

Caminando en el Invierno

Cuestionario De Revision

Nombre _____

Fecha _____

Por favor, responda las siguientes preguntas para mostrar qué tan bien comprendió la información presentada en este programa.

1. ¿Por qué tanta gente se resbala y cae en el invierno?
 - a. La nieve y el hielo son imposibles de caminar
 - b. A menudo no nos ajustamos a las condiciones de invierno
2. Las maneras que podemos ajustarnos a las condiciones del invierno incluyen:
 - a. El uso de calzado adecuado
 - b. Reducción de velocidad especialmente en las esquinas
 - c. Usando pasos cortos
 - d. Todas las anteriores
3. Si se cae hacia atrás, tratar de minimizar lesiones al:
 - a. Sosteniendo fuera tus brazos
 - b. Rizar la cabeza y la espalda hacia adelante
4. Si es necesario caminar en la calle, caminar frente a tráfico venidero.
 - a. Verdadero
 - b. Falso
5. Si la nieve está soplando o derivando, ¿por qué es inseguro?
 - a. Puede obscurecer baches y otros peligros
 - b. Puede derribarte
 - c. Podría tener fragmentos de hielo en ella
6. ¿Cuáles de las siguientes áreas presentan riesgos de caminar en el invierno?
 - a. Escaleras
 - b. Entradas del edificio
 - c. Bordillos
 - d. Zonas sombreadas
 - e. Todas las anteriores
7. Mantener las manos en los bolsillos resultará en un mejor equilibrio en superficies resbaladizas.
 - a. Verdadero
 - b. Falso
8. Limpiar la nieve tan pronto como sea posible ayudará a prevenir las superficies heladas más tarde.
 - a. Verdadero
 - b. Falso
9. ¿Cómo debe salir de un borde de nieve?
 - a. Tome un paso amplio
 - b. Tome un paso hacia abajo
10. Las técnicas que ayudan en las escaleras cubiertas de nieve incluyen:
 - a. Limpie la nieve con sus botas cuidadosamente
 - b. Use los pasamanos
 - c. Saltar por las escaleras cubiertas de nieve
 - d. Las dos A&B
11. ¿Cuál es la mejor técnica para caminar cuando se camina sobre un banco de nieve?
 - a. Paseo a pie plano
 - b. Paseo a pie
 - c. Paseo a pie lateral
12. ¿Qué no es una técnica adecuada para salir de un vehículo?
 - a. Inspeccione la superficie sobre la que está pisando
 - b. Pise tan lejos del vehículo como usted puede alcanzar
 - c. Pise ligero y hacia abajo
 - d. Utilizar el vehículo para apoyo

Caminando en el Invierno
Respuestas al Cuestionario De Revision

1. b

2. d

3. b

4. a

5. a

6. e

7. b

8. a

9. b

10. d

11. c

12. b