



# SAFETY TIP OF THE WEEK

FOR THE CONSTRUCTION INDUSTRY



Company \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_

To encourage all of us to promote safety on a continuing basis, the Builders Exchange publishes a safety tip in each issue of the weekly **Bulletin**. The superintendent/foreman of each job should use this safety tip in a short safety meeting Monday morning. We suggest that this 5-to-10 minute meeting be just before lunch or perhaps right after the morning break. You can then emphasize the SAFETY TIP OF THE WEEK all week long.

## Preparing for Winter Hazards

Week Ending 12/6/2024

Winter is coming. For employers, this, of course, means colder temperatures and more slippery surfaces facing their workers. However, the safety hazards are much more dynamic than that. These new conditions can create complexities and challenges that put the worker at higher risk of injury and worse.

### The Occupational Hazards of Winter Work

Winter work can be dangerous not only due to the slippery conditions and low temperatures. These conditions can both directly and indirectly create safety hazards that are very dangerous when not properly addressed by the employer and employees.

- **Road accidents.** One of these hazards is the increased potential for road accidents and vehicle crashes during winter work and travel. Researchers found that winter-related crashes during work commutes were higher during certain times in the winter. Road accidents are particularly dangerous when they occur at remote worksites and the worker is stranded at the vehicle where help and communication may be limited, if they're available at all.
- **Cold stress, hypothermia and exposure.** When working in cold temperatures, people are at risk of cold stress and the several injuries and illnesses that could result when not treated immediately. OSHA says that working in cold environments for extended periods puts workers at risk of cold stress and its resulting hazards, including trench foot, frostbite, hypothermia and chilblains. What is surprising is how fast a worker can experience frostbite, which experts say can occur in as few as 10 minutes.

- **Slips and falls.** Naturally, slips and falls can increase with wet, slippery surfaces in the winter. But what is not very well known is how dangerous a seemingly mundane fall can be for a person. Depending on the environment and what measures are taken now, a simple stumble could either be a sprained ankle or a fatal head injury.
- **Malfunctioning and damaged technology/equipment.** Regardless of the specific industry, communication technology is a big component. Many devices are designed and built to withstand water and the cold. However, some common devices are still at risk, including smartphones. Researchers found that even brief exposures to extreme cold temperatures of -22 degrees Fahrenheit can impact battery health and operating systems.

### What Employers Can Do

Before the temperatures begin to plummet, employers have the benefit of time to plan winter work practices as well as implement any preventative steps and measures now.

- **Plan winter PPE and technology.** The types of PPE and protective winter clothing that people need to work this winter is incredibly paramount, if not legally required. These range from the basic necessities of warm, waterproof clothing to advanced safety monitoring apps that communicate valuable check-in messages and information. Not only does this PPE and clothing have to be purchased and ordered, but the equipment and technology needs of workers may need to be assessed and evaluated, requiring additional time beforehand.

Special Topics for this Job: \_\_\_\_\_

MSDS # \_\_\_\_\_ Reviewed – Title: \_\_\_\_\_

Present at Meeting:


Supervisor's Signature: \_\_\_\_\_

Note: These SAFETY TIPS OF THE WEEK are to help members provide a safe workplace and to instruct employees in ways to prevent accidents. Ensure you record the names of those who attend your safety meetings and file this form with your permanent accident prevention records.

- **Update protocols and policies.** If there is not already a separate set of protocols and policies for cold-weather safety hazards, now is the time to update existing protocols to reflect the new hazards that winter presents to workers. However, if the hazards are significant enough (g., journey management plans for frequent winter travel), they may require their own safety policy.
- **Plan custom emergency kits.** For the possibility of extreme weather and work accidents, plan and create emergency kits according to specific winter work hazards and the employee's needs. These can include emergency kits for work vehicles, specific field sites and offices, people working from home, and workers who are mobile.
- **Provide safety training.** A very effective, proactive safety measure is to provide training on specific areas such as snow removal from rooftops and elevated surfaces which OSHA provides resources for. Additionally, valuable training for other hazards can be provided, including winter driving and cold stress awareness.
- **Stay dry.** Focusing on staying dry will keep the worker warm and, as a result, coherent and able to find help in an emergency. Using the best PPE and winter clothing is incredibly important, but the worker must work in ways that they stay dry throughout their shift. Even if a worker's clothing is damp, it can increase the rate of heat loss from the body.

### Stay Aware And Engaged

What all of these measures have in common is that they make sure that the workers are more aware of the hazards in these colder work environments. These steps engage the employer and employee in winter safety early so that nobody is unprepared when winter does hit.

Most importantly, updating work safety measures with winter and changing seasons demonstrates that the employer is thinking about the worker's safety. It shows that anticipating dangers and making appropriate plans is a priority for both the company and the workers.

### What Employees Can Do

Likewise, while working in the winter, employees can make sure they are safe by consistently practicing behaviors that should be a part of the company's culture and overall standards for occupational health and safety.

- **Look out for coworkers.** The first important behavior that employees can adopt is to actively look out for the well-being of their coworkers while performing their jobs in the cold. In particular cold and wet conditions, employees should monitor their fellow coworkers' health and vice versa.
- **Use PPE properly.** Especially when multiple layers of protective clothing and PPE are needed, it is very important to use and wear PPE as the instructions state. This includes making sure they are properly fitted as well. Because as OSHA says, "If the personal protective equipment does not fit properly, it can make the difference between being safely covered or dangerously exposed."
- **Stay hydrated.** Some may be surprised to realize it's important to stay hydrated when working in the cold as well as working in the heat. Cold-weather dehydration exists because it can be more difficult to notice when the body sweats in the cold. Stay hydrated and warm by drinking warm fluids, carrying a water bottle at work or bringing soup for lunch.



# SAFETY TIP OF THE WEEK

FOR THE CONSTRUCTION INDUSTRY



Company \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_

To encourage all of us to promote safety on a continuing basis, the Builders Exchange publishes a safety tip in each issue of the weekly **Bulletin**. The superintendent/foreman of each job should use this safety tip in a short safety meeting Monday morning. We suggest that this 5-to-10 minute meeting be just before lunch or perhaps right after the morning break. You can then emphasize the SAFETY TIP OF THE WEEK all week long.

## Prepararse para los peligros invernales

Week Ending 12/6/2024

Se acerca el invierno. Para los empleadores, esto, por supuesto, significa temperaturas más frías y superficies más resbaladizas frente a sus trabajadores. Sin embargo, los riesgos de seguridad son mucho más dinámicos que eso. Estas nuevas condiciones pueden crear complejidades y desafíos que ponen al trabajador en mayor riesgo de lesiones y cosas peores.

### Los riesgos laborales del trabajo invernal

El trabajo de invierno puede ser peligroso no solo debido a las condiciones resbaladizas y las bajas temperaturas. Estas condiciones pueden crear directa e indirectamente riesgos de seguridad que son muy peligrosos cuando no son abordados adecuadamente por el empleador y los empleados.

- **Accidentes de tráfico.** Uno de estos peligros es el aumento de las posibilidades de accidentes de tráfico y accidentes de vehículos durante el invierno, el trabajo y los viajes. Los investigadores encontraron que los accidentes relacionados con el invierno durante los viajes al trabajo eran más altos durante ciertos momentos del invierno. Los accidentes de tráfico son especialmente peligrosos cuando se producen en lugares de trabajo remotos y el trabajador se queda varado en el vehículo, donde la ayuda y la comunicación pueden ser limitadas, si es que están disponibles.
- **Estrés por frío, hipotermia y exposición.** Cuando se trabaja en temperaturas frías, las personas corren el riesgo de sufrir estrés por frío y las diversas lesiones y enfermedades que podrían resultar si no se tratan de inmediato. OSHA dice que trabajar en ambientes fríos durante períodos prolongados pone a los trabajadores en riesgo de estrés por frío y sus peligros resultantes, incluidos pie de trinchera, congelación, hipotermia y sabañones. Lo que es

sorprendente es lo rápido que un trabajador puede experimentar la congelación, que según los expertos puede ocurrir en tan solo 10 minutos.

- **Resbalones y caídas.** Naturalmente, los resbalones y caídas pueden aumentar con superficies mojadas y resbaladizas en el invierno. Pero lo que no es muy conocido es lo peligrosa que puede ser una caída aparentemente mundana para una persona. Dependiendo del entorno y de las medidas que se tomen ahora, un simple tropiezo podría ser un esguince de tobillo o una lesión mortal en la cabeza.
- **Tecnología/equipos defectuosos y dañados.** Independientemente de la industria específica, la tecnología de la comunicación es un componente importante. Muchos dispositivos están diseñados y construidos para resistir el agua y el frío. Sin embargo, algunos dispositivos comunes todavía están en riesgo, incluidos los teléfonos inteligentes. Los investigadores descubrieron que incluso las exposiciones breves a temperaturas extremadamente frías de -22 grados Fahrenheit pueden afectar la salud de la batería y los sistemas operativos.

### Lo que pueden hacer los empleadores

Antes de que las temperaturas comiencen a caer en picado, los empleadores tienen el beneficio de tiempo para planificar las prácticas de trabajo de invierno, así como para implementar cualquier paso y medida preventiva ahora.

- **Planifique el invierno de los EPI y la tecnología.** Los tipos de EPI y ropa protectora de invierno que las personas necesitan para trabajar este invierno son increíblemente primordiales, si no son

Special Topics for this Job: \_\_\_\_\_

MSDS # \_\_\_\_\_ Reviewed – Title: \_\_\_\_\_

Present at Meeting:


Supervisor's Signature: \_\_\_\_\_

Note: These SAFETY TIPS OF THE WEEK are to help members provide a safe workplace and to instruct employees in ways to prevent accidents. Ensure you record the names of those who attend your safety meetings and file this form with your permanent accident prevention records.

legalmente obligatorios. Estos van desde las necesidades básicas de ropa abrigada e impermeable hasta aplicaciones avanzadas de monitoreo de seguridad que comunican valiosos mensajes e información de registro. No solo hay que comprar y pedir este EPP y ropa, sino que es posible que sea necesario evaluar y evaluar las necesidades de equipo y tecnología de los trabajadores, lo que requiere tiempo adicional de antemano.

- **Actualizar protocolos y políticas.** Si aún no existe un conjunto separado de protocolos y políticas para los peligros de seguridad en climas fríos, ahora es el momento de actualizar los protocolos existentes para reflejar los nuevos peligros que el invierno presenta para los trabajadores. Sin embargo, si los peligros son lo suficientemente significativos (por ejemplo, planes de gestión de viajes para viajes frecuentes de invierno), es posible que requieran su propia política de seguridad.
- **Planifique kits de emergencia personalizados.** Para la posibilidad de clima extremo y accidentes laborales, planifique y cree kits de emergencia de acuerdo con los peligros específicos del trabajo invernal y las necesidades del empleado. Estos pueden incluir kits de emergencia para vehículos de trabajo, sitios de campo y oficinas específicas, personas que trabajan desde casa y trabajadores móviles.
- **Proporcionar capacitación en seguridad.** Una medida de seguridad muy efectiva y proactiva es brindar capacitación en áreas específicas, como la remoción de nieve de los techos y superficies elevadas, para las cuales OSHA proporciona recursos. Además, se puede proporcionar una valiosa capacitación para otros peligros, incluida la conducción en invierno y la concientización sobre el estrés por frío.

### Lo que pueden hacer los empleados

Del mismo modo, mientras trabajan en invierno, los empleados pueden asegurarse de que están seguros practicando constantemente comportamientos que deberían formar parte de la cultura de la empresa y de las normas generales de salud y seguridad en el trabajo.

- **Cuida a tus compañeros de trabajo.** El primer comportamiento importante que pueden adoptar los empleados es velar activamente por el bienestar de sus compañeros de trabajo mientras realizan sus trabajos en el frío. En condiciones particulares de frío y humedad, los empleados deben controlar la salud de sus compañeros de trabajo y viceversa.
- **Utilice el EPP correctamente.** Especialmente cuando se necesitan varias capas de ropa protectora y EPP, es muy importante usar y usar EPP como indican las instrucciones. Esto incluye

asegurarse de que también estén bien ajustados. Porque como dice OSHA, "si el equipo de protección personal no se ajusta correctamente, puede marcar la diferencia entre estar cubierto de manera segura o expuesto peligrosamente".

- **Mantente hidratado.** Algunos pueden sorprenderse al darse cuenta de que es importante mantenerse hidratado cuando se trabaja en el frío y en el calor. La deshidratación en climas fríos existe porque puede ser más difícil notar cuando el cuerpo suda en el frío. Manténgase hidratado y abrigado bebiendo líquidos tibios, llevando una botella de agua al trabajo o llevando sopa para el almuerzo.
- **Mantente seco.** Centrarse en mantenerse seco mantendrá al trabajador caliente y, como resultado, coherente y capaz de encontrar ayuda en caso de emergencia. Usar el mejor EPP y ropa de invierno es increíblemente importante, pero el trabajador debe trabajar de manera que se mantenga seco durante todo su turno. Incluso si la ropa de un trabajador está húmeda, puede aumentar la tasa de pérdida de calor del cuerpo.

### Mantente consciente y comprometido

Lo que todas estas medidas tienen en común es que aseguran que los trabajadores sean más conscientes de los peligros en estos entornos de trabajo más fríos. Estas medidas involucran al empleador y al empleado en la seguridad invernal desde el principio para que nadie esté desprevenido cuando llegue el invierno.

Lo más importante es que actualizar las medidas de seguridad laboral con el invierno y los cambios de estación demuestra que el empleador está pensando en la seguridad del trabajador. Demuestra que anticiparse a los peligros y hacer planes adecuados es una prioridad tanto para la empresa como para los trabajadores.