



icy roads and walkways.

How Do You Know If It's Too Cold?

Some common signs that increase the risk for cold stress-related injuries and illnesses to occur include:

- x Temperature drops
- x An Increase in Wind -Chill
- x Limited Sunshine
- x Improper



Seguridad contra el estrés por frío

Es importante saber cómo proteger a los trabajadores en temperaturas bajas, reconocer los signos de lesiones y enfermedades y corregir peligros comunes, incluidos caminos y senderos helados.

Factores de riesgo para el estrés por frío

Cuando se trabaja en temperaturas frías, existen varios factores de riesgo que pueden provocar lesiones y enfermedades graves. Estos factores incluyen:

Mojado/Humedad
Vientos fríos
Deshidratación
Ropa inadecuada
Condiciones de salud que predisponen

¿Cómo saber si hace demasiado frío?

Algunos signos comunes que aumentan el riesgo de sufrir lesiones y enfermedades relacionadas con el estrés por frío incluyen:

Caídas de temperatura
Un aumento de la sensación térmica
Sol limitado
Ropa protectora inadecuada

Incluso una temperatura del aire de 40 grados Fahrenheit y vientos tan lentos como 15 millas por hora pueden bajar la temperaturas a bajo cero.

