centran en reducir la velocidad, mantenerse alerta y realizar pequeños ajustes que reducen en gran medida el riesgo de caídas.

1. **Reduzca la Velocidad y Manténgase Concentrado:** correr, realizar varias tareas a la vez o mirar el teléfono hace que sea fácil pasar por alto un escalón mojado o un borde irregular. Muévase a un ritmo controlado, especialmente en la parte superior e inferior de las escaleras y rampas, donde el equilibrio cambia repentinamente.
2. **Utilice los Pasamanos como Herramienta de Seguridad:** los pasamanos no son solo para emergencias. Mantener al menos una mano en el pasamanos ayuda a mantener el equilibrio y puede evitar que un resbalón se convierta en una caída grave.
3. **Mantenga Despejada su Línea de Visión:** evite llevar cargas que le impidan ver los escalones o la superficie de las rampas. Si no puede ver dónde pisa, haga varios viajes o utilice carritos para no tener que adivinar dónde pone los pies.
4. **Elija Calzado Adecuado para la Superficie:** las suelas desgastadas o lisas reducen la tracción, especialmente en superficies metálicas, pintadas o mojadas. Los zapatos con buen agarre y soporte adecuado reducen significativamente el riesgo de resbalones.

Qué Hacer Cuando vea un Peligro

- Deténgase y reduzca la velocidad antes de entrar en la zona.
- Evite el peligro o utilice otra ruta si es posible.
- Informe inmediatamente de escalones mojados, desorden, peldaños dañados o barandillas sueltas.
- Advierta a otras personas cercanas para que no se expongan al mismo peligro.

Prestar atención, reducir la velocidad y avisar son las formas más eficaces de prevenir caídas graves en escaleras y rampas.

Esté Atento a los Cambios en el Entorno

La iluminación, las sombras, el resplandor, el clima y las actividades de limpieza pueden cambiar rápidamente las condiciones de las escaleras y rampas. No dé por sentado que las condiciones son las mismas que a primera hora del día, incluso en zonas conocidas.

CONCLUSIÓN

Las escaleras y rampas pueden parecer algo rutinario, pero requieren atención cada vez que las usas. Reduce la velocidad, mantente alerta y avisa cuando algo te parezca inseguro, porque un paso en falso puede cambiarlo todo.

Stairways & Ramps – The Forgotten Fall Zones in Facilities Stats and Facts

FACTS

1. **Wet or Polished Treads:** Cleaning residue, rainwater, or smooth finishes reduce traction on steps and ramps, causing sudden slips during ascent or descent
2. **Inconsistent Step Geometry:** Uneven riser heights or tread depths disrupt gait rhythm, increasing missteps and forward falls.
3. **Missing or Improper Handrails:** Absent, loose, or poorly

placed handrails remove a critical balance aid when workers stumble or carry loads.

4. **Ramp Grade Stress:** Slopes that are too steep increase braking forces on descent and push forces on ascent, elevating fall and overexertion risk.
5. **Transition Hazards:** Door thresholds and floor material changes at stair or ramp landings create unexpected edges that trigger trips.
6. **Lighting & Glare Issues:** Shadows, glare, or insufficient illumination hide step edges and slope changes, delaying hazard recognition.
7. **Load Carrying:** Boxes, tools, or carts block sightlines and tie up hands, reducing balance and increasing fall severity on stairs and ramps.

STATS

- In Canada, slips and falls—including those on stairs and ramps—represent roughly 20% of lost-time injury claims across multiple provinces (provincial WCBs summarized by CCOHS).
- In the US, falls on stairs and ramps caused 69,050 days-away-from-work injuries in private industry in 2022, representing 26% of all fall-to-lower-level cases.
- Stairway falls have the highest median days away from work among fall types – 20 days per case in US private industry (2022-2024), far exceeding same-level falls.
- Falls on stairs account for nearly 1 million emergency room visits annually in the US, with workplaces contributing a significant portion through poorly maintained or unmarked stairways (2020-2024 average).
- In Ontario alone, stairway and ramp falls caused over 3,800 lost-time injuries annually (2020-2023), costing employers hundreds of millions in direct and indirect costs.
- Workers aged 55+ suffer stairway falls at twice the rate of younger workers and take 50% longer to recover (median 28 days away vs. 14 days).

Stairways & Ramps – The Forgotten Fall Zones in Facilities Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. **Escalones Mojados o Pulidos:** los residuos de limpieza, el agua de lluvia o los acabados lisos reducen la tracción en los escalones y rampas, lo que provoca resbalones repentinos durante el ascenso o descenso.
2. **Geometría Irregular de los Escalones:** las alturas irregulares de los peldaños o la profundidad de los escalones alteran el ritmo de la marcha, lo que aumenta los pasos en falso y las caídas hacia adelante.
3. **Barandillas Ausentes o Inadecuadas:** las barandillas ausentes, sueltas o mal colocadas eliminan una ayuda fundamental para el equilibrio cuando los trabajadores tropiezan o transportan cargas.
4. **Esfuerzo en la Pendiente de la Rampa:** las pendientes demasiado pronunciadas aumentan las fuerzas de frenado en el descenso y las fuerzas de empuje en el ascenso, lo que eleva el riesgo de caídas y de esfuerzo excesivo.
5. **Peligros en las Transiciones:** Los umbrales de las puertas y los cambios en el material del piso en los rellanos de las escaleras o rampas crean bordes inesperados que provocan tropiezos.
6. **Problemas de Iluminación y Deslumbramiento:** Las sombras, el deslumbramiento o la iluminación insuficiente ocultan los bordes de los escalones y los cambios de pendiente, lo que retrasa la detección del peligro.

- 7. Transporte de Cargas:** Las cajas, las herramientas o los carritos bloquean la visión y ocupan las manos, lo que reduce el equilibrio y aumenta la gravedad de las caídas en escaleras y rampas.

ESTADÍSTICAS

- En Canadá, los resbalones y las caídas, incluidos los que se producen en escaleras y rampas, representan aproximadamente el 20 % de las reclamaciones por lesiones con baja laboral en varias provincias (comisiones provinciales de compensación laboral resumidas por el CCOHS).
 - En Estados Unidos, las caídas en escaleras y rampas causaron 69 050 días de baja laboral en la industria privada en 2022, lo que representa el 26 % de todos los casos de caídas a un nivel inferior.
 - Las caídas en escaleras tienen la mediana más alta de días de baja laboral entre los tipos de caídas: 20 días por caso en la industria privada de EE. UU. (2022-2024), lo que supera con creces las caídas al mismo nivel.
 - Las caídas en escaleras representan casi un millón de visitas a urgencias al año en EE. UU., y los lugares de trabajo contribuyen a una parte significativa de ellas debido al mal mantenimiento o la falta de señalización de las escaleras (media de 2020-2024).
 - Solo en Ontario, las caídas en escaleras y rampas causaron más de 3800 lesiones con pérdida de tiempo al año (2020-2023), lo que supuso un costo directo e indirecto de cientos de millones para los empleadores.
 - Los trabajadores mayores de 55 años sufren caídas en escaleras con el doble de frecuencia que los trabajadores más jóvenes y tardan un 50 % más en recuperarse (una media de 28 días de baja frente a 14 días).
-

Stairways & Ramps – The Forgotten Fall Zones in Facilities Picture This – Spanish



Esta imagen muestra a un trabajador bajando por la rampa de una instalación mientras lleva suministros en ambos brazos. La rampa parece normal, pero la superficie está ligeramente mojada por la lluvia y la iluminación es tenue cerca de la puerta. Sin ninguna mano libre para agarrarse a la barandilla y con la vista parcialmente bloqueada por la carga, el pie del trabajador resbala inesperadamente. En un instante, pierde el equilibrio en la pendiente y un trayecto rutinario entre áreas de trabajo se

convierte en un grave peligro de caída.

Las escaleras y las rampas son algunas de las zonas de peligro más ignoradas en las instalaciones, ya que los trabajadores las utilizan todos los días sin pensar. Pequeños cambios –agua, hielo, bordes irregulares, mala iluminación, falta de barandillas o prisas– pueden provocar caídas repentinas que causen fracturas, traumatismos craneales o lesiones de espalda a largo plazo. Mantenga siempre las superficies de paso secas y despejadas, utilice las barandillas, mantenga una iluminación adecuada, evite llevar cargas que bloqueen la visibilidad y reduzca la velocidad en las pendientes. Las caídas en rampas y escaleras se pueden prevenir, pero solo si estas vías de paso cotidianas se tratan como zonas de peligro real.

Stairways & Ramps – The Forgotten Fall Zones in Facilities Picture This



This image shows a worker walking down a facility ramp while carrying supplies in both arms. The ramp looks normal, but the surface is slightly wet from tracked-in rain, and the lighting is dim near the doorway. With no free hand on the railing and their view partially blocked by the load, the worker's foot slips unexpectedly. In an instant, they lose balance on the incline, and a routine trip between work areas becomes a serious fall hazard. Stairways and ramps are some of the most overlooked danger zones in facilities because workers use them every day without thinking. Small changes—water, ice, uneven edges, poor lighting, missing handrails, or rushing—can lead to sudden falls causing fractures, head trauma, or long-term back injuries. Always keep walking surfaces dry and clear, use handrails, maintain proper lighting, avoid carrying loads that block visibility, and slow down on slopes. Falls on ramps and stairs are preventable, but only if these everyday pathways are treated as real hazard areas.

Construction Demolition: Hidden Hazards Behind Every Wall Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El trabajo de demolición no consiste solo en derribar cosas, sino en todo lo que no se ve hasta que es demasiado tarde. Detrás de cada pared, techo o losa puede haber cables eléctricos con corriente, tuberías a presión, materiales peligrosos o estructuras debilitadas que pueden fallar en cuanto se alteren. Un corte incorrecto o un derrumbe inesperado pueden convertir una tarea rutinaria en una lesión grave, un incendio o incluso un accidente mortal.

CUÁL ES EL PELIGRO

La demolición es peligrosa porque elimina los sistemas que antes hacían que una estructura fuera estable y predecible. A medida que los materiales se cortan, se rompen o se separan, se exponen peligros ocultos y las condiciones pueden cambiar instantáneamente, lo que deja a los trabajadores poco tiempo para reaccionar.

Energía Incontrolada, Servicios Públicos y Fallos Estructurales

Las líneas eléctricas, las tuberías de gas, las tuberías de vapor y los sistemas presurizados pueden seguir activos detrás de las paredes o debajo de los suelos. Una vez alterados, pueden provocar descargas eléctricas, explosiones, incendios, inundaciones o liberaciones repentinas de energía. Al mismo tiempo, la eliminación de elementos que soportan carga puede provocar derrumbes parciales o totales sin previo aviso.

Riesgos Comunes de alto Riesgo en la Demolición

- Derrumbe inesperado de paredes, suelos o techos
- Contacto con servicios eléctricos, de gas o de agua activos
- Riesgo de caída de escombros y golpes
- Materiales peligrosos como amianto, polvo de sílice o plomo
- Polvo en el aire que reduce la visibilidad y la seguridad respiratoria
- Maquinaria pesada que opera en áreas estrechas o inestables

Condiciones Cambiantes y Tiempo de Escape Limitado

A medida que avanza la demolición, las zonas seguras cambian y las rutas de escape pueden desaparecer. Lo que era estable hace unos minutos puede volverse inestable después de un corte, por lo que siempre es fundamental estar atento a la situación.

COMO PROTEGERSE

La seguridad en la demolición comienza con la planificación y la conciencia constante. Debido a que las condiciones cambian rápidamente, protegerse significa pensar con anticipación, seguir los controles y estar listo para detener el trabajo en el momento en que algo no parezca estar bien.

Planifique Antes de Romper Algo.

Revise los planes de demolición, los planos y las evaluaciones de riesgos antes de comenzar el trabajo. Confirme que todos los servicios públicos estén identificados, aislados y bloqueados donde sea necesario. Nunca asuma que una línea está muerta o que una estructura es estable solo porque «debería estarlo».

Controle los Riesgos Estructurales y de Derrumbe.

Retire los materiales en la secuencia prevista y nunca retire elementos que soporten carga a menos que forme parte del método aprobado. Utilice soportes temporales, refuerzos o apuntalamientos según sea necesario, y manténgase alejado de paredes, suelos y techos sin soporte.

Gestione el Polvo, los Escombros y los Materiales Peligrosos.

Utilice métodos húmedos, ventilación o supresión de polvo para controlar los riesgos en el aire. Utilice el EPP adecuado, como respiradores, protección ocular, cascos, guantes y ropa de alta visibilidad. Detenga el trabajo inmediatamente si se sospecha que se ha descubierto amianto, plomo u otros materiales peligrosos.

Manténgase Alejado de los Equipos y los Objetos que Puedan Caer.

Mantenga las zonas de exclusión y siga las señales del observador cuando se estén utilizando equipos pesados. Nunca trabaje bajo cargas suspendidas o escombros inestables, y mantenga las herramientas y los materiales asegurados para evitar riesgos de caída.

Qué Hacer si Algo sale Mal

Si oye crujidos, ve movimientos, huele gas o descubre servicios públicos inesperados o materiales peligrosos, detenga el trabajo inmediatamente y diríjase a una zona segura. Avise a los trabajadores cercanos, aísole la zona e informe del problema a la supervisión. No reanude el trabajo hasta que se haya evaluado el peligro y se hayan establecido los controles.

Mantenga un Alto Nivel de Conciencia Situacional

Las condiciones cambian con cada corte y cada carga que se retira. Esté atento a nuevos peligros, comuníquese constantemente con su equipo y nunca se apresure en los trabajos de demolición: las acciones lentas y controladas salvan vidas.

CONCLUSIÓN

La demolición nunca es un trabajo rutinario. Cada pared, suelo y techo que se retira cambia el riesgo que le rodea, a menudo de formas que no se pueden prever. Cuando se trata de demolición, detener el trabajo para reevaluar la situación no es un retraso, es la forma de garantizar que todos vuelvan a casa sanos y salvos.

Construction Demolition: Hidden Hazards Behind Every Wall Stats and Facts

FACTS

1. **Structural Instability:** Removing walls, floors, or supports can trigger unexpected collapses when load paths are altered without warning.
2. **Hidden Utilities:** Live electrical lines, gas pipes, steam lines, or water mains may remain energized or pressurized behind walls, creating shock, explosion, or flooding hazards.
3. **Falling Debris:** Demolition releases uncontrolled debris from overhead, exposing workers below to struck-by injuries and head trauma.
4. **Silica & Dust Exposure:** Cutting, breaking, or crushing concrete and masonry releases respirable silica dust that damages lungs and causes long-term disease.
5. **Asbestos & Lead Disturbance:** Older buildings may contain asbestos insulation or lead-based materials that become airborne when disturbed during demolition.
6. **Confined Space Creation:** Partial demolition can create temporary enclosed spaces where oxygen levels drop or hazardous gases accumulate.

STATS

- Falls, struck-by, and caught-in/between hazards account for over 60% of construction fatalities in the United States, with demolition work heavily represented (BLS).
 - The U.S. construction industry recorded nearly 1,000 worker deaths in 2022, many involving structural collapse, falls, and heavy equipment (BLS).
 - Silica exposure contributes to over 100 U.S. worker deaths annually, with construction demolition being a primary source (CDC/NIOSH).
 - OSHA reports that more than 25% of demolition-related fatalities involve structural collapse or falling materials.
 - In Canada, construction fatalities (including demolition-related) reached approximately 872 in 2024, with falls from height as a leading cause, exacerbated by hidden structural issues in older buildings during partial demolitions.
 - Canadian construction injuries from slips, falls, and structural failures (common in demolition) numbered around 35,000 in 2024, with hidden hazards like unstable walls contributing to lost-time claims in high-risk sectors.
-

Construction Demolition: Hidden Hazards Behind Every Wall Fatality File

Employee dies when electrocuted during demolition of walls

At 2:15 p.m. on March 1, 2024, an employee working for a residential remodeler was engaged in remodeling a kitchen and

bathroom within a private residence. The employee was in the process of demolishing walls at which time he accessed the attic space. The employee contacted exposed 220-volt to 240-volt wiring in an open outlet box within the attic. The employee died when he was electrocuted.

Source: <https://www.osha.gov>