



KENTUCKY
AGC Self Insurers' Fund

Trabajar de Forma Segura en Clima Frío: Comience con un Análisis de Riesgos del Trabajo (JHA)

Las condiciones invernales agregan nuevos riesgos a cada tarea — desde la visibilidad reducida y las superficies resbalosas hasta los equipos rígidos por el frío y tiempos de reacción más lentos. Antes de comenzar el trabajo, los equipos deben identificar los peligros relacionados con el frío y planificar controles para prevenir lesiones.

Por Qué el Análisis de Riesgos del Trabajo (JHA) es Importante en el Invierno

El clima frío cambia la forma en que se realiza el trabajo. Un Análisis de Riesgos del Trabajo (JHA) ayuda a los equipos a:

- Identificar peligros invernales específicos de cada tarea
- Ajustar los métodos de trabajo y el equipo para las condiciones de frío
- Reducir el riesgo de estrés por frío, resbalones/caídas e incidentes con equipos

Peligros Comunes en el Lugar de Trabajo Durante el Invierno

- Superficies para caminar y trabajar resbalosas
- Disminución de la destreza y la fuerza de agarre
- Mangueras hidráulicas, sellos y componentes rígidos por el frío
- Visibilidad reducida por nieve, escarcha o menor cantidad de horas de luz
- Fatiga por trabajar con ropa pesada o restrictiva

Antes de Comenzar el Trabajo — Revise Estas Preguntas del JHA

- ¿La superficie para caminar o trabajar ha sido limpiada, tratada o inspeccionada?
- ¿Las condiciones climáticas (viento, temperatura, precipitación) son seguras para la tarea?
- ¿El frío afectará el desempeño de las herramientas, los materiales o los métodos de levantamiento?
- ¿El equipo está vestido adecuadamente para la tarea y su duración?
- ¿Existe un plan para pausas de calentamiento y respuesta ante emergencias?

Señales de Advertencia del Estrés por Frío

Si aparecen estos síntomas, detenga el trabajo y busque calor y ayuda médica de inmediato:

- Escalofríos incontrolables
- Habla arrastrada o confusión
- Movimientos torpes o fatiga
- Entumecimiento o piel pálida / con apariencia cerosa

Recordatorios sobre Capas de Ropa y EPP

- **Capa interna:** tela sintética que absorba la humedad
- **Capa intermedia:** aislamiento (lana o forro polar)
- **Capa externa:** material resistente al viento y al agua, y transpirable
- Proteja las manos, los pies, las orejas y el rostro contra la exposición al frío

Mensaje Clave

La seguridad en clima frío comienza **antes** de iniciar la tarea. Una breve conversación de JHA puede prevenir lesiones, daños al equipo e incidentes costosos.