



Nombre de Compañía: _____ Localidad del sitio de trabajo: _____

Fecha: _____ Tiempo Empezaron: _____ Tiempo Terminaron: _____ Supervisor: _____

Tópico 452: Seguridad en el Cambio de Clima

Introducción: Con la llegada del invierno, los obreros al aire libre enfrentan un riesgo ocupacional adicional, exposición a lo helado. Los obreros al aire libre necesitan estar atentos, especialmente a la clima y sus efectos al cuerpo. Hay cuatro condiciones ambientales que causan riesgos relacionados con el frío, temperaturas bajas, vientos altos / frescos, humedad y agua fría. Siguiendo son pautas para enfrentar el cambio de clima en el trabajo.

Ropa para protección personal:

- **Vistese adecuadamente.** Use por lo menos tres capas de ropa, una capa exterior para detener el viento y permitir ventilación (como Gortex o nylon); una capa en medio de lana, pulmón o pelo sintético para absorber el sudor y detener los propiedades de aislamiento cuando esta mojado; y una capa interior de algodón o tejido sintético para permitir ventilación y el escape de sudor. El cuerpo trata de mantener una temperatura interna (núcleo) de 98.6 grados, (37c).
- **Arregla las capas de ropa** para crear bolsas de aire que ayudan retener el calor del cuerpo, capas también ayudan en adaptarse a los cambios en clima y nivel de esfuerzo físico. Mantenga un cambio de ropa seca disponible por si su vestuario de trabajo llega ser mojado.
- **Los obreros consiguen** el calor del cuerpo por la comida y actividades musculares, así que aliméntese bien y manténgase bien físicamente.
- **Ponga atención especial** a proteger los pies, manos, cabeza y rostro. Mantenga la cabeza cubierta (mucho del calor del cuerpo es perdido cuando la cabeza está expuesta). Los dedos y las manos pierden su destreza en temperaturas bajo 59 F. utilice guantes aislados para proteger los dedos de lo frío
- **Utilice calzado** que proteja contra lo helado y humedad. El calzado debe estar aislado y quedar confortable cuando use calcetines en capa.
- **Evita** usar ropa sucia o grasosa porque tal prendas tienen malas propiedades de aislamiento.



Factores mayores de riesgo que contribuye en al estrés relacionado con el frío

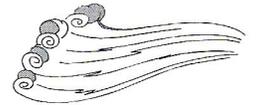
- **Ropa inadecuada** o mojada. Cambiase la ropa inmediatamente después de la penetración de humedad.
- **El uso de drogas** o ciertos medicamentos pueden reprimir la respuesta del cuerpo a lo helado o deteriorar su discernimiento.
- **Aumentado riesgo a lo helado** puede incluir el resfriado o otras enfermedades tal como diabetes, aterosclerosis y hipotiroidismo.
- **Susceptibilidad** aumenta con la edad.

Las siguientes señales pueden ayudar en estimar la velocidad del viento:

- **5 mph** una bandera ligera apenas se mueve.
- **10 mph** una bandera ligera esta totalmente extendida por el viento.
- **15 mph** levanta una hoja de periódico de la tierra.
- **20 mph** el viento es capaz de soplar la nieve.



La frialdad por el viento involucra el efecto combinado de aire, temperatura y el movimiento de aire. Entre mas alta la velocidad de aire y mas bajo la temperatura en el ambiente de trabajo, mas ropa protectora es necesaria.



Protección de escombros volantes en altos vientos:

- **Erige** tablas de pie, mallas o sistemas de barandales para prevenir la caída de objetos desde niveles altos.
- **Erige** una estructura de toldo y mantenga los objetos potenciales de caerse alejados de la orilla de niveles altas para que los objetos no sean sopladados sobre la orilla. Asegure todos los objetos cuales el viento puede desalojar. Los barandales deben ser instalados en todos lados abiertos.
- **Levante barricadas** en el área donde se pueden caer los objetos, y prohíbe que los empleados entren a una área barricada.

Calentadores portátiles en el sitio de trabajo:

Cuando son usados los calentadores en espacios confinados, un cuidado especial debe ser tomado en proveer ventilación suficiente para asegurar combustión propia, mantener la salud y seguridad de los obreros y limitar la temperatura en el área.

- **Calentadores usados en la vecindad** de combustibles encerrados, lonas o cubiertas similares deben estar alejados de tales cubiertas. Sujeta seguramente las cubiertas en vientos altos. Asegúrese que un extinguidor de incendios esta disponible siempre en el sitio de trabajo.
- **Una salamandra eléctrica y portátil** es para usar en áreas donde la altura del cielo raso es 15 pies o menos. Las salamandras de combustible solido son prohibidas en edificios y en andamios. Salamandras son calefacciones limpias, sin olor, sin la necesidad de combustible.
- **No se use** en áreas abiertas, intercolumnios altos a al aire libre. Uselos solo en localidades temporánea donde se necesita calefacción encerrada.
- **Inspeccione** los controles de los calentadores portátiles. Quítelos inmediatamente de servicio si le a ocurrido un daño.

Conclusión: los obreros al aire libre siempre necesitan llevar en mente la clima. Los riesgos mencionados solo son algunas de una lista larga de los riesgos que se pueden encontrar en el sitio de construcción. Un sitio de construcción corrido propiamente toma el esfuerzo de cada persona en el sitio a crear un ambiente de trabajo seguro. Recuerda que una buena evaluación de riesgos, junto con el adiestramiento adecuado del empleado es la clave en hacer la obra seguramente. Utilizando el vestuario adecuado en tiempo helado, estar atento del cambio en el viento u utilizando calefacciones portátiles responsablemente va reducir los riesgos adversos asociados con el cambio de los condiciones del tiempo.

Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: _____

Violaciones de Seguridad del Personal: _____

Firma de Empleado:

(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)

Firma de Forman/Supervisor:

Esta pauta no reemplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.