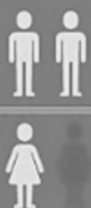


Drug and Alcohol-Free Workplace – Landscaping Infographic – Spanish

Sin alcohol en el trabajo

Prevención de riesgos en el ámbito laboral

Consumo diario de alcohol entre la población laboral.



14,9%

3,3%

9,6%

Es el porcentaje de personas que afirman consumir a diario

19 de cada 20 personas opina que no hay que beber en el trabajo...

+

... el 1 restante se durmió y llegó tarde.

¿Las condiciones de trabajo son duras?

Pueden afectar a la salud y la empresa debe, por ley, poner medidas correctoras...

Beber alcohol no ayuda: no mejora los problemas, sino que los aumenta.

CONSUMO Y FACTORES PSICOSOCIALES



VER

Prevalencia de consumo diario de alcohol según presenten o no condiciones de trabajo de riesgo (% de población laboral).

POR SECTORES

Sectores con mayor número de personas que consumen alcohol a diario o de riesgo



Construcción



Agricultura, Ganadería, Extracción, Pesca



Industria



Almacenamiento, Transporte y Comunicación



Hostelería

Electrical Safety – Landscaping Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

The nature of landscaping work, often conducted outdoors in various weather conditions, adds to the complexity and risk. Understanding the dangers and practicing proper electrical safety is essential to prevent injuries and fatalities.

WHAT'S THE DANGER

Electrical hazards in landscaping range from the use of electric tools to working near power lines.

These hazards include:

- **High Risk of Injury:** In the landscaping industry, the combination of water, metal tools, and electricity creates an environment where accidents can easily happen if proper precautions are not taken.
- **Environmental Challenges:** Landscaping often involves working in wet conditions, which significantly increases the risk of electrical shocks.

Specific Risks

1. Contact with Overhead Power Lines

- **Ladders and Equipment:** Ladders, pruning poles, and other long tools can accidentally come into contact with overhead power lines, leading to electrocution.
- **Tree Trimming:** Workers trimming trees near power lines are at significant risk of electrical shock if branches or tools touch live wires.

1. Underground Utilities

- **Digging and Trenching:** Striking underground electrical cables during digging or trenching activities can result in severe shocks or explosions.
- **Lack of Utility Marking:** Failing to properly identify and mark the location of underground utilities increases the risk of accidental contact.

1. Use of Electric-Powered Tools

- **Wet Conditions:** Operating electric tools in wet or damp conditions can lead to electrical shocks if the equipment is not properly insulated or grounded.

1. Improper Grounding

- **Tool Grounding:** Tools that are not properly grounded can cause electrical shocks. Double-insulated tools can reduce this risk.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Before The Work:

1. Inspect the Worksite

- **Identify Power Lines:** Always be aware of the location of overhead power lines and keep a safe distance from them.
- **Locate Underground Utilities:** Before digging, contact local utility services to mark the location of underground utilities.

1. Inspect Tools and Equipment:

- **Check for Damage:** Inspect all electric-powered tools and extension cords for damage before use.
- **Ensure Proper Grounding:** Verify that tools are properly grounded or double-insulated.

During The Work:

1. Safe Tool Usage:

- **Dry Conditions:** Avoid using electric-powered tools in wet or damp conditions. If the work area is wet, take extra precautions such as using ground-fault circuit interrupters (GFCIs).

1. Work Around Power Lines

- **Maintain Safe Distances:** Keep yourself, your tools, and any equipment at least 10 feet away from overhead power lines. This distance may need to be increased depending on the voltage.
- **Tree Trimming Precautions:** When trimming trees near power lines, use non-conductive tools and work with a partner who can help guide you and ensure your safety.

1. Digging and Excavation

- **Use Hand Tools Near Marked Lines:** When working near marked underground utilities, use hand tools to carefully expose the lines before using heavier equipment.
- **Follow Utility Marks:** Pay close attention to utility markings and never assume the depth of buried lines. Utilities can be buried at varying depths, and caution is essential.

Emergency Preparedness

1. Responding to Electrical Incidents

- **Know What to Do:** If a coworker is electrocuted, do not touch them directly if they are still in contact with the electrical source.
- **First Aid Training:** Ensure that all workers are trained in basic first aid, including CPR, to provide immediate assistance in the event of an electrical shock.

1. Power Shutoff:

- **Identify Shutoff Points:** Know the location of circuit

breakers or other power shutoff points on the job site. In an emergency, quickly shutting off the power can prevent further injury.

FINAL WORD

By following safety protocols, staying vigilant, and ensuring proper training and equipment maintenance, you can protect yourself and your coworkers from these hazards.

Electrical Safety – Landscaping Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La naturaleza de los trabajos de paisajismo, que a menudo se realizan al aire libre y en condiciones meteorológicas adversas, aumenta la complejidad y el riesgo. Comprender los peligros y practicar una seguridad eléctrica adecuada es esencial para evitar lesiones y muertes.

CUÁL ES EL PELIGRO

Los riesgos eléctricos en jardinería abarcan desde el uso de herramientas eléctricas hasta el trabajo cerca de líneas eléctricas.

Estos peligros incluyen:

- **Alto Riesgo de Lesiones:** En el sector del paisajismo, la combinación de agua, herramientas metálicas y electricidad crea un entorno en el que es fácil que se produzcan

accidentes si no se toman las precauciones adecuadas.

- **Desafíos Medioambientales:** El paisajismo implica a menudo trabajar en condiciones de humedad, lo que aumenta significativamente el riesgo de descargas eléctricas.

Riesgos Específicos

1. Contacto con Líneas Eléctricas Aéreas

- **Escaleras y Equipos:** Las escaleras, las pértigas de poda y otras herramientas largas pueden entrar accidentalmente en contacto con líneas eléctricas aéreas, provocando una electrocución.
- **Poda de Árboles:** Los trabajadores que podan árboles cerca de líneas eléctricas corren un riesgo significativo de electrocución si las ramas o las herramientas tocan cables con corriente.

1. Servicios Subterráneos

- **Excavación y Apertura de Zanjas:** Golpear cables eléctricos subterráneos durante actividades de excavación o apertura de zanjas puede provocar descargas graves o explosiones.
- **Falta de Señalización de los Servicios Públicos:** No identificar y marcar adecuadamente la ubicación de los servicios públicos subterráneos aumenta el riesgo de contacto accidental.

1. Uso de Herramientas Eléctricas

- **Condiciones de Humedad:** El uso de herramientas eléctricas en condiciones de humedad o mojado puede provocar descargas eléctricas si el equipo no está debidamente aislado o conectado a tierra.

1. Conexión a Tierra Inadecuada

- **Conexión a Tierra de Herramientas:** Las herramientas que no están correctamente conectadas a tierra pueden provocar descargas eléctricas. Las herramientas con doble aislamiento pueden reducir este riesgo.

COMO PROTEGERSE

Antes del Trabajo:

1. Inspeccione el Lugar de Trabajo

- **Identifique las Líneas Eléctricas:** Conozca siempre la ubicación de las líneas eléctricas aéreas y manténgase a una distancia segura de ellas.
- **Localice los Servicios Públicos Subterráneos:** Antes de excavar, póngase en contacto con los servicios públicos locales para marcar la ubicación de los servicios subterráneos.

1. Inspeccione las Herramientas y el Equipo:

- **Compruebe si hay Daños:** Inspeccione todas las herramientas eléctricas y cables alargadores antes de utilizarlos.
- **Asegúrese de que la Conexión a Tierra es Correcta:** Verifique que las herramientas estén debidamente conectadas a tierra o doblemente aisladas.

Durante El Trabajo:

1. Uso Seguro de las Herramientas:

- **Condiciones Secas:** Evite utilizar herramientas eléctricas en condiciones húmedas o mojadas. Si el área de trabajo está mojada, tome precauciones adicionales como el uso de interruptores de circuito por falla a tierra (GFCI).

1. Trabajar Cerca de Líneas Eléctricas

- **Mantenga Distancias de Seguridad:** Manténgase usted, sus herramientas y cualquier equipo a una distancia mínima de 3 metros de las líneas eléctricas aéreas. Puede ser necesario aumentar esta distancia en función de la tensión.
- **Precauciones para la poda de árboles:** Cuando pade árboles cerca de líneas eléctricas, utilice herramientas no conductoras y trabaje con un compañero

que pueda guiarle y garantizar su seguridad.

1. Excavación

- **Utilice Herramientas Manuales Cerca de Líneas Marcadas:** Cuando trabaje cerca de servicios públicos subterráneos marcados, utilice herramientas manuales para exponer cuidadosamente las líneas antes de utilizar equipos más pesados.
- **Siga las Marcas de los Servicios Públicos:** Preste mucha atención a las marcas de los servicios públicos y nunca suponga la profundidad de las líneas enterradas. Los servicios públicos pueden estar enterrados a distintas profundidades, por lo que es esencial actuar con precaución.

Preparación para Emergencias

1. Respuesta a Incidentes Eléctricos

- **Sepa qué Hacer:** Si un compañero se electrocuta, no lo toque directamente si aún está en contacto con la fuente eléctrica.
- **Capacitación en Primeros Auxilios:** Asegúrese de que todos los trabajadores están capacitados en primeros auxilios básicos, incluyendo RCP, para proporcionar asistencia inmediata en caso de una descarga eléctrica.

1. Apagado Eléctrico:

- **Identifique los Puntos de Desconexión:** Conozca la ubicación de los disyuntores u otros puntos de corte de energía en el lugar de trabajo. En caso de emergencia, el corte rápido de la corriente puede evitar lesiones mayores.

CONCLUSIÓN

Siguiendo los protocolos de seguridad, permaneciendo alerta y garantizando una capacitación y un mantenimiento del equipo

adecuados, puede protegerse a sí mismo y a sus compañeros de estos peligros.

Electrical Safety – Landscaping Stats and Facts

FACTS

Primary hazards associated with electrical safety in landscaping

1. **Contact with Overhead Power Lines:** Landscaping work often involves using tall equipment like ladders, pole saws, and pruning tools, which can inadvertently come into contact with overhead power lines.
2. **Improper Use of Electrical Tools:** Hedge trimmers, chainsaws, and mowers, are electrically powered. Improper use, such as using damaged cords or operating tools in wet conditions, can result in electrical shocks or fires.
3. **Lack of Grounding:** Failure to properly ground electrical equipment or tools can cause electrical shocks in wet or damp environments common in landscaping.
4. **Inadequate Training:** Workers who are not adequately trained in electrical safety may not recognize hazards or understand the proper protocols for working near electrical sources.
5. **Electrical Fires:** Poor maintenance of electrical equipment, such as frayed cords or faulty connections, can lead to electrical fires, which are particularly hazardous in outdoor environments.
6. **Use of Extension Cords:** The improper use of extension cords, such as overloading them or using them inappropriately (e.g., in wet conditions), can lead to overheating, shocks, or fires.

7. **Arc Flash:** While less common, an arc flash can occur if there is a short circuit or fault in the electrical system. This can cause a sudden release of energy, leading to severe burns or even explosions.

STATS

- According to (BLS), there were approximately 166 electrical fatalities across all industries in the U.S. in 2019. Outdoor work environments, including landscaping, are recognized as high-risk areas due to exposure to power lines and the use of electrically powered tools.
 - The (ESFI) reports that there are over 2,000 non-fatal electrical injuries each year in the U.S. across all industries.
 - According to (OSHA), approximately 30% of electrical fatalities occur from direct contact with overhead power lines, a common risk in landscaping when working on tree trimming or using tall equipment.
 - The landscaping industry contributes to the statistics where electrocution remains one of the top four causes of fatalities, known as the “Fatal Four,” which accounted for more than half of the construction worker deaths in 2018.
 - In the USA, there are approximately 400 electrocutions each year, with a significant portion related to landscaping, gardening, and farming equipment, which accounts for 67% of electrocutions annually.
 - Electrical hazards in the workplace lead to about 4,000 injuries each year in the USA.
 - Between 2015 and 2019, landscaping accounted for 7% of occupational electrical-related fatalities in Ontario.
 - Landscaping activities, such as lawn cutting and tree trimming, were associated with 20% of non-occupational electrical-related fatalities in Ontario from 2010 to 2019.
-

Electrical Safety – Landscaping Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Principales riesgos asociados a la seguridad eléctrica en jardinería

1. **Contacto con Líneas Eléctricas Aéreas:** El trabajo de paisajismo a menudo implica el uso de equipos altos como escaleras, sierras de pértiga y herramientas de poda, que pueden entrar en contacto inadvertidamente con líneas eléctricas aéreas.
2. **Uso inadecuado de Herramientas Eléctricas:** Los cortasetos, las motosierras y los cortacéspedes funcionan con electricidad. Un uso inadecuado, como utilizar cables dañados o manejar las herramientas en condiciones de humedad, puede provocar descargas eléctricas o incendios.
3. **Falta de Conexión a Tierra:** La falta de una correcta conexión a tierra de los equipos o herramientas eléctricas puede provocar descargas eléctricas en entornos húmedos o mojados, habituales en jardinería.
4. **Capacitación Inadecuada:** Los trabajadores que no están adecuadamente formados en seguridad eléctrica pueden no reconocer los peligros o no entender los protocolos adecuados para trabajar cerca de fuentes eléctricas.
5. **Incendios Eléctricos:** El mantenimiento deficiente de los equipos eléctricos, como cables deshilachados o conexiones defectuosas, puede provocar incendios eléctricos, que son especialmente peligrosos en entornos exteriores.
6. **Uso de Alargadores:** El uso inadecuado de los alargadores, como sobrecargarlos o utilizarlos de forma inapropiada (por ejemplo, en condiciones de humedad), puede provocar sobrecalentamiento, descargas o incendios.
7. **Arco Eléctrico:** Aunque es menos frecuente, puede producirse un arco eléctrico si se produce un cortocircuito o un fallo

en el sistema eléctrico. Esto puede causar una liberación repentina de energía, provocando quemaduras graves o incluso explosiones.

ESTADÍSTICAS

- Según (BLS), hubo aproximadamente 166 muertes eléctricas en todas las industrias en los Estados Unidos en 2019. Los entornos de trabajo al aire libre, incluido el paisajismo, se reconocen como áreas de alto riesgo debido a la exposición a líneas eléctricas y al uso de herramientas eléctricas.
- El (ESFI) informa que hay más de 2,000 lesiones eléctricas no fatales cada año en los Estados Unidos en todas las industrias.
- Según (OSHA), aproximadamente el 30% de los accidentes mortales por electricidad se producen por contacto directo con líneas eléctricas aéreas, un riesgo común en el paisajismo cuando se trabaja en la poda de árboles o se utiliza equipo de gran altura.
- La industria del paisajismo contribuye a las estadísticas en las que la electrocución sigue siendo una de las cuatro principales causas de muertes, conocidas como las «cuatro fatales», que representaron más de la mitad de las muertes de trabajadores de la construcción en 2018.
- En los Estados Unidos, se producen aproximadamente 400 electrocuciones cada año, con una parte significativa relacionada con equipos de paisajismo, jardinería y agricultura, que representan el 67% de las electrocuciones anuales.
- Los riesgos eléctricos en el lugar de trabajo provocan alrededor de 4.000 lesiones cada año en EE. UU.
- Entre 2015 y 2019, el paisajismo representó el 7% de las muertes ocupacionales relacionadas con la electricidad en Ontario.
- Las actividades de jardinería, como el corte de césped y la poda de árboles, se asociaron con el 20% de las muertes no ocupacionales relacionadas con la electricidad en Ontario

Electrical Safety – Landscaping Fatality File

Fatal Electrical Accident During Tree Trimming

On June 5, 2023, a fatal electrical accident occurred during a tree trimming operation in a residential area of Sacramento, California, resulting in the death of a 29-year-old landscaping worker, Carlos Ramirez. Ramirez was trimming branches near a power line when his metal pruning saw made contact with the live wire, leading to severe electrocution. Despite the immediate response from his coworkers and emergency services, Ramirez was pronounced dead at the scene.

The investigation revealed several critical lapses in safety protocols. Ramirez had not received proper training on working near electrical lines, and the site lacked appropriate warnings or barriers to prevent accidental contact with the power lines. Additionally, the landscaping company had not conducted a thorough site assessment to identify electrical hazards before beginning work.

Following this tragic incident, the landscaping company has implemented stringent electrical safety protocols, including mandatory training for all employees on recognizing and avoiding electrical hazards, conducting thorough site assessments before any work near power lines, and enforcing the use of insulated tools and protective gear when working in proximity to electrical infrastructure.

Electrical Safety – Landscaping Fatality File – Spanish

Accidente Eléctrico Fatal Durante la Poda de un Árbol

El 5 de junio de 2023, se produjo un accidente eléctrico mortal durante una operación de poda de árboles en una zona residencial de Sacramento, California, que causó la muerte de un trabajador de jardinería de 29 años, Carlos Ramírez. Ramírez estaba podando ramas cerca de un tendido eléctrico cuando su sierra de podar metálica entró en contacto con el cable en tensión, lo que le provocó una electrocución grave. A pesar de la respuesta inmediata de sus compañeros y de los servicios de emergencia, Ramírez fue declarado muerto en el lugar de los hechos.

La investigación reveló varios fallos graves en los protocolos de seguridad. Ramírez no había recibido la formación adecuada para trabajar cerca de líneas eléctricas, y el lugar carecía de advertencias o barreras apropiadas para evitar el contacto accidental con las líneas eléctricas. Además, la empresa de jardinería no había realizado una evaluación exhaustiva del lugar para identificar los riesgos eléctricos antes de empezar a trabajar.

A raíz de este trágico incidente, la empresa de jardinería ha puesto en marcha estrictos protocolos de seguridad eléctrica, que incluyen formación obligatoria para todos los empleados sobre cómo reconocer y evitar los riesgos eléctricos, la realización de evaluaciones exhaustivas del lugar antes de realizar cualquier trabajo cerca de líneas eléctricas y el uso obligatorio de herramientas aisladas y equipos de protección cuando se trabaja cerca de infraestructuras eléctricas.

Electrical Safety – Landscaping Infographic



Source: <https://www.spenergynetworks.co.uk>

Electrical Safety – Landscaping Infographic – Spanish

Consecuencias del accidente eléctrico

Lesiones en las personas:

- 1. Muerte del accidentado.
- 2. Quemaduras graves e incluso amputaciones.
- 3. Caídas o golpes como consecuencia del choque o arco eléctrico.

Daños en maquinaria, en instalaciones y en el medioambiente:

- 4. Incendios.
- 5. Destrucción neumáticos.
- 6. Rotura de cables de la línea.
- 7. Interrupción del servicio de la línea.

Si un podador o árbol, sin estar protegido, entra en la **Zona de Peligro**, estará expuesto a **descargas eléctricas**. No solamente el podador, también los trabajadores que toquen el árbol y los que están próximos a él.



En caso de accidente (PAS)

Cuando se produce una descarga de corriente desde una instalación eléctrica a tierra a través de elementos conductores como árboles, ramas, vegetación, escaleras, pértigas metálicas, plataformas elevadoras de personas, grúas, **debemos:**

proteger antes de actuar

No tocar los cables que estén en el suelo y la madera o vegetación que esté en contacto con ellos. Alejarse con pasos cortos o saltos con los pies juntos, evitando caer, ya que entre los elementos conductores y en el propio terreno pueden existir diferencias de potencial con tensiones peligrosas.

No intentar socorrer de inmediato a los accidentados, hasta que se confirme que la línea ha sido desconectada.

Indicar a las personas que se alejen del lugar con pequeños pasos o saltando con los pies juntos.

Evitar que alguien se acerque a la zona hasta que se tenga la certeza de que el contacto eléctrico ha cesado o se confirme que la línea ha sido desconectada. Si es posible se balizará y señalizará la zona.

avisar a la empresa propietaria:

A la empresa propietaria o distribuidora de electricidad y/o a los servicios de emergencia 112, solicitar ayuda médica y ambulancia.

ocorrer al accidentado:

Una vez se ha asegurado que el accidentado está fuera de todo posible contacto eléctrico, socorrerle realizando una evaluación previa y aplicando los protocolos de primeros auxilios.

Líneas eléctricas aéreas

Riesgo eléctrico en tala y poda de arbolado en proximidad de líneas eléctricas aéreas



Fuente: <https://edistribucion.com>

Newsletter – August 2025

- Emergency Shower and Eyewash Station Requirements;
- Safety Talks on Electrical Safety, PPE for Electrical Work, Masonry & Concrete Safety and Taking Shortcuts;
- Fatality Reports;
- Cementing Safety for Concrete and Masonry Workers;
- and more...

Tractor Safety – Video (Spanish Version)

Tractor Safety – Video

Newsletter – July 2025

- Loading Dock Safety;
 - Safety Talks on Loading Docks, Machine Guards, Road Work Safety and Young Workers;
 - Fatality Reports;
 - Why is Backing Up a Risk;
 - and more...
-

Newsletter – June 2025

- Landscaping GHS;
- Safety Talks on Lifting Safety, Landscaping Storage, Heat Stress and Bad Driving;
- Fatality Reports;

- Back Safety: Proper Lifting Procedures;
 - and more...
-

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Meentig Kit

WHAT'S AT STAKE

Working outdoors in landscaping exposes workers to weather conditions, which increase the risk of contracting colds, the flu, and other transmissible illnesses. These illnesses can spread rapidly among team members, leading to reduced productivity and increased absenteeism. Understanding how these illnesses spread and taking preventive measures is essential to maintain a healthy workforce.

WHAT'S THE DANGER

Colds, flu, and other transmissible illnesses are common, especially during colder months or in environments where workers are in close contact. The outdoor nature of landscaping work, can weaken the immune system, making workers more susceptible to these illnesses.

Specific Risks

1. Exposure to Cold Weather

- Working in cold, damp, or windy conditions can lower the body's defenses, making it easier to catch a cold or flu.
- Prolonged exposure to cold without proper clothing can

lead to hypothermia or frostbite.

1. Close Contact with Others

- Landscaping crews often work in teams, sharing tools, equipment, and sometimes enclosed spaces like vehicles. This close contact facilitates the spread of viruses and bacteria.
- Shared tools and surfaces can harbor germs, leading to indirect transmission of illnesses.

1. Weakened Immune System

- Physical exertion in tough weather conditions can weaken the immune system, making workers more vulnerable to infections.
- Stress, fatigue, and poor nutrition can also lower immunity.

HOW TO PROTECT YOURSELF

1. Personal Protective Measures

2. Proper Clothing and Gear

- Dress in layers to stay warm and dry. Use moisture-wicking base layers, insulating mid-layers, and waterproof outer layers.
- Wear a hat, gloves, and scarf to protect extremities from the cold.
- Keep extra dry clothing on hand to change into if you get wet.

1. Personal Hygiene

- Wash hands frequently with soap and water, especially before eating, after using the restroom, and after coughing or sneezing.
- Use hand sanitizer with at least 60% alcohol when soap and water are not available.
- Avoid touching your face, particularly your eyes, nose, and mouth.

1. Healthy Habits

- Stay hydrated and eat a balanced diet rich in vitamins and minerals.
- Get adequate sleep each night to allow your body to recover and strengthen itself.
- Exercise regularly to boost your immune system.

1. Workplace Practices

2. Encourage Sick Workers to Stay Home

- Workers who are sick should be encouraged to stay home and recover fully before returning.
- Implement a clear sick leave policy that supports workers in taking the time they need to recover without fear of losing income or job security.

1. Sanitization of Shared Tools and Spaces

- Regularly disinfect shared tools, and equipment to reduce risk of transmitting germs.
- Provide hand sanitizer stations in common areas and ensure that vehicles and equipment are cleaned regularly.

1. Promote Vaccination

- Encourage workers to get the annual flu vaccine.
- Consider hosting a flu vaccination clinic on-site where workers can get vaccinated.

1. Training and Awareness

- Conduct regular safety talks on the importance of hygiene, and vaccination.
- Provide workers with information on recognizing the symptoms of colds, flu, and other transmissible illnesses.

3. Emergency Preparedness

4. Monitor for Symptoms

- Encourage workers to self-monitor symptoms of colds, flu, and other illnesses, such as fever, cough, sore

throat, body aches, and fatigue.

- Establish protocols for reporting symptoms and seeking medical attention if necessary.

1. Plan for Reduced Workforce

- Be prepared for potential workforce reductions during peak cold and flu season.

FINAL WORD

By taking proactive measures—such as proper clothing, hygiene practices, vaccination, and staying home when sick—workers can protect themselves and their colleagues from these common illnesses.

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Meentig Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El trabajo al aire libre en jardinería expone a los trabajadores a las condiciones meteorológicas, que aumentan el riesgo de contraer resfriados, gripe y otras enfermedades transmisibles. Estas enfermedades pueden propagarse rápidamente entre los miembros del equipo, lo que reduce la productividad y aumenta el absentismo. Entender cómo se propagan estas enfermedades y tomar medidas preventivas es esencial para mantener una plantilla sana.

CUÁL ES EL PELIGRO

Los resfriados, la gripe y otras enfermedades transmisibles son comunes, especialmente durante los meses más fríos o en entornos en los que los trabajadores están en estrecho contacto. La naturaleza exterior del trabajo de paisajismo puede debilitar el sistema inmunológico, haciendo a los trabajadores más susceptibles a estas enfermedades.

Riesgos Específicos

1. Exposición al Frío

- Trabajar en condiciones de frío, humedad o viento puede disminuir las defensas del organismo, facilitando el contagio de un resfriado o gripe.
- La exposición prolongada al frío sin la ropa adecuada puede provocar hipotermia o congelación.

1. Contacto Directo con Otras Personas

- Las cuadrillas de paisajistas suelen trabajar en equipo, compartiendo herramientas, equipos y, a veces, espacios cerrados como vehículos. Este estrecho contacto facilita la propagación de virus y bacterias.
- Las herramientas y superficies compartidas pueden albergar gérmenes, lo que conduce a la transmisión indirecta de enfermedades.

1. Sistema Inmunológico Debilitado

- El esfuerzo físico en condiciones climáticas adversas puede debilitar el sistema inmunitario, haciendo que los trabajadores sean más vulnerables a las infecciones.
- El estrés, la fatiga y la mala alimentación también pueden reducir la inmunidad.

COMO PROTEGERSE

1. Medidas de Protección Personal

2. Ropa y Equipo Adecuados

- Vístase en capas para mantenerse caliente y seco. Utilice capas interiores que absorban la humedad, capas intermedias aislantes y capas exteriores impermeables.
- Lleve gorro, guantes y bufanda para proteger las extremidades del frío.
- Tenga a mano ropa seca adicional para cambiarse si se moja.

1. Higiene Personal

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente antes de comer, después de ir al baño y después de toser o estornudar.
- Utilice desinfectante de manos con al menos un 60% de alcohol cuando no disponga de agua y jabón.
- Evite tocarse la cara, especialmente los ojos, la nariz y la boca.

1. Hábitos Saludables

- Manténgase hidratado y siga una dieta equilibrada rica en vitaminas y minerales.
- Duerma lo suficiente cada noche para que su cuerpo pueda recuperarse y fortalecerse.
- Haga ejercicio regularmente para reforzar su sistema inmunitario.

1. Prácticas en el Lugar de Trabajo

2. Animar a los Trabajadores Enfermos a Quedarse en Casa

- Se debe animar a los trabajadores enfermos a que se queden en casa y se recuperen completamente antes de volver.
- Implemente una política clara de bajas por enfermedad que apoye a los trabajadores para que se tomen el

tiempo que necesiten para recuperarse sin miedo a perder ingresos o seguridad laboral.

1. Desinfección de Herramientas y Espacios Compartidos

- Desinfecte periódicamente las herramientas y equipos compartidos para reducir el riesgo de transmisión de gérmenes.
- Proporcione estaciones de desinfección de manos en áreas comunes y asegúrese de que los vehículos y equipos se limpien regularmente.

1. Promover la Vacunación

- Anime a los trabajadores a vacunarse contra la gripe todos los años.
- Considere la posibilidad de organizar una clínica de vacunación contra la gripe in situ donde los trabajadores puedan vacunarse.

1. Capacitación y Concienciación

- Organice periódicamente charlas de seguridad sobre la importancia de la higiene y la vacunación.
- Proporcione a los trabajadores información sobre cómo reconocer los síntomas del resfriado, la gripe y otras enfermedades transmisibles.

1. Preparación para Emergencias

2. Vigilancia de los Síntomas

- Aliente a los trabajadores a autocontrolar los síntomas de resfríos, gripe y otras enfermedades, como fiebre, tos, dolor de garganta, dolores corporales y fatiga.
- Establezca protocolos para informar de los síntomas y buscar atención médica en caso necesario.

1. Plan de Reducción de Personal

- Esté preparado para posibles reducciones de personal durante la temporada alta de gripe y resfríos.

CONCLUSIÓN

Tomando medidas proactivas -como ropa adecuada, prácticas higiénicas, vacunación y quedarse en casa cuando estén enfermos- los trabajadores pueden protegerse a sí mismos y a sus compañeros de estas enfermedades comunes.

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Fatality File – Spanish

Brote mortal de gripe entre el personal de jardinería

El 25 de enero de 2023, se produjo un brote mortal de gripe entre un equipo de jardinería que trabajaba en un gran proyecto comercial en Toronto, Ontario. El incidente se saldó con la muerte de un trabajador de 52 años, Richard Thompson, que sucumbió a complicaciones derivadas de la gripe después de que el virus se propagara rápidamente por la cuadrilla.

La investigación reveló que la cuadrilla trabajaba en condiciones invernales muy duras, lo que exacerbó la propagación del virus. La empresa no había aplicado protocolos sanitarios adecuados para gestionar el riesgo de enfermedades transmisibles, como la vacunación contra la gripe o la aplicación de políticas de baja por enfermedad. Además, no había estaciones adecuadas para lavarse las manos ni medidas de saneamiento, lo que provocó la propagación de la enfermedad entre los trabajadores.

Tras este trágico incidente, la empresa de paisajismo ha puesto en

marcha estrictos protocolos de salud y seguridad, que incluyen la vacunación obligatoria contra la gripe para todos los empleados, bajas por enfermedad pagadas para animar a los trabajadores a quedarse en casa cuando estén enfermos, y la instalación de estaciones de desinfección de manos en todos los lugares de trabajo. La empresa también ha introducido reconocimientos médicos periódicos durante la temporada de gripe para prevenir brotes similares.

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Infographic



Influenza (or flu) is a contagious respiratory illness caused by flu viruses. Most people with flu have mild illness and do not need medical care or antiviral drugs. If you get flu symptoms, in most cases, you should stay home and avoid contact with others except to get medical care.



Flu viruses can cause mild to severe illness, and at times can lead to death. The flu is different from a cold. The flu usually comes on suddenly.

People who have flu often feel some or all of these symptoms: Fever* or feeling feverish/chills, cough, sore throat, runny or stuffy nose, muscle or body aches, headaches, fatigue (tiredness). Some people may have vomiting and diarrhea. This is more common in children.

* It's important to note that not everyone with flu will have a fever.



TAKE ANTIVIRAL DRUGS IF YOUR DOCTOR PRESCRIBES THEM!

Antiviral drugs can be used to treat flu illness. Antiviral drugs can make illness milder and shorten the time you are sick. They also can prevent serious flu complications.

CDC recommends that antiviral drugs be used early to treat people who are very sick with the flu and people who get flu symptoms who are at high risk of serious flu complications, either because of their age or because they have a high risk medical condition.



When you are sick, limit contact with others as much as possible. Remember to cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze, and throw tissues in the trash after you use them. Stay home for at least 24 hours after your fever is gone except to get medical care or for other necessities.

*Your fever should be gone for 24 hours without the use of a fever-reducing medicine before resuming normal activities.

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

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Infographic – Spanish

LA GRIPE

¿Cómo sé que tengo gripe?

- Principales síntomas -



ESTORNUDOS



TOS



DOLORES MUSCULARES



FIEBRE

¿Es necesario vacunarme?

- Sí, si cumples una o varias de estas condiciones -



Eres mayor de 65 años



Tienes una enfermedad crónica cardiovascular o/o pulmonar



Estás siendo tratado de: diabetes, anemia y asplenia, insuficiencia renal, obesidad mórbida, VIH o inmunodepresión, implante coclear (o en espera), enfermedad hepática crónica, síndrome de Down o demencias...



Estás embarazada



Niños de 6 a 18 años que toman aspirina de forma prolongada



Personal sanitario (hospitales, geriátricos...) o personas que cuiden ancianos y dependientes que puedan tener riesgo de infección

¿Y en las empresas?

La gripe es una de las principales causas de absentismo laboral durante los meses de invierno, afectando a la calidad de los servicios.



VACUNARSE es un acto solidario y de compromiso con tu entorno laboral, ya que no sólo proteges tu salud sino la de tus compañeros

¿Cómo y cuando?

Puedes vacunarte en tu centro de salud o a través del servicio de prevención de riesgos laborales de tu empresa



Periodo de vacunación:

-Europa: desde principios de Octubre hasta Diciembre
-Países tropicales: todo el año

¡PRECAUCIÓN!

- No deben vacunarse -



Alérgicos al huevo o sus proteínas



Precedentes de reacción alérgica después de vacuna contra la gripe



Niños menores de 6 meses



Si se tiene fiebre alta

Fuente: <https://www.quironprevencion.com>

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Stats and Facts

FACTS

In the landscaping industry, there are key hazards and risks.

1. **Spread of Illness:** Close working conditions and shared tools in landscaping increase the risk of spreading colds, flu, and other transmissible illnesses.
2. **Decreased Performance:** Illnesses can reduce physical and mental capacity.
3. **Extended Recovery:** Harsh outdoor conditions can worsen symptoms and prolong recovery time.
4. **Weakened Immunity:** Continuous exposure to tough weather can weaken workers' immune systems.
5. **Increased Injury Risk:** Fatigue and impaired focus from illness can raise the likelihood of accidents.
6. **Team Disruption:** Sick workers' absence can overburden healthy workers and delay projects.
7. **Economic Loss:** Illness outbreaks can lead to significant financial losses from missed workdays, and reduced productivity

STATS

- (CDC) reports that flu alone costs the U.S. economy an estimated \$10.4 billion annually in direct costs for hospitalizations and outpatient visits for adults.
- In the USA, approximately 8% of the population gets sick with the flu each season, with estimates ranging from 3% to 11% depending on the severity of the season.
- The CDC estimates that 12,000 to 56,000 deaths occur annually in the USA due to the flu.

- Adults typically experience 2 to 3 colds per year, while children may catch colds even more frequently due to their close interactions in schools and daycare settings.
 - From August 27, 2023, to July 20, 2024, there were 4,498 influenza-associated hospitalizations reported across participating provinces and territories in Canada. Adults aged 65 and older accounted for 45% of these hospitalizations, with the highest rates among this demographic.
 - A total of 1,222 laboratory-confirmed influenza outbreaks were reported in Canada from August 2023 to July 2024.
-

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Stats and Facts – Spanish

HECHOS

En el sector del paisajismo, existen peligros y riesgos clave.

1. **Propagación de Enfermedades:** Las condiciones de trabajo estrechas y las herramientas compartidas en el paisajismo aumentan el riesgo de contagio de resfriados, gripe y otras enfermedades transmisibles.
2. **Disminución del Rendimiento:** Las enfermedades pueden reducir la capacidad física y mental.
3. **Recuperación Prolongada:** Las duras condiciones al aire libre pueden empeorar los síntomas y prolongar el tiempo de recuperación.
4. **Inmunidad Debilitada:** La exposición continua a condiciones climáticas duras puede debilitar el sistema inmunológico de los trabajadores.

5. **Aumento del Riesgo de Lesiones:** La fatiga y la falta de concentración por enfermedad pueden aumentar la probabilidad de accidentes.
6. **Desorganización del Equipo:** La ausencia de trabajadores enfermos puede sobrecargar a los trabajadores sanos y retrasar los proyectos.
7. **Pérdidas Económicas:** Los brotes de enfermedad pueden dar lugar a importantes pérdidas económicas por días de trabajo perdidos y reducción de la productividad.

ESTADÍSTICAS

- (CDC) informa de que sólo la gripe cuesta a la economía de EE.UU. unos 10.400 millones de dólares anuales en costes directos por hospitalizaciones y visitas ambulatorias de adultos.
 - En EE.UU., aproximadamente el 8% de la población enferma de gripe cada temporada, con estimaciones que oscilan entre el 3% y el 11% en función de la gravedad de la temporada.
 - Los CDC estiman que se producen entre 12.000 y 56.000 muertes al año en EE.UU. a causa de la gripe.
 - Los adultos suelen sufrir de 2 a 3 resfriados al año, mientras que los niños pueden resfriarse incluso con más frecuencia debido a su estrecha interacción en escuelas y guarderías.
 - Entre el 27 de agosto de 2023 y el 20 de julio de 2024, se registraron 4.498 hospitalizaciones asociadas a la gripe en las provincias y territorios participantes de Canadá. Los adultos mayores de 65 años representaron el 45% de estas hospitalizaciones, con las tasas más altas entre este grupo demográfico.
 - Se informó un total de 1.222 brotes de influenza confirmados por laboratorio en Canadá desde agosto de 2023 hasta julio de 2024.
-

Cold, Flu and Transmissible Illness – Landscaping Fatality File

Fatal Illness Outbreak Among Landscaping Crew

On January 25, 2023, a fatal outbreak of flu occurred among a landscaping crew working on a large commercial project in Toronto, Ontario. The incident resulted in the death of a 52-year-old worker, Richard Thompson, who succumbed to complications from influenza after the virus rapidly spread through the crew.

The investigation revealed that the crew was working under harsh winter conditions, which exacerbated the spread of the virus. The company had not implemented adequate health protocols to manage the risk of transmissible illnesses, such as providing flu vaccinations or enforcing sick leave policies. Additionally, there were no proper handwashing stations or sanitation measures in place, leading to widespread illness among the workers.

Following this tragic incident, the landscaping company has enforced strict health and safety protocols, including mandatory flu vaccinations for all employees, paid sick leave to encourage workers to stay home when ill, and the installation of hand sanitizing stations at all job sites. The company has also introduced regular health screenings during flu season to prevent similar outbreaks.

Cold Stress – Landscaping Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Cold stress is a concern for landscaping workers who are required to work outdoors during the winter months. Exposure to cold can lead to a variety of health issues, including frostbite, hypothermia, and trench foot.

WHAT'S THE DANGER

Cold stress occurs when the body is unable to maintain a normal temperature due to exposure to cold.

Specific Risks:

1. Hypothermia:

- **Definition:** Hypothermia occurs when the body's core temperature drops below 95°F (35°C). This condition can develop quickly in cold, wet, or windy conditions.
- **Symptoms:** Early symptoms include shivering, fatigue, confusion, and loss of coordination. Severe hypothermia can be fatal if not treated immediately.

1. Frostbite:

- **Definition:** Frostbite is the freezing of skin and underlying tissues.
- **Symptoms:** Frostbite initially causes the skin to become red and painful, then turns numb, pale, and hard. Severe frostbite can lead to permanent tissue damage and amputation.

1. Trench Foot:

- **Definition:** Trench foot is a condition caused by prolonged exposure to wet and cold conditions.

- **Symptoms:** Symptoms of trench foot include tingling, itching, and pain in the feet, followed by swelling, blisters, and potential tissue death. Like frostbite, trench foot can cause permanent damage if not treated.

1. Cold-Induced Injuries:

- **Slips and Falls:** Cold weather can create slippery conditions due to ice and snow, increasing the risk of slips, trips, and falls. These incidents can lead to sprains, fractures, and other injuries.
- **Reduced Dexterity and Strength:** Cold temperatures can reduce hand dexterity and muscle strength, making it more difficult to perform tasks and increasing the risk of accidents.

HOW TO PROTECT YOURSELF

How to protect yourself and others when working in cold environments:

Dress for the Cold

1. Layering Clothing:

- **Base Layer:** Wear synthetic fabrics or wool, as a base layer to keep sweat away from the skin.
- **Insulating Layer:** Add an insulating layer made of materials like fleece to trap body heat.
- **Outer Layer:** Wear a waterproof and windproof outer layer to protect against wind, rain, and snow. This layer should be breathable to allow moisture to escape and keep out cold.

1. Protecting Extremities:

- **Head and Face:** Wear a hat or beanie to prevent heat loss through the head, and use a balaclava or face mask to protect the face from cold air and wind.
- **Hands:** Wear insulated, waterproof gloves to protect your hands from cold temperatures.
- **Feet:** Wear insulated, waterproof boots with moisture-wicking socks to keep your feet warm.

Safe Work Practices

1. Pace Yourself

- **Take Breaks:** Schedule regular breaks in a warm, area to allow your body to warm up.
- **Avoid Overexertion:** Avoid overexerting yourself, as sweating can lead to wet clothing, which increases the risk of hypothermia.

1. Stay Hydrated and Nourished

- **Drink Warm Fluids:** Stay hydrated by drinking warm, non-caffeinated beverages. Avoid alcohol, as it can increase heat loss and impair your ability to recognize cold stress symptoms.
- **Eat High-Energy Foods:** Eat, high-energy meals and snacks to maintain body heat and energy levels. Foods rich in carbohydrates are ideal for fueling your body in cold conditions.

1. Monitor Weather Conditions

- **Check the Forecast:** Before starting work, check the weather forecast, including temperature, wind chill, and potential for snow or ice. Adjust your work schedule as needed to avoid the coldest parts of the day.
- **Be Aware of Wind Chill:** Wind chill can make the temperature feel much colder and increase the risk of frostbite and hypothermia.

Recognizing and Responding to Cold Stress

1. Know the Symptoms

- **Early Warning Signs:** Be aware of the early signs of hypothermia (shivering, confusion, fatigue), frostbite (numbness, tingling, pale skin), and trench foot (cold, swollen, or painful feet).
- **Buddy System:** Use the buddy system to monitor each other for signs of cold stress.

1. Respond Quickly

- **Move to a Warm Area:** If you or a coworker show signs of cold stress, move to a warm, sheltered area.
- **Seek Medical Attention:** For severe cases of hypothermia, frostbite, or trench foot, seek medical attention immediately. Do not rub or massage affected areas, as this can cause further damage.

Training and Awareness

1. Cold Stress Training

- **Educate Workers:** Provide training on the risks of cold stress, proper clothing and layering techniques.
- **Emergency Procedures:** Train workers to handle cold stress, and when and how to seek medical help.

FINAL WORD

By dressing appropriately, following safe work practices, and staying vigilant for signs of cold-related illnesses, you can protect yourself and your coworkers from the dangers of cold stress.

Cold Stress – Landscaping Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El estrés por frío preocupa a los trabajadores de jardinería que deben trabajar al aire libre durante los meses de invierno. La exposición al frío puede provocar diversos problemas de salud, como congelación, hipotermia y pie de trinchera.

CUÁL ES EL PELIGRO

El estrés por frío se produce cuando el cuerpo es incapaz de mantener una temperatura normal debido a la exposición al frío.

Riesgos Específicos:

1. Hipotermia:

- **Definición:** La hipotermia se produce cuando la temperatura central del cuerpo desciende por debajo de 95 °F (35 °C). Esta condición puede desarrollarse rápidamente en condiciones de frío, humedad o viento.
- **Síntomas:** Los primeros síntomas son escalofríos, fatiga, confusión y pérdida de coordinación. La hipotermia grave puede ser mortal si no se trata inmediatamente.

1. Congelación:

- **Definición:** Ocurre cuando la piel y los tejidos subyacentes se exponen a una temperatura fría.
- **Síntomas:** Al principio, la congelación hace que la piel se enrojezca y duela, y después se vuelve entumecida, pálida y dura. La congelación grave puede provocar daños permanentes en los tejidos y amputación.

1. Pie de Trinchera:

- **Definición:** El pie de trinchera es una afección causada por la exposición prolongada a condiciones húmedas y frías.
- **Síntomas:** Los síntomas del pie de trinchera incluyen hormigueo, picor y dolor en los pies, seguidos de hinchazón, ampollas y posible muerte del tejido. Al igual que la congelación, el pie de trinchera puede causar daños permanentes si no se trata.

1. Lesiones Inducidas por el Frío:

- **Resbalones y Caídas:** El frío puede crear condiciones resbaladizas debido al hielo y la nieve, aumentando el riesgo de resbalones, tropiezos y caídas. Estos incidentes pueden provocar esguinces, fracturas y otras lesiones.
- **Destreza y Fuerza Reducidas:** Las bajas temperaturas pueden

reducir la destreza de las manos y la fuerza muscular, dificultando la realización de tareas y aumentando el riesgo de accidentes.

COMO PROTEGERSE

Cómo protegerse y proteger a los demás cuando se trabaja en ambientes fríos:

Vístase para el Frío

1. Capas de Ropa:

- **Capa Base:** Utilice tejidos sintéticos o lana, como capa base para alejar el sudor de la piel.
- **Capa Aislante:** Añada una capa aislante hecha de materiales como el forro polar para atrapar el calor corporal.
- **Capa Exterior:** Utilice una capa exterior impermeable y cortaviento para protegerse del viento, la lluvia y la nieve. Esta capa debe ser transpirable para permitir la salida de la humedad y mantener alejado el frío.

1. Proteger las Extremidades:

- **Cabeza y Cara:** Lleve un gorro o una gorra para evitar la pérdida de calor a través de la cabeza, y utilice un pasamontaña o una mascarilla para proteger la cara del aire frío y el viento.
- **Manos:** Utilice guantes aislantes e impermeables para proteger las manos de las bajas temperaturas.
- **Pies:** Utilice botas aislantes e impermeables con calcetines que absorban la humedad para mantener los pies calientes.

Prácticas de Trabajo Seguro

1. Controle su Ritmo de Trabajo

- **Tómese Descansos:** Programe descansos regulares en una zona cálida para que tu cuerpo entre en calor.
- **Evite el Sobreesfuerzo:** Evite esforzarse en exceso, ya que la sudoración puede provocar que la ropa se moje, lo que

aumenta el riesgo de hipotermia.

1. Manténgase Hidratado y Alimentado

- **Beba Líquidos Templados:** Manténgase hidratado bebiendo bebidas calientes sin cafeína. Evite el alcohol, ya que puede aumentar la pérdida de calor y mermar su capacidad para reconocer los síntomas del estrés por frío.
- **Coma Alimentos Altamente Energéticos:** Consuma comidas y tentempiés muy energéticos para mantener el calor corporal y los niveles de energía. Los alimentos ricos en carbohidratos son ideales para alimentar su cuerpo en condiciones de frío.

1. Controle las Condiciones Meteorológicas

- **Compruebe el Pronóstico:** Antes de empezar a trabajar, compruebe la previsión meteorológica, incluida la temperatura, la sensación térmica y la posibilidad de nieve o hielo. Ajuste su horario de trabajo según sea necesario para evitar las horas más frías del día.
- **Tenga en Cuenta la Sensación Térmica:** La sensación térmica puede hacer que la temperatura parezca mucho más fría y aumentar el riesgo de congelación e hipotermia.

Cómo Reconocer y Responder al Estrés por Frío

1. Conozca los Síntomas

- **Señales de Alerta Temprana:** Esté atento a los primeros signos de hipotermia (escalofríos, confusión, fatiga), congelación (entumecimiento, hormigueo, piel pálida) y pie de trinchera (pies fríos, hinchados o doloridos).
- **Sistema de Compañeros:** Utilizar el sistema de compañeros para vigilarse mutuamente en busca de signos de estrés por frío.

1. Responder Rápidamente

- **Trasládese a una Zona Cálida:** Si usted o un compañero de trabajo muestran signos de estrés por frío, trasládese a una zona cálida y protegida.
- **Busque atención médica:** Para casos graves de hipotermia,

congelación o pie de trinchera, busque atención médica inmediatamente. No frote ni masajee las zonas afectadas, ya que puede causar más daños.

Capacitación y Concienciación

1. Capacitación sobre el Estrés por Frío

- **Eduque a los Trabajadores:** Proporcionar formación sobre los riesgos del estrés por frío, la ropa adecuada y las técnicas de acodamiento.
- **Procedimientos de Emergencia:** Capacitar a los trabajadores para manejar el estrés por frío, y cuándo y cómo buscar ayuda médica.

CONCLUSIÓN

Si se viste adecuadamente, sigue unas prácticas laborales seguras y permanece atento a los signos de enfermedades relacionadas con el frío, puede protegerse a sí mismo y a sus compañeros de los peligros del estrés por frío.

Cold Stress – Landscaping Stats and Facts

FACTS

Key hazards related to cold stress in the landscaping industry:

1. **Hypothermia:** Prolonged exposure to cold temperatures can lead to hypothermia, a potentially life-threatening condition where the body loses heat faster than it can produce it. Symptoms include shivering, confusion, fatigue,

and eventually loss of consciousness and death if not treated promptly.

2. **Frostbite:** Frostbite occurs when skin and underlying tissues freeze due to exposure to extremely cold conditions, often affecting fingers, toes, ears, and nose.
3. **Trench Foot:** Trench foot, also known as immersion foot, occurs when feet are exposed to wet and cold conditions for prolonged periods.
4. **Dehydration:** Cold weather can sometimes mask the symptoms of dehydration, as workers may not feel as thirsty. Dehydration can reduce physical performance and cognitive function.
5. **Impaired Judgment and Coordination:** Cold stress can impair mental and physical coordination, leading to poor decision-making and increased risk of accidents.
6. **Increased Risk of Falls:** Cold weather often leads to icy or slippery surfaces, increasing the likelihood of slips, trips, and falls.
7. **Exacerbation of Pre-existing Conditions:** Cold stress can exacerbate pre-existing medical conditions.

STATS

- It is estimated that over 30% of outdoor workers are at risk of cold stress during winter months.
- Hypothermia can occur when the body temperature drops below 95°F (35°C). (NIOSH) indicates that thousands of cases of hypothermia occur annually among outdoor workers, during extreme cold conditions.
- Frostbite, which can result in permanent damage, is a risk for workers exposed to cold temperatures.
- According to OSHA, cold-related injuries can lead to substantial medical costs and lost work time. Approximately 70% of outdoor workers report experiencing cold-related health issues.
- CCOHS highlights that cold stress is a serious concern in Canadian workplaces, particularly in outdoor industries. Each year, cold-related illnesses and injuries such as frostbite, hypothermia, and trench foot are reported. These

conditions are common among workers exposed to cold weather, including those in the landscaping industry.

- Across all industries, the U.S. Bureau of Labor Statistics (BLS) reports that there were several hundred fatalities and thousands of injuries each year due to environmental exposure, which includes cold stress. The landscaping industry, with its extensive outdoor work, is at high risk during the colder months.