

Las tormentas invernales a veces son llamadas como “asesino engañoso” porque la mayoría de las lesiones, enfermedades y muertes suceden después de que la tormenta ha pasado o solo son causadas indirectamente por el clima.

Los peligros de las tormentas invernales incluyen:

- Congelación o hipotermia
- Accidentes de tráfico
- Ataques al corazón debido al sobreesfuerzo
- Envenenamiento por monóxido de carbono
- Resbalamiento y caídas



0002033

Ponga atención al desarrollo de condiciones climáticas, prepárese para el clima frío de invierno, asegure que su auto esté listo para viajar en invierno y prepare su hogar en contra de temperaturas frías.

- Durante una tormenta invernal, especialmente si tiene que salir por cualquier razón, es importante vestirse de manera cálida en ropa suelta, ligera y en capas.

Conducir es muy peligroso durante e inmediatamente después de una tormenta invernal.

- Planee quedarse fuera de los caminos hasta que el clima mejore y los caminos sean seguros.
- Si conducir es necesario, asegure tener suministros de emergencia como comida, agua, vestimenta cálida y un tanque lleno de gasolina.
- Si es posible, viaje durante el día y no viaje solo.



0002036

Las personas mueren cada año por ataques al corazón que suceden cuando están paleando nieve debido a que el clima frío puede agregar estrés al corazón.

- Tenga precaución y tome descansos frecuentes al palear nieve.
- Levante cargas más ligeras al palear nieve o trate de empujar la nieve en vez de levantarla.

- Mantenga cualquier cosa que pueda quemarse, incluyendo personas, al menos a 3 pies de distancia del equipo de calefacción, como la caldera, chimenea, horno de madera o calefactor portátil.
- Asegure que el calefacto que esté usando tenga un termostato, protección por sobrecalentamiento y un sistema de auto apagado que funcione en caso de que se voltee.
- Este preparado en caso de que falle la electricidad. Tenga linternas y otra iluminación de baterías fácilmente accesible junto con baterías extras. Nunca use velas.

Las muertes por monóxido de carbono (CO) siempre son más altas durante los meses de invierno.



- Nunca use un generador, parrilla, estufa de campamento o dispositivo para quemar carbón en interior en cualquier área cerrada parcialmente.
- Los generadores deben ser usados en áreas exteriores bien ventiladas con el sistema de escape del generador a al menos 5 pies de todas las puertas, ventanas y aberturas de ventilación a la casa.

## COPYRIGHT Y RENUNCIA DE RESPONSABILIDAD

Este material es la propiedad intelectual de Weeklysafety.com, LLC. La compra de este material de Weeklysafety.com, LLC permite al dueño el derecho de usar este material con el propósito de seguridad en el espacio de trabajo y educación. El uso de este material para cualquier otro propósito, particularmente uso comercial, está prohibido. Este material, incluyendo las fotografías, no puede ser re-venido. Weeklysafety.com, LLC no garantiza ni asume ninguna responsabilidad legal o responsabilidad de la precisión, integridad o utilidad de ninguna información, aparato, producto o proceso expuesto en estos materiales. Las fotos mostradas en esta presentación pueden representar situaciones que no están en cumplimiento con los requerimientos de seguridad aplicables de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacional (OSHA). Estos materiales están destinados solo a propósitos informativos y no es la intención de Weeklysafety.com, LLC proveer entrenamiento basado en el cumplimiento. La intención es abordar la concientización de riesgos en la construcción e industrias relacionadas y reconocer los riesgos potenciales presentes en muchos espacios de trabajos. Estos materiales están destinados a discutir solamente las Regulaciones Federales, ya que los requerimientos Estatales pueden ser más rigurosos. Muchos estados operan su propio OSHA del estado y pueden tener estándares diferentes a la información presentada en este entrenamiento. Es la responsabilidad del empleador y sus empleados el cumplir con todas las reglas de seguridad y regulaciones OSHA pertinentes en la jurisdicción en la cual trabajan.

## RECONOMIENTO DE FOTOS

A menos que se especifique debajo, todas las fotos son propiedad intelectual de Weeklysafety.com, LLC y no pueden ser usadas en cualquier otro material de entrenamiento ni ser re-venidas para ningún propósito.

- 0002033 Shutterstock License for Weeklysafety.com
- 0002036 Shutterstock License for Weeklysafety.com
- 0002038 Shutterstock License for Weeklysafety.com

Para más información en este tema semanal de seguridad, otros temas que están disponibles y la lista completa de preguntas frecuentes por favor visita [www.weeklysafety.com](http://www.weeklysafety.com) o envía un correo a [safety@weeklysafety.com](mailto:safety@weeklysafety.com).