

# ¡Bienvenido a la Serie de Entrenamiento Hard Hat!



BUY THE COMPLETE  
PRESENTATION HERE

Bienvenido a la serie de entrenamiento Hard Hat. Hoy, aprenderá sobre los principios de seguridad asociados con los factores estresantes de calor y frío y se le proporcionará el conocimiento para mantenerse a salvo y proteger a quienes lo rodean.



**HARD HAT**  
TRAINING SERIES

**SAFETY**  
**PROVISIONS, Inc.**  
Copyright Safety Provisions, Inc.



Los trabajadores en todo tipo de industrias pasan horas afuera casi a diario. Incluso aquellos que pasan solo unos minutos afuera son susceptibles a los efectos ambientales que podrían dejar daños duraderos. "¿Qué daño me puede hacer el clima?" Puede estar pensando, "¡Jugué afuera cuando era niño y nunca me lastimó de ninguna manera!"



SAMPLE



Según OSHA, los trabajadores experimentan entre 2,500 y 3,000 lesiones y enfermedades cada año como resultado de la exposición al calor y al frío, con una docena o más que resultan en la muerte. En todo el mundo, hay casi 650 muertes anuales debido al calor excesivo y, sorprendentemente, la cantidad de muertes causadas por el frío es casi 20 veces mayor.

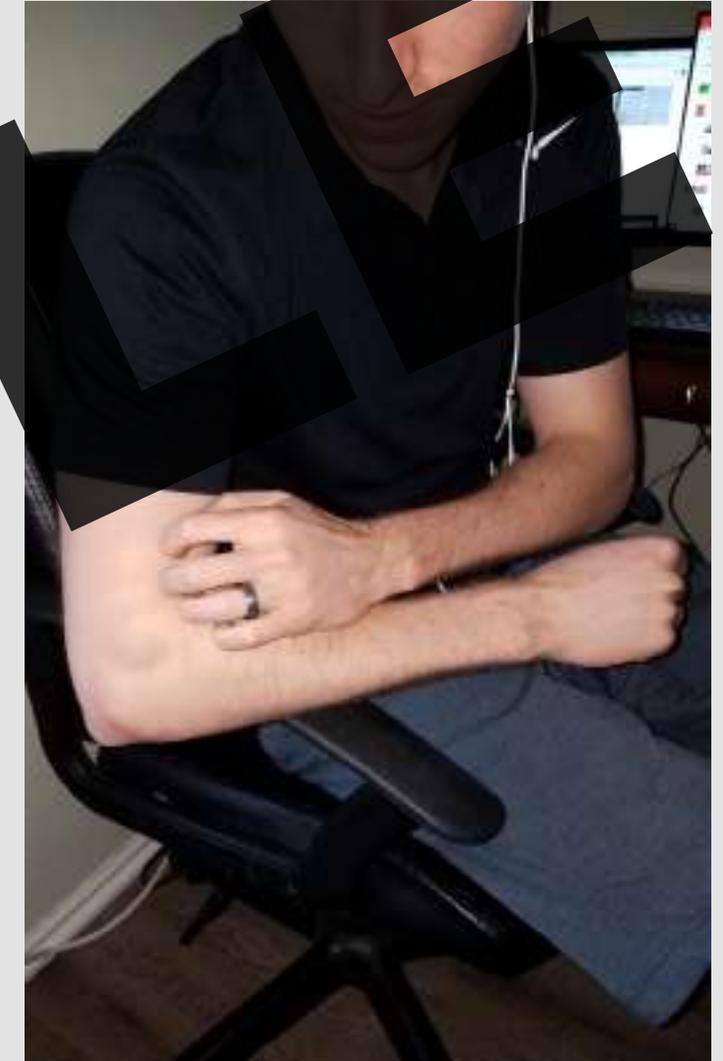


SAMPLE

Las condiciones presentadas en minería, construcción, paisajismo y otras industrias similares someten a los empleados a la severidad del estrés por calor y frío. Incluso aquellos que trabajan en ambientes interiores como panaderías, fundiciones y salas de calderas están en riesgo.



Mientras algunos productos de belleza y salud afirman revertir los efectos del daño del clima o estimular la reparación celular, no hay investigaciones que respalden tales declaraciones. El daño solar, por ejemplo, a menudo es irreversible y puede mantenerse tanto en climas cálidos como fríos. Sin las debidas precauciones, junto con el golpe de calor, la hipotermia y otras enfermedades inducidas por el clima, tiene el potencial de matar. ¿Todavía cree que la temperatura y el clima son incapaces de hacerle daño? En las siguientes diapositivas, presentaremos un verdadero caso de estudio sobre los efectos del estrés por calor no tratado.



Robert, un empleado de 35 años, estaba trabajando en un sitio de construcción que configura formas de concreto de aluminio. Ese día, las temperaturas subieron a 95 ° F (35 ° C). Sintiendo un poco mareado, Robert se detuvo para almorzar y descansar rápidamente a la sombra.



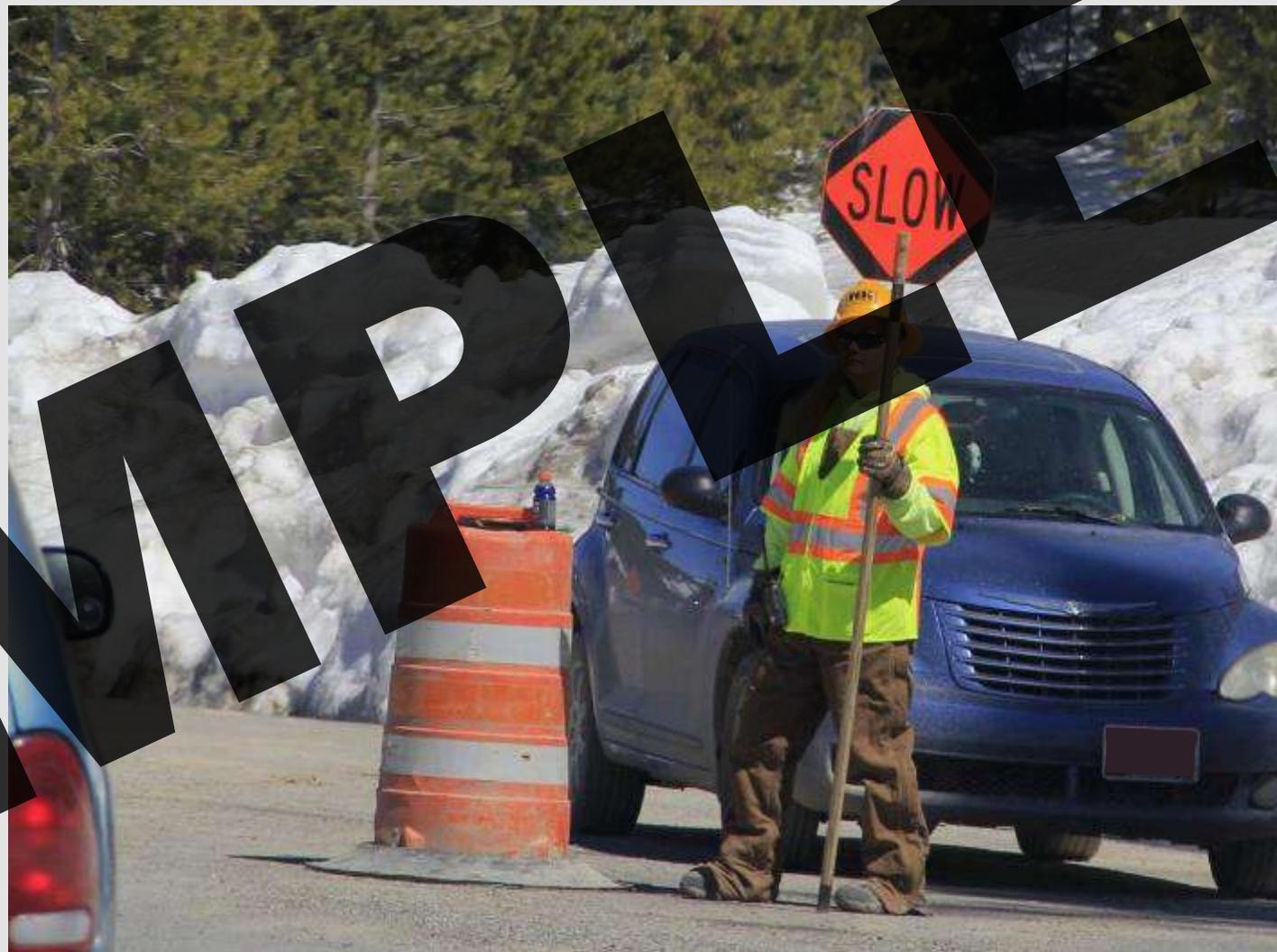
Diez minutos después, fue encontrado inconsciente, encorvado sobre el camión de otro empleado. Aunque fue transportado rápidamente al hospital, Robert murió de estrés relacionado con el calor, con una temperatura corporal central de 107.5 ° F (41.9 ° C).



Debido a que había estado trabajando a pleno sol a altas temperaturas, Robert tenía un mayor riesgo de desarrollar una enfermedad por calor. Si él y sus compañeros de trabajo hubieran tomado las precauciones necesarias, fácilmente podría haber evitado el estrés en su cuerpo y haberse alejado del sitio como un hombre sano. Al informarse sobre los signos de las enfermedades ambientales y los métodos preventivos, puede evitar accidentes y tal vez incluso salvar una vida.



A lo largo del entrenamiento de hoy, cubriremos varios escenarios relacionados con el estrés por calor y frío y explicaremos qué salió mal, así como qué se puede hacer para minimizar el daño corporal.



También discutiremos los signos y síntomas del estrés por calor o frío en el cuerpo y brindaremos consejos sobre qué hacer si los detecta en usted o en un compañero de trabajo. Esto incluye soluciones a corto plazo y métodos de tratamiento a largo plazo.



A continuación, repasaremos el PPE necesario para todas las condiciones y desglosaremos los procedimientos de colocación y retirada.



Por último, explicaremos qué protocolo y procedimientos escritos debe tener su empresa para su seguridad y orientación en el trabajo.



OSHA



## ESTÁNDARES

- Sección 5 (a) (1) Cláusula de deber general
- 29 CFR 1910.332 (d): PPE
- 29 CFR 1915.152 (b): "Evaluación de peligros y equipo"
- 29 CFR 1917.95 (a): "Ropa protectora"
- 29 CFR 1910.151: Medicina y primeros auxilios

La seguridad comienza con el conocimiento y la comprensión básica de los estándares que rigen su industria específica y su situación laboral. Aunque no hay normas que cubran explícitamente el trabajo en ambientes fríos o calientes, la Cláusula de Obligación General de OSHA requiere que los empleadores proporcionen un lugar de trabajo libre de riesgos reconocidos que puedan causar la muerte o daños físicos graves a los empleados.



También es su deber conocer todos los estándares federales, estatales o provinciales, locales y de la compañía, además de las regulaciones federales aplicables.



Todos los sitios de trabajo pueden alcanzar temperaturas sofocantes o frías con baja o alta humedad. En condiciones peligrosas como estas, debe saber cómo manejarlas y cómo evitar lesiones o la muerte a usted y a quienes lo rodean. Al concluir este entrenamiento, debe alejarse armado con los conocimientos necesarios y ser más consciente de los peligros que le esperan al aire libre.



# ENFERMEDAD POR CALOR

**SAMPLE**

 BUY THE COMPLETE  
PRESENTATION HERE

