

AVISPAS. AVISPONES Y ABEJAS

Trabajar al aire libre significa entrar en contacto con todo tipo de insectos. En el mejor de los casos, las picaduras pueden causar dolor e irritación y, en el peor, una reacción alérgica. Es importante que todos comprendan cómo evitar las picaduras, sepan dónde ubicar un botiquín de primeros auxilios y ayuden a tratar a los compañeros de trabajo que han sido afectados por una picadura de insecto.

Antes de empezar a trabajar:

- Sea consciente de su entorno y mire a su alrededor. Verifique si hay signos visibles de actividad de una colmena o nido. Si ve varios insectos volando alrededor, verifique si están entrando / saliendo del mismo agujero o lugar. Si es así, es probable que sea un nido o una fuente de alimento.
- **No use perfumes, colonias, jabones perfumados o polvos**, ya que contienen fragancias atractivas.
- Las herramientas eléctricas como cortadoras de césped, herbicidas y motosierras agravarán los insectos. Cuando utilice herramientas eléctricas, tenga en cuenta que las herramientas pueden provocar a los insectos o, en algunos casos, hacer que los insectos se amontonen.

Si encuentra que está trabajando cerca de insectos que pican, aquí tiene algunos consejos.

- La mayoría de las abejas y avispas no pican a menos que se asusten o ataquen.
- **No los golpee ni haga movimientos rápidos.** La mejor opción es dejar que los insectos vuelen solos. Si es necesario, aléjese lentamente o "sople" suavemente.

La única excepción es si ha perturbado un nido y escucha un zumbido.

Protéjase el rostro con las manos y salga de la zona de inmediato.

- **Use ropa de colores claros** como caqui, beige o azul.

Evite la ropa negra, estampada o de colores brillantes.

- Es posible que también desee usar una capa adicional de ropa, ya que las picaduras de avispa solo son lo suficientemente largas para atravesar una capa de ropa.

El manejo de las fuentes de alimentos al aire libre es muy importante.

Algunos insectos, como las avispas chaqueta amarilla, buscan diferentes tipos de alimentos en diferentes épocas del año. En la primavera, necesitan más proteínas para las nuevas larvas y pueden sentirse más atraídas por otros insectos, pero también por las carnes y los alimentos para mascotas. **A fines del verano, están más interesados en alimentos con alto contenido de azúcar como frutas, dulces y refrescos.**

- Vacíe y lave los botes de basura con regularidad. Coloque botes de basura con tapa hermética.
- Coloque los botes de basura lejos del área de trabajo.
- Sirva bebidas dulces en recipientes con tapa y pajitas.

Las avispas suelen meterse en las latas de refrescos y pueden "beberse" accidentalmente.

Mantenga el pulgar sobre la abertura de la lata si no dispone de un recipiente con tapa.

El CDC estima que alrededor de 100 personas mueren cada año por reacciones alérgicas a las picaduras de abejas, avispas y avispas. Los trabajadores que saben que tienen estas alergias deben notificar a su supervisor y llevar un (EpiPen). También se recomienda un significativo médico, como una pulsera, collar o tarjeta que contenga información sobre su condición. Si a los

trabajadores les pica, la mejor práctica es que alguien se quede con ellos para vigilar cualquier reacción alérgica.

El área donde ocurrió la picadura debe lavarse con agua y jabón antes de intentar quitar el aguijón. No intente quitarlo con pinzas o apretando la herida. En su lugar, pase una uña limpia o una gasa de un botiquín de primeros auxilios sobre la picadura para sacar el aguijón.

Se puede aplicar hielo a una picadura reciente para ayudar a reducir la hinchazón. Abstente de rascarte o picar una picadura para que no se irrite o se infecte más.