

Paleado y Sopladura de Nieve

Tenga la pala preparada este invierno



El paleado y la sopladura de nieve son responsables de miles de lesiones cada año y de más de 100 muertes.
¡Tenga cuidado!

Paleado Correcto

- ◆ No debe palear después de comer o mientras fuma
- ◆ Tómese su tiempo y elongue antes de comenzar
- ◆ Solamente debe palear la nieve liviana, fresca, que parece polvo
- ◆ Empuje la nieve en lugar de levantarla
- ◆ No trabaje hasta el punto de quedar exhausto
- ◆ Apague la sopladora de nieve si se traba y mantenga las manos lejos de las partes móviles

1

Mantenga la espalda recta



2

Levante con ayuda de las piernas

3

No voltee o gire el cuerpo