Shoveling Snow Stats & Facts – Spanish



HECHOS

1. Una forma de ayudar a mantener el equilibrio cuando se camina sobre superficies resbaladizas es mantener las manos fuera de los bolsillos.
2. Dos cosas que hay que evitar antes de palear la nieve son la cafeína y la nicotina, porque aumentan el ritmo cardíaco y pueden hacer que los vasos sanguíneos se contraigan, aumentando así el riesgo de sufrir un infarto.
3. Hasta el 10 por ciento del calor corporal puede perderse a través de la cabeza, por lo que es importante llevar un gorro en condiciones de trabajo al aire libre. (LiveScience.com)
4. Se necesitan de cinco a siete días para aclimatarse a trabajar al aire libre en condiciones de frío.
5. La acumulación de monóxido de carbono en los edificios es un riesgo importante para la salud de los trabajadores en los meses de invierno. Seis equipos que pueden provocar una intoxicación por monóxido de carbono si se utilizan en interiores sin una ventilación adecuada son las carretillas elevadoras que funcionan con gasolina/propano, los aparatos de gas y las chimeneas, los coches o camiones, los equipos de soldadura, los compresores y bombas que funcionan con gasolina y los calentadores que funcionan con combustible.
6. Si conduce por carreteras cubiertas de hielo, su distancia de frenado será de tres a doce veces mayor que si frena en una carretera seca. (Salud y Seguridad de Ontario)

ESTADÍSTICAS

- La mayoría de los lesionados en incidentes con palas fueron hombres: unos dos tercios de los casos (67,5%).
- Los adultos mayores (de 55 años en adelante) representaron alrededor del 22% de los percances (en su mayoría) en las calzadas.
- Los niños menores de 18 años también resultaron heridos, ya que representaron alrededor del 15% de los accidentes con pala.
- ¿Las lesiones más comunes? Esguinces, torceduras, contusiones y abrasiones. Estas lesiones de tejidos blandos (músculos, tendones o ligamentos) representan el 54,7% de todas las lesiones.
- La gente también tiende a lesionarse la parte baja de la espalda (de ahí la necesidad de levantar con las piernas). Las lesiones en la zona lumbar representaron el 34,3% de los ingresos hospitalarios.
- En el 20% de las urgencias, las personas resbalaron y se cayeron. En el 15 por ciento, fueron golpeados por una pala. Las visitas a urgencias relacionadas con el corazón, como los infartos, supusieron el 6,7% de los

casos.

- En el caso de las nevadas de más de 20 centímetros, se produjo un aumento del 16% de los ingresos hospitalarios en comparación con los días sin nieve.
- Cuanto más profunda era la nieve, más hombres morían de ataques cardíacos. Se observó un aumento del 34% al día siguiente de una nevada de ocho pulgadas, y se observaron tasas más altas cuando cayó aún más nieve.
- Duración de la nevada. Cuanto más tiempo nevó, mayores fueron las tasas de infarto y de muertes relacionadas con él entre los hombres.