



# Lightning Safety When Working Outdoors

Article provided by:



## Lightning strikes can severely injure or kill workers whose jobs involve working outdoors.

Workers whose jobs involve working outdoors in open spaces have significant exposure to lightning risks.

## Reducing Lightning Hazards When Working Outdoors

Lightning is unpredictable and can strike outside the heaviest rainfall areas or even up to 10 miles from any rainfall.

## When thunder roars, go indoors!

If you hear thunder, even a distant rumble, get to a safe place immediately. Thunderstorms always include lightning. Any thunder you hear is caused by lightning!

## Vehicles as Shelter

If safe building structures are not accessible, employers should guide workers to hard-topped metal vehicles with rolled up windows.

## Phone Safety

After hearing thunder, do not use corded phones, except in an emergency. Cell phones and cordless phones may be used safely.

## If Caught Outside in a Thunderstorm

There is no safe place outside in a thunderstorm. Follow these recommendations to decrease the risk of being struck.

- Lightning is likely to strike the tallest objects in a given area—you should not be the tallest object.
- Avoid isolated tall trees, hilltops, utility poles, cell phone towers, cranes, large equipment, ladders or scaffolding.
- Avoid open areas and never lie flat on the ground.
- Retreat to dense areas of smaller trees that are surrounded by larger trees, or retreat to low lying areas
- Avoid water, and immediately get out of and away from bodies of water. Water does not attract lightning, but it is an excellent conductor of electricity.
- Lightning can travel long distances through metal. Stay away from all metal objects, equipment, and surfaces that can conduct electricity.
- Do not shelter in sheds, pavilions, tents, or covered porches as they do not provide adequate protection from lightning.
- A building is a safe shelter as long as you are not in contact with anything that can conduct electricity (e.g., electrical equipment or cords, plumbing fixtures, corded phones). Do not lean against concrete walls or floors.



# Seguridad Contra Rayos Cuando Se Trabaja Al Aire Libre

Artículo proporcionado por:



Los rayos pueden lesionar gravemente o matar a los trabajadores cuyos trabajos implican trabajar al aire libre.

Los trabajadores cuyos trabajos implican trabajar al aire libre en espacios abiertos tienen una exposición significativa a los riesgos de rayos.

**Reducción de los riesgos de rayos cuando se trabaja al aire libre**

Los relámpagos son impredecibles y pueden caer fuera de las áreas de lluvia más intensa o incluso hasta 10 millas de cualquier lluvia.

**Cuando el trueno ruge, ¡vaya adentro!**

Si escucha un trueno, incluso un estruendo lejano, diríjase a un lugar seguro de inmediato. Las tormentas siempre incluyen relámpagos.

**¡Cualquier trueno que escuches es causado por un rayo!**

**Vehículos como refugio**

Si las estructuras de construcción seguras no son accesibles, los empleadores deben guiar a los trabajadores a vehículos de metal con techo rígido y ventanas enrolladas.

**Seguridad del teléfono**

Después de escuchar un trueno, no use teléfonos con cable, excepto en caso de emergencia. Los teléfonos celulares y los teléfonos inalámbricos se pueden usar de manera segura.

Si lo atrapan afuera en una tormenta eléctrica No hay un lugar seguro afuera durante una tormenta eléctrica. Siga estas recomendaciones para disminuir el riesgo de ser golpeado.

- Es probable que un rayo caiga sobre los objetos más altos en un área determinada; usted no debe ser el objeto más alto.
- Evite árboles altos aislados, cimas de colinas, postes de servicios públicos, torres de telefonía celular, grúas, equipos grandes, escaleras o andamios.
- Evite las áreas abiertas y nunca se acueste en el suelo.
- Retírese a áreas densas de árboles más pequeños que estén rodeadas de árboles más grandes, o retírese a áreas bajas
- Evite el agua e inmediatamente salga y aléjese de los cuerpos de agua. El agua no atrae los rayos, pero es un excelente conductor de la electricidad.
- Los rayos pueden viajar largas distancias a través del metal. Manténgase alejado de todos los objetos, equipos y superficies de metal que puedan conducir electricidad.
- No se refugie en cobertizos, pabellones, tiendas de campaña o porches cubiertos, ya que no brindan una protección adecuada contra los rayos.
- Un edificio es un refugio seguro siempre que no esté en contacto con nada que pueda conducir electricidad (por ejemplo, equipos o cables eléctricos, accesorios de plomería, teléfonos con cable). No se apoye en paredes o pisos de concreto.