

# Safety Training for Agricultural Workers

## LADDER SAFETY



Ladders are handy, simple tools to use that can help you do your work harvesting tree fruit. But if they are not maintained properly, they can be unsafe. Falls are one of the leading causes of workplace deaths, resulting in 113 fatalities in 2011 and nearly 16,000 injuries that caused workers to miss more than one day of work. Accidents can occur if a ladder is faulty or was set up or is used improperly.

Employees must know the rules for safe ladder use and how to inspect, maintain and store ladders used in the workplace. The materials that go into ladders are designed and engineered to last indefinitely if they are cared for and not abused. Proper maintenance, care and an inspection checklist can keep employees from using faulty ladders.

Neglected ladders can become unsafe, so employees should inspect and maintain them regularly. Before using a ladder, inspect it to make sure it is in good working condition. If an inspection shows defects in a ladder, it should be immediately tagged out of service. Broken or damaged ladders should be properly repaired by a qualified person, or they should be discarded and replaced.

### LADDER SAFETY RULES

1. Use only three-legged ladders in orchards. Only a tripod is stable on an orchard's uneven ground.
2. Always inspect a ladder before using it. Do not use a ladder with missing or damaged parts. Wooden ladders must be very carefully checked for splits, cracks or loose nuts. Aluminum ladders, although easier to inspect, must also be checked! It is particularly important to check the third leg.
3. Before climbing a ladder, set all three legs. This will assure that one or more legs do not sink when you are at the top, causing you to fall. If one of the three legs begins to sink when you climb the ladder, climb down and reset the ladder.
4. Always climb up and climb down the ladder facing the rungs.
5. Do not stand on the top two steps! If you can't reach the area of the tree where you want to work from the third rung down, get a taller ladder, or work only as far and high as you can safely reach.
6. Keep the weight of your body over the ladder. Do not reach too far. Instead, climb down and move the ladder to a better spot whenever necessary.
7. Do not climb a ladder on windy days, particularly during very gusty winds, with slippery boots or during electrical storms.
8. Since aluminum conducts electricity, ladders made of aluminum can be hazardous if used near electrical wires. Besides, aluminum ladders are so lightweight that sudden movements or strong winds can knock them over. Use a wooden or fiberglass ladder, not an aluminum one, when



## ENTRENAMIENTO DE SEGURIDAD PARA TRABAJADORES AGRÍCOLAS

# SEGURIDAD DE ESCALERAS



Las escaleras son herramientas prácticas y sencillas que pueden ayudarlo a hacer su trabajo en la cosecha de la fruta de árboles. Pero si no se mantienen adecuadamente, pueden ser inseguras. Las caídas son una de las principales causas de muertes en el lugar de trabajo, resultando en 113 muertes en el 2011 y casi 16,000 lesiones que causaron que los trabajadores pierdan más de un día de trabajo. Los accidentes pueden ocurrir si una escalera está defectuosa o está mal asentada o se usa incorrectamente.

Los empleados deben saber las reglas para el uso seguro de escaleras y cómo inspeccionar, mantener y almacenar escaleras usadas en el lugar de trabajo. Los materiales que van en las escaleras están diseñados y creados para durar indefinidamente si son cuidados y no abusados. El mantenimiento adecuado, la atención y una lista de control de inspección pueden evitar que los empleados usen escaleras defectuosas.

Las escaleras descuidadas pueden volverse inseguras, por lo que los empleados deben inspeccionarlas y mantenerlas regularmente. Antes de usar una escalera, inspecciónela para asegurarse de que esté en buenas condiciones de trabajo. Si una inspección muestra defectos en una escalera, se debe etiquetar inmediatamente fuera de servicio. Las escaleras rotas o dañadas deben ser reparadas adecuadamente por una persona calificada, o deben descartar y reemplazarse.

### REGLAS DE SEGURIDAD DE LAS ESCALERAS

1. Use solo escaleras de tres patas en los huertos. Solo un trípode es estable en el terreno desigual de un huerto.
2. Siempre inspeccione una escalera antes de usarla. No use una escalera con piezas faltantes o dañadas. Las escaleras de madera deben revisarse cuidadosamente para ver si tienen hendiduras, grietas o tuercas sueltas. Las escaleras de aluminio, aunque más fáciles de inspeccionar, también deben ser revisadas. Es particularmente importante revisar la tercera pata.
3. Antes de subir una escalera, ajuste las tres patas. Esto asegurará que una o más patas no se hundan cuando este en la parte superior de esta, provocando que se caiga. Si una de las tres patas comienza a hundirse cuando suba por la escalera, baje y vuelva a ajustar la escalera.
4. Siempre suba y baje por la escalera mirando hacia los peldaños.
5. ¡No se pare en los dos primeros peldaños de arriba! Si no puede alcanzar el área del árbol donde desea trabajar desde el tercer peldaño hacia abajo, obtenga una escalera más alta o trabaje solo tan lejos y tan alto como pueda alcanzar con seguridad.
6. Mantenga el peso de su cuerpo sobre la escalera. No alcance demasiado lejos. En cambio, bájese y mueva la escalera a un lugar mejor siempre que sea necesario.
7. No suba una escalera en días ventosos, particularmente durante vientos muy fuertes, con botas resbaladizas o durante tormentas eléctricas.
8. Dado que el aluminio conduce electricidad, las escaleras de aluminio pueden ser peligrosas si se usan cerca de cables eléctricos. Además, las escaleras de aluminio son tan livianas que los movimientos bruscos o los fuertes vientos pueden tumbarlas.

