Cold Weather Hazards – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

La eliminación de la nieve y el hielo son los principales peligros para los trabajadores de mantenimiento en el clima invernal. También, para aquellas personas que se ven atrapadas en la remoción de nieve de manera puntual. Mantenerse seguro utilizando prácticas de trabajo adecuadas en condiciones invernales, tiene sus desafíos.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Los trabajadores y todos los encargados de la custodia que trabajan en el exterior deben recordar los riesgos y peligros inherentes a su trabajo. La hipotermia, un descenso peligroso de la temperatura central del cuerpo, puede ocurrir si no se observan los procedimientos de vestimenta adecuados. Se han oído historias de personas que sufren ataques cardíacos y mueren al palear la nieve. Hay lesiones habituales en la espalda debido a técnicas de palear mal aconsejadas.

COMO PROTEGERSE

Lo que todos los guardianes de invierno y los trabajadores de mantenimiento necesitan saber:

- Mantenerse caliente y seco es importante para prevenir la hipotermia. Vístase con capas de ropa, para poder quitarse la ropa exterior si se calienta demasiado. Manténgase seco usando ropa y calzado impermeable, y tenga un cambio de calcetines y guantes a mano en caso de que los suyos se mojen. En clima muy frío, proteja sus manos, dedos y mejillas de la congelación que causará el daño a los tejidos conocido como congelación.
- Tómelo con calma cuando pale la nieve con la mano debido a las posibilidades de lesiones en la espalda y ataques cardíacos. Empuje, en lugar de levantar la nieve cuando sea

posible. Si la nieve está húmeda y es pesada, tome cargas más pequeñas. Haga descansos frecuentes, no se caliente demasiado y beba agua a menudo para reponer los líquidos y minerales perdidos por la sudoración.

Otro aspecto importante del trabajo invernal es el de los equipos para quitar la nieve.

- Revise el equipo, como un soplador de nieve, antes de usarlo, para asegurarse de que funciona correctamente y de que hay protectores de seguridad en su lugar. No utilice equipos que funcionen con gasolina en interiores debido al peligro de exposición al monóxido de carbono. ¿Revise en círculo los arados y otros equipos móviles para buscar problemas y obstrucciones?
- Mantenga a la gente alejada del área donde inicie o maneje la máquina. Cambie a neutro y asegúrese de que todos los embragues estén desconectados antes de arrancar el motor.
- Camine despacio y con cuidado para no resbalar, y manténgase firme en la máquina. Si intenta quitar la nieve demasiado rápido, sobrecargará la máquina. Manténgase alejado de la abertura de descarga para evitar que se enrede o sea golpeado por objetos impulsados por las cuchillas. No utilice un lanzador de nieve en pendientes empinadas. Asegúrese de no chocar con obstáculos como bordillos o raíces de árboles.
- Nunca ponga su mano en ninguna parte del equipo mientras la máquina esté funcionando. Primero apague el motor, espere a que se detengan todas las piezas móviles y desconecte el cable de la bujía para que la máquina no pueda arrancar accidentalmente. Utilice una herramienta, nunca sus dedos, para quitar cualquier acumulación de nieve o hielo.

CONCLUSIÓN

Antes de utilizar dispositivos de calefacción como antorchas para descongelar servicios públicos congelados, asegúrese de que comprende y observa todas las precauciones de seguridad. Aprenda los procedimientos de su empleador para las emergencias de

invierno, como tormentas y cortes de energía. Es posible que tenga que asumir tareas adicionales en estas situaciones, pero proteja su propia seguridad y salud mientras ayuda a los demás.