



WORKPLACE WINTER SAFETY

Department of Industrial Accidents, Office of Safety



THE **WORKPLACE SAFETY GRANT**
Being safe at work is **NO** accident!

► Slips, Trips, and Falls

According to the National Safety Council, in 2019, slips, trips, and falls accounted for the second-highest rate (27.47%) of nonfatal workplace injuries that required days away from work and the second-highest cause of death (16.5%) within the workplace.

► Best Practices for Being Safe at Work During Cold Weather

- Before, during, or after a storm, report walkways and surfaces that require deicing and sanding to your employer.
- Wearing shoes with good traction and taking shorter steps may help maintain your balance and optimize your reaction time should you lose your balance.
- In the cold, wearing gloves keeps your hands out of your pockets, allowing you to stay warm and use the handrails when available.
- Eat carbohydrates because they metabolize to produce energy relatively fast. Fatty foods may also be beneficial in reasonable amounts.
- When exiting a vehicle, swing your legs and place both feet flat on the ground to give yourself more stability.



► [Click here to learn more about the Workplace Safety Grant Program](#)



THE COMMONWEALTH OF MASSACHUSETTS
EXECUTIVE OFFICE OF LABOR AND WORKFORCE DEVELOPMENT



SEGURIDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO DURANTE EL INVIERNO

Departamento de Accidentes Industriales, Oficina de Seguridad

► Resbalones, Tropiezos y Caídas

De acuerdo con el Consejo Nacional de Seguridad, en 2019, los resbalones, tropiezos y caídas ocuparon el segundo puesto (27.4 %) de lesiones no fatales en el lugar de trabajo que obligó a ausentarse del trabajo por varios días, y fueron la segunda causa de fallecimientos (16.5 %) dentro del espacio laboral.

► Mejores Prácticas de Seguridad en el Trabajo Durante el Clima Frío

- Antes, durante o después de una tormenta, informe a su empleador sobre los caminos y superficies que requieren eliminación de hielo y vertido de arena.
- El uso de calzado con buena tracción y dar pasos más cortos puede ayudarle a mantener el equilibrio y optimizar su tiempo de reacción en caso de perder el equilibrio.
- Cuando hace frío, usar guantes permite mantener las manos fuera de los bolsillos; así podrá conservar el calor y usar los pasamanos disponibles.
- Consuma carbohidratos, ya que, al metabolizarse, producen energía de manera relativamente rápida. Los alimentos grasos también son beneficiosos en cantidades razonables.
- Al salir de un vehículo, mueva sus piernas y apoye bien los pies sobre el suelo para ganar mayor estabilidad.



[Haga clic aquí para conocer más sobre el Programa de Subsidios para la Seguridad en el Lugar de Trabajo](#)



SUBSIDIO PARA LUGAR DE TRABAJO SEGURO
¡La seguridad en el trabajo NO es accidental!



THE COMMONWEALTH OF MASSACHUSETTS
EXECUTIVE OFFICE OF LABOR AND WORKFORCE DEVELOPMENT