



Reunión semanal sobre seguridad

El Calor Viene

Cuando la primavera se convierte en verano, y trae el tiempo caluroso, todos debemos estar conscientes de algunos consejos para evitar el estrés térmico. Recuerde que la actividad física en temperaturas altas puede afectar la salud directamente, e indirectamente ser la causa de accidentes.

Las estadísticas muestran que un aumento en la temperatura puede afectar los lugares de trabajo de manera negativa. El aumento del número de lesiones y enfermedades que surgen durante las estaciones de primavera y verano refleja este hecho.

El estrés por calor es un peligro común, pero a menudo, ignorado en el lugar de trabajo. Aunque es generalmente reconocido que el estrés de calor puede plantear un riesgo grave para la salud de los trabajadores, es posible que los empleadores no se den cuenta de que trabajo en ambientes calientes aumenta los riesgos de seguridad.

Investigaciones demuestran que el trabajo en ambientes calurosos está vinculado con disminución de rendimiento físico y mental. Además, más lesiones ocurren en ambientes calurosos que en temperaturas promedio. Tome en cuenta la temperatura corporal elevada y malestar físico, y es fácil ver cómo los trabajadores pueden desviar su atención de tareas peligrosas y ignorar procedimientos de seguridad comunes.

La enfermedad por el calor es peligrosa, pero no ocurre sin aviso previo. Es generalmente precedido por signos y síntomas. Pero, debido a que los supervisores y los trabajadores no siempre prestan atención a estos signos, se pierden la oportunidad de ayudar a sí mismo o a sus compañeros. O, en realidad, hacen algo para empeorar la situación--como beber unas cervezas cuando se sienten sobrecalentado.

Crónica de una Muerte por Estrés Térmico Prevenible

Esta historia comienza en Nuevo México en la primavera de 2008. Anthony Dalton y Ronald Morrissey son caldereros cualificados y amigos buenos. Se decidieron aceptar un trabajo en Albuquerque de reparación de tuberías en una fábrica de papel. He aquí una crónica de lo que pasó:

20 de mayo, 2008: Dalton y Morrissey se presentan para su primer día de trabajo. Las temperaturas afuera son altas para mayo - 94°F y 35% de humedad. Es incluso más caliente en el molino donde los productos químicos son calentados en espacios cerrados, especialmente en los andamios donde Dalton y Morrissey están trabajando. Nadie les dice nada acerca de los peligros del estrés térmico. Luego, el contratista declarará que asumió que calderos cualificados estarían muy informados sobre el estrés térmico. Por desgracia, resulta ser una suposición trágica.

Dalton y Morrissey trabajan todo el día en el calor. Dalton comienza a experimentar fatiga. Es la primera advertencia de peligro. Pero dado que ninguno de los dos sabe nada acerca de los signos de estrés térmico, no es reconocido

21 de mayo, 2008: La temperatura exterior ha subido a 99° F. La humedad está a 33%. El calor y el trabajo duro en el molino continúan. Dalton y Morrissey trabajan durante todo el día. Dalton se empeora. Cuando los dos vuelven a su motel después del trabajo, Dalton comienza a experimentar calambres musculares. Está agotado. Bebe una cerveza, porque no se da cuenta de que la última cosa que alguien en su condición debería hacer es beber alcohol. Se desmaya en el piso del baño de la habitación de motel.

22 de mayo, 2008: Es aun más caliente hoy - 101°F. Dalton todavía está agotado, pero decide esforzarse ir al trabajo. Pasa la mañana en el interior de uno de los tanques ayudando a construir un andamio. Está en grandes apuros. Después de almorzar, le dice al supervisor que simplemente está demasiado agotado para volver al trabajo. Se sienta en el suelo con su espalda contra la base de una columna. Cuando el turno termina, apenas se puede levantar. Está incoherente. Tropezó después de andar 300 pies y se derrumba. Incluso ahora, nadie sabe cuál es el problema. Una ambulancia lleva a Dalton al hospital. Pero es demasiado tarde. Se muere de un golpe de calor al día siguiente.

La Moraleja

Quizás la parte más triste de la muerte de Anthony Dalton es que podría haber sido evitado. Hubo muchas señales de alerta:

- Fatiga;
- Dolores corporales (Calambres);
- El desmayo en el suelo del baño en la habitación del motel;
- Fatiga extrema de nuevo al día siguiente; y
- Debilidad e incapacidad para estar de pie, etc.

Cualquier persona consciente de los signos de estrés térmico habría reconocido lo que sucedía, y actuado mientras todavía había tiempo. Trágicamente, porque ninguno de los trabajadores o los supervisores con quien Dalton trabajó había recibido educación sobre el estrés térmico, cada oportunidad para salvarlo fue perdida.

Resumen

El reconocer los síntomas del estrés térmico es muy importante, particularmente porque la víctima puede no darse cuenta de lo que sucede. Si trabaja solo en un ambiente caluroso, desarrolle un "sistema de compañero", para que alguien se realice chequeos a usted periódicamente para buscar signos de estrés térmico.

Prevenir el estrés por calor es una cuestión de controlar los factores que lo causan. Use precaución y no dude en pedir ayuda si sospecha que el estrés térmico. ¡Su vida depende de ello!

***ESTRÉS POR CALOR PUEDE MATAR...¡¡TOME EL TIEMPO ENFRIARSE Y
HIDRATARSE!!***

