

# Protéjase de los rayos

Nota del Editor: Nuestras hojas de tips de entrenamiento de Tailgate están disponibles en inglés en [gemplers.com](http://gemplers.com).

## Puntos Principales:

- Sepa que un rayo puede descargar aún cuando el cielo está despejado.
- Sepa que los tractores abiertos sin protección de techo NO SON seguros durante la descarga de un rayo.

**Nota al instructor:** Siga este texto o úselo como guía para conducir sesiones de entrenamiento de "tailgate" de 10 a 15 minutos con sus trabajadores agrícolas/horticultura. Usted puede fotocopiar esta hoja para el uso personal de sus empleados. Sin embargo, tenga presente que no se puede publicar ni vender.

## Los peligros del rayo

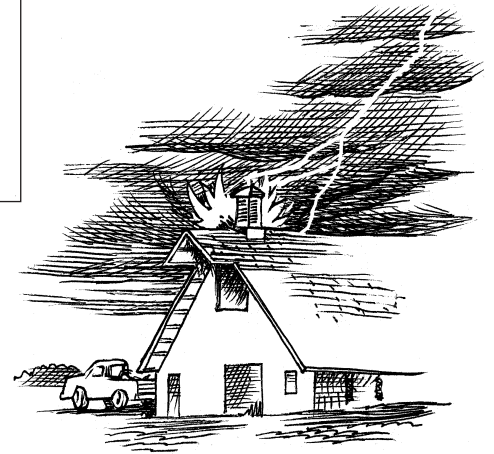
- Cada año en los Estados Unidos muere más gente a causa de un rayo que a causa de huracanes o tornados.
- Aunque se estima que sobreviven un 90 por ciento de las personas a quienes las golpea un rayo, muchas de ellas sufren graves problemas de salud por el resto de sus vidas.
- Las personas que han sufrido la descarga de un rayo a veces tienen problemas para procesar información, se distraen con facilidad y a veces no pueden seguir realizando sus trabajos.

## Cuándo es más probable que se descargue un rayo

- Es obvio que hay peligro de que caiga un rayo si usted ve el rayo en el área.
- También, hay peligro de caiga un rayo cuando se oye trueno, aunque no se vea un rayo.
- Los rayos podrían descargar en cualquier momento, incluso cuando hay tormentas eléctricas cerca pero el cielo es despejado.
- Sepa que el riesgo de ser golpeado por un rayo continua durante 30 minutos desde la última vez que se vea un rayo o se escuche un trueno.
- **Nota al instructor:** Repase con los participantes los lugares específicos donde puedan buscar refugio en caso de que ocurra una descarga de rayos.

## Consejos de seguridad cuando hay rayos

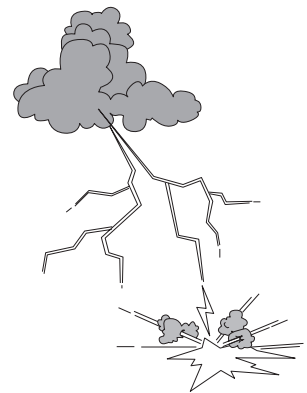
- Pon atención al pronóstico diaria para informarse de tormentas en el área. Si es posible, planifique trabajos más cerca a edificios de cobijo durante esos días.
- Esté alerta. Busque para signos de tormentas como los vientos altos, las nubes oscuras y la lluvia.
- Si el cielo es siniestro o se notan relámpagos o truenos, busque refugio de inmediato.
- Alerta a otros trabajadores y el supervisor si nota que el cielo se oscurece, el tiempo es peligroso, o hay el rayo, o el trueno.



Los rayos son la mayor causa de incendios en los edificios agrícolas.



Muchas personas golpeadas por rayos sufren problemas graves de salud por el resto de sus vidas.



Los rayos podrían descargar en cualquier momento.

(Continúa al reverso)

**Consejos de seguridad cuando hay rayos**

- Espere 30 minutos después del último rayo or último trueno antes de salir el refugio y regresarse a su sitio de trabajo. El supervisor podría decirle esperar más tiempo si todavía hay peligro o más tormentas vienen.

**Más consejos de seguridad**

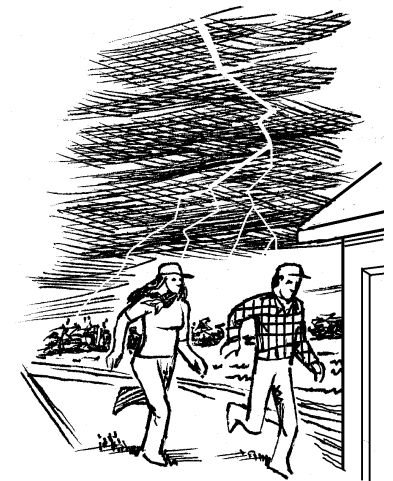
- Evite el contacto con todo tipo de metal si está por descargarse un rayo.
- No busque protección en estructuras con los costados abiertos.
- Sepa que el mejor lugar para buscar protección es en la parte central de una habitación de un edificio de estructura sólida. Cuando adentro, manténgase alejado del agua y de las puertas y ventanas abiertas. No hable por teléfono y no use equipo ni herramientas eléctricas.
- No tenga temor de tocar a alguna persona que haya sido golpeada por un rayo si tiene que darle primeros auxilios. Si la persona no está respirando y usted tiene entrenamiento en CPR, déle CPR. Pida ayuda médica de emergencia inmediatamente.

**¿Alguien quiere hacer alguna pregunta?**

Nota al instructor: Deje tiempo para responder las preguntas de los participantes. Enseguida revise los puntos que Debe y No Debe Hacer para Protegerse de los Rayos.



No se pare debajo de un árbol alto y aislado.



Trate de buscar protección en un edificio grande de construcción permanente.

**LO QUE DEBE Y NO DEBE HACER PARA PROTEGERSE DE LOS RAYOS**

**DEBE:**

- Buscar protección de seguridad cuando está por caer un rayo.
- Permanecer lejos de agua, objetos de metal y artefactos eléctricos.
- Salir inmediatamente del vivero si ha caído un rayo o si comienza a incendiarse.

**NO DEBE:**

- Creer que las llantas de caucho o goma o los cojines de espuma protegerán contra los rayos.
- Buscar protección en estructuras abiertas en los costados.
- Dudar de ayudar a un compañero de trabajo que ha sido golpeado por un rayo por temor a que usted se electrocutará.