# Cold Stress Hazards Stats & Facts – Spanish

## HECHOS

La sensación térmica es la combinación de la temperatura del aire y la velocidad del viento. Por ejemplo, cuando la temperatura del aire es de 40º F. y la velocidad del viento es de 35 mph, la piel expuesta recibe condiciones equivalentes a que la temperatura del aire sea de 11º F. Aunque es obvio que las condiciones bajo cero combinadas con una ropa inadecuada pueden provocar estrés por frío, también es importante entender que también puede ser provocado por temperaturas de 50º junto con algo de lluvia y viento.

Cuando se trabaja al aire libre con tiempo frío o en entornos artificialmente fríos, como las zonas refrigeradas, pueden producirse graves lesiones y enfermedades relacionadas con el frío. Los riesgos relacionados con el frío pueden causar daños permanentes en los tejidos o incluso la muerte.

Quitar la nieve es especialmente agotador porque requiere el trabajo de los brazos, que es más agotador que el de las piernas. El esfuerzo para mover la nieve húmeda y pesada es especialmente probable que provoque un aumento del ritmo cardíaco y de la presión arterial.

Muchas personas retienen la respiración durante el duro trabajo, lo que también supone un esfuerzo para el cuerpo.

Las personas con mayor riesgo son las habitualmente sedentarias y con enfermedades coronarias conocidas o sospechosas, que salen una vez al año a quitar la nieve, lo que aumenta el riesgo. Si tiene que hacerlo, empuje en lugar de levantar la nieve, vístase en capas, haga descansos regulares en el interior y no coma ni fume antes de palear.

## ESTADÍSTICAS

1. Cada invierno, unas 100 personas mueren en Estados Unidos al quitar la nieve. Un estudio realizado entre 1990 y 2006 por investigadores del Nationwide Children's Hospital de EE.UU. registró 1.647 muertes por lesiones relacionadas con el corazón al quitar la nieve. En Canadá, estas muertes son noticia cada invierno.
2. Informe de los CDC: El frío mata a más personas que el calor. Un informe del Centro Nacional de Estadísticas de Salud revela que el frío invernal mata a más estadounidenses que el calor del verano. Cada año, aproximadamente 2.000 trabajadores mueren por causas relacionadas con el clima. De esa población, el 63% de las muertes son causadas por la exposición al frío y/o a la hipotermia, mientras que sólo el 31% se atribuye a la exposición relacionada con el calor,

como la insolación o el golpe de sol.

3. Según la Oficina de Estadísticas Laborales, en 2014 se produjeron 42.480 lesiones en el lugar de trabajo relacionadas con el hielo, el aguanieve o la nieve que exigieron al menos un día de baja. De estas lesiones, y enfermedades, 34.860 (82%) fueron el resultado de caídas en el mismo nivel – no desde las alturas.