13.24 | Weather
MEETING DOCUMENTATION

MEETING DATE:

TIME / SHIFT:

LOCATION:

CONDUCTED BY:

ATTENDEES:

SAFETY REMINDER

Esté consciente que el cansancio, enfermedad leve, y algunas medicinas podrán aumentar en forma temporal su susceptibilidad a las enfermedades relacionadas con el calor.

Trabajando en el calor

Cuando usted está expuesto al calor extremo en el trabajo puede sufrir de una enfermedad relacionada con el calor como urticaria, calambres causados por el calor, agotamiento por el calor, o insolación. Trabajando en el calor extremo también puede aumentar su riesgo de sufrir otras lesiones porque el calor puede causar palmas sudorosas y lentes de seguridad empañados. El agotamiento por el calor y la insolación también pueden causar mareos y afectar su capacidad de pensar clara y rápidamente. Si trabaja en áreas calientes usted necesita entender cómo afecta el calor a su cuerpo, y cómo los controles de ingeniería, controles administrativos y EPP pueden ayudarlo a enfrentarse al calor, y mantenerse fresco y seguro.

Controles de ingeniería:

- Reduzca los requerimientos físicos del trabajo. Use ayuda impulsada o de motor para las tareas pesadas. Use carretillas verticales o diablos para mover materiales.
- Bloquee el calor. Use aislamiento en las paredes de hornos, pantallas metálicas reflectores, prendas reflectantes al calor, y asegúrese de cubrir las partes expuestas de su cuerpo.
- Si la temperatura del aire sube a más de 95°F, aumente la temperatura del aire acondicionado y apague los ventiladores hasta bajar la temperatura.
- Si la temperatura del aire baja a menos de 95°F, enfríese con ventiladores y use prendas frescas.
- Controle las fugas de vapor y aumente la ventilación en general en la planta.

Controles administrativos:

- Aumente gradualmente el tiempo que usted pasa en un entorno caliente. Por ejemplo, si usted es nuevo al trabajo en un entorno caliente, empiece pasando únicamente más o menos el 20% de su día en el calor. No aumente el tiempo que pasa en el entorno caliente por más del 20% al día.
- Las exposiciones más cortas y más frecuentes en un entorno caliente son mejores que las exposiciones más largas y menos frecuentes.
- Programe los trabajos muy calientes durante los períodos más frescos del día, cuando sea posible.
- Beba agua a intervalos frecuentes para prevenir la deshidratación. Tome períodos de descanso regulares para descansar y recuperarse en un lugar fresco o con aire acondicionado.

Equipo de protección personal:

- Use un chaleco enfriado con líquido cuando sea necesario.
- Use prendas o delantales reflectantes al trabajar cerca del equipo caliente.

Asegúrese de suspender su trabajo, irse a un lugar fresco, beber agua, y descansar antes de enfermarse. Vigile a sus compañeros de trabajo y ayúdense mutuamente para evitar las enfermedades relacionadas con el calor.

Notes

© 2017 SAFETY MEETING OUTLINES, INC.
P.O. Box 700 • Frankfort, IL 60423 • Ph: 888-665-3836 • Fx: 815-464-0015 • www.safetymeetingoutlines.com
These instructions do not supersede local, state, or federal regulations.