



Modificaciones de la norma de prevención de las enfermedades causadas por el calor

Código de Regulaciones de California, Título 8, Artículo 3395

Guía sobre los nuevos requisitos para empleadores y empleados



14 de mayo de 2015

Contenido

INTRODUCCIÓN	2
(b) DEFINICIONES.....	2
(c) SUMINISTRO DE AGUA	3
(d) ACCESO A LA SOMBRA.....	4
(e) PROCEDIMIENTOS PARA TEMPERATURAS ALTAS.....	8
(f) PROCEDIMIENTOS DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS	12
(g) ACLIMATACIÓN	15
(h) CAPACITACIÓN	16
(i) PLAN DE PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR.....	18

INTRODUCCIÓN

Los cambios en las reglamentaciones de la prevención de las enfermedades causadas por el calor de Cal/OSHA entraron en vigor el 1 de mayo de 2015. Las tablas de este documento proporcionan a los empleadores y empleados orientación sobre la forma de implementar los requisitos nuevos. Tenga en cuenta que el documento no aborda todas las situaciones posibles.

Para obtener materiales e información adicional, visite <http://www.dir.ca.gov/DOSH/Spanish/HeatIllnessInfo.html>. Para revisar la Norma de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor en su totalidad, visite <http://www.dir.ca.gov/title8/3395.html>.

(b) DEFINICIONES		
LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>“Sombra” es el bloqueo de la luz solar directa. Un indicio de que el bloqueo es suficiente es cuando los objetos no proyectan sombra en el área con luz solar bloqueada. La sombra no es adecuada cuando el calor del área de la sombra contrarresta el propósito de la sombra, que es permitir que el cuerpo se enfríe. Por ejemplo, un automóvil detenido en el sol no proporciona una sombra aceptable para la persona que se encuentra dentro del automóvil, a menos que se encuentre con el aire acondicionado en funcionamiento. La sombra puede originarse por medios naturales o artificiales que no expongan a los empleados a condiciones poco seguras o insalubres.</p>	<p>“Sombra” es el bloqueo de la luz solar directa. Un indicio de que el bloqueo es suficiente es cuando los objetos no proyectan sombra en el área con luz solar bloqueada. La sombra no es adecuada cuando el calor del área de la sombra contrarresta el propósito de la sombra, que es permitir que el cuerpo se enfríe. Por ejemplo, un automóvil detenido en el sol no proporciona una sombra aceptable para la persona que se encuentra dentro del automóvil, a menos que se encuentre con el aire acondicionado en funcionamiento. La sombra puede originarse por medios naturales o artificiales que no expongan a los empleados a condiciones poco seguras o insalubres <u>y que no impidan ni desalienten su acceso o su uso.</u></p>	<p>El empleado debe poder alcanzar la sombra fácilmente. El requisito de que la sombra “no impida ni desaliente el acceso o el uso” significa que los trabajadores no deberían lidiar con ningún obstáculo ni condición peligrosa o irracionalmente incómoda cuando se desplacen hacia la sombra o descansen en la sombra.</p> <p>Ejemplos:</p> <ul style="list-style-type: none">• Los empleados no deberían tener que cruzar calles ni canales para alcanzar la sombra.• La sombra no debería encontrarse junto a baños portátiles ni en lugares donde los empleados deban sentarse en suelo húmedo o barroso, o en contacto con ramas, arbustos y espinas.

(c) SUMINISTRO DE AGUA		
LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>Suministro de agua. Los empleados deben tener acceso a agua potable que cumpla con los requisitos de los Artículos 1524, 3363 y 3457, según corresponda. Cuando el agua potable no se suministre continuamente por red o por otro medio, deberá proporcionarse en cantidad suficiente al comienzo del turno de trabajo para brindar un cuarto de galón de agua para beber por empleado por hora durante todo el turno. Los empleadores pueden comenzar el turno con cantidades de agua menores si existen procedimientos efectivos para la reposición durante el turno, según se necesite, para permitir que los empleados puedan beber un cuarto de galón o más por hora. Se debe alentar que se beba agua con frecuencia, como se describe en el inciso (f)(1)(C).</p>	<p>Suministro de agua. Los empleados deben tener acceso a agua potable que cumpla con los requisitos de los Artículos 1524, 3363 y 3457, según corresponda, <u>incluidos, entre otros, los requisitos de que sea pura y dulce, esté adecuadamente fría y se brinde a los empleados de manera gratuita. El agua debe encontrarse lo más cerca posible de las áreas de trabajo de los empleados.</u> Cuando el agua potable no se suministre continuamente por red o por otro medio, deberá proporcionarse en cantidad suficiente al comienzo del turno de trabajo para brindar un cuarto de galón de agua para beber por empleado por hora durante todo el turno. Los empleadores pueden comenzar el turno con cantidades de agua menores si existen procedimientos efectivos para la reposición durante el turno, según se necesite, para permitir que los empleados puedan beber un cuarto de galón o más por hora. Se debe alentar que se beba agua con frecuencia, como se describe en el inciso <u>(f)(h)(1)(C).</u></p>	<p>El propósito de requerir que el agua “sea pura y dulce, esté adecuadamente fría y se brinde a los empleados de manera gratuita” y “se encuentre lo más cerca posible de las áreas de trabajo de los empleados” es alentar a los trabajadores a beber agua con frecuencia y evitar que interrumpan su trabajo para hacerlo. Para garantizar que el agua sea pura y dulce y esté adecuadamente fría, Cal/OSHA recomienda a los empleadores o supervisores que examinen visualmente el agua y viertan un poco sobre su piel.</p> <p>Dulce y pura El agua debe ser apta para beber (es decir, potable) y no debe emitir aromas que desalienten a los empleados de beber agua. Si un empleador suministra recipientes de agua individuales, estos deben estar limpios y la fuente de agua potable (por ejemplo, una fuente de agua municipal) debe estar fácilmente disponible. Es inaceptable el uso de agua de fuentes no aprobadas o no analizadas (p. ej., de pozos sin analizar). Si se utilizan mangueras o conexiones, deben contar con la aprobación del gobierno para sistemas de agua potable, según se muestra en la etiqueta del fabricante.</p> <p>Adecuadamente fría Cuando hace calor, el agua debe estar más fría que la temperatura ambiente, pero no tanto como para generar malestar.</p> <p>Lo más cerca posible de las áreas de trabajo de los empleados Durante una inspección de Cal/OSHA, el inspector puede solicitar al supervisor que describa los factores que el empleador consideró al momento de decidir dónde colocar el agua. Por ejemplo, aunque el empleador pueda demostrar que es imposible o esté prohibido por ley</p>

(c) SUMINISTRO DE AGUA		
LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
		<p>que las estaciones de agua se encuentren en filas de cultivos donde trabajen los empleados, puede ser posible colocarlas al final de las filas. Debido a que los recipientes de agua son más pequeños que las estructuras que proporcionan sombra, pueden colocarse más cerca a los empleados que estas estructuras. Colocar el agua únicamente en las áreas con sombra designadas o donde se encuentren los baños no es suficiente. Cuando los empleados trabajan en áreas grandes, el agua debe colocarse en múltiples ubicaciones. Por ejemplo, en una obra de construcción con pisos múltiples, el agua debe colocarse en una ubicación de acceso seguro en cada piso en el que haya empleados trabajando.</p>

(d) ACCESO A LA SOMBRA		
LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>(1) Se requiere que haya sombra presente cuando la temperatura supera los 85 grados Fahrenheit. Cuando la temperatura exterior del área de trabajo supera los 85 grados Fahrenheit, el empleador deberá disponer y mantener una o más áreas con sombra en todo momento mientras los empleados estén presentes, ya sean abiertas al aire libre o con ventilación o sistemas de refrigeración.</p>	<p>(1) Se requiere que haya <u>Deberá haber</u> sombra presente cuando la temperatura supera los 85-80 <u>80</u> grados Fahrenheit. Cuando la temperatura exterior del área de trabajo supera los 85-80 <u>80</u> grados Fahrenheit, el empleador deberá disponer y mantener una o más áreas con sombra en todo momento mientras los empleados estén presentes, ya sean abiertas al aire libre o con ventilación o sistemas de refrigeración.</p>	<p>La temperatura que desencadenará la necesidad de la presencia de sombra disminuye de 85 a 80 grados Fahrenheit. Cuando la temperatura supere los 80 grados, deberán construirse estructuras que proporcionen sombra si no existe otro tipo de sombra fácilmente disponible.</p> <p>Incluso si las temperaturas no superan los 80 grados, debe haber sombra disponible. Para los empleadores que utilicen estructuras que proporcionen sombra, es útil contar con estructuras construidas para que los empleados se refresquen cuando hace calor.</p> <p>Los empleadores deben vigilar las temperaturas pronosticadas con anticipación (por ejemplo, por televisión, radio o Internet) para conocer</p>

(d) ACCESO A LA SOMBRA		
LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
		cuándo la temperatura puede superar los 80 grados. Se espera que los empleadores sepan si la temperatura de hecho supera los 80 grados en el lugar de trabajo.
La cantidad de sombra presente debe ser, al menos, lo suficientemente buena como para resguardar al 25 % de los empleados de un turno en cualquier momento, de modo que puedan sentarse en una postura normal y quedar totalmente cubiertos por la sombra, sin tener que estar en contacto físico entre ellos. El área con sombra debe encontrarse lo más cerca posible de las áreas de trabajo de los empleados.	La cantidad de sombra presente debe ser, al menos, lo suficientemente buena como para resguardar al 25 % de a los empleados de un turno en cualquier momento, que se encuentren en <u>periodos de recuperación o descanso</u> de modo que puedan sentarse en una postura normal y quedar totalmente cubiertos por la sombra, sin tener que estar en contacto físico entre ellos. La el área con sombra <u>sombra</u> debe encontrarse lo más cerca posible de las áreas de trabajo de los empleados. <u>Sujeta a las mismas especificaciones, la cantidad de sombra presente en los periodos de comidas debe ser, al menos, lo suficientemente buena como para resguardar a la cantidad de empleados que permanezcan en el sitio en el momento de la comida.</u>	<p>“Período de recuperación y descanso” hace referencia a los descansos normales que deben ofrecerse según las órdenes salariales de la Comisión de Bienestar Industrial. Las reglas nuevas requieren que se proporcione una sombra lo suficientemente buena como para resguardar a todos los empleados que se tomen dichos descansos en cualquier momento. Esto no significa que los empleadores deban proporcionar una cantidad suficiente de sombra para resguardar a todos los empleados del turno al mismo tiempo. Los empleadores pueden, por ejemplo, rotar los descansos entre los empleados. También pueden construir estructuras adicionales, según sea necesario.</p> <p>En los períodos de comidas, el empleador debe proporcionar una cantidad suficiente de sombra para todos los empleados que elijan permanecer en el área de trabajo general o en áreas designadas durante los períodos de recuperación y descanso. Los empleadores pueden rotar a los empleados en los períodos de comidas, como sucede con los períodos de recuperación y descanso. Los empleadores no tienen la obligación de proporcionar sombra a los empleados que elijan pasar el período de comida dentro de sus propios vehículos con aire acondicionado. No obstante, los empleadores no pueden obligar a los empleados ni presionarlos a comer sus almuerzos en sus propios vehículos o fuera del sitio de trabajo.</p>
(3) Se debe permitir y alentar a los empleados a tomar un descanso para refrescarse en la sombra durante un	(3) Se debe permitir y alentar a los empleados a tomar un descanso <u>preventivo</u> para refrescarse bajo la	Un empleado puede optar por tomar un “descanso preventivo para refrescarse” bajo la sombra para ayudar a que su cuerpo se alivie del calor excesivo. Es esencial que no se apure a los empleados cuando

(d) ACCESO A LA SOMBRA		
LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>período no menor a cinco minutos por vez-cuando sientan la necesidad de hacerlo para evitar el sobrecalentamiento. Dicho acceso a la sombra debe permitirse en todo momento.</p>	<p>sombra durante un período no menor a cinco minutos por vez cuando sientan la necesidad de hacerlo para evitar el sobrecalentamiento. Dicho acceso a la sombra debe permitirse en todo momento. <u>A un empleado individual que tome un descanso preventivo para refrescarse (A) se le deberá vigilar y consultar si sufre síntomas de las enfermedades causadas por el calor, (B) se le deberá alentar a que permanezca en la sombra y (C) no se le deberá solicitar que retome el trabajo hasta haber disminuido cualquier señal o síntoma de una las enfermedades causadas por el calor y bajo ninguna circunstancia en un período menor de 5 minutos adicionales al tiempo necesario para acceder a la sombra.</u></p>	<p>tomen descansos para refrescarse. Debe haber agua disponible en el área de descanso para alentar a los empleados a tomar más agua.</p> <p>La importancia de la prevención no puede dejarse de repetir. Los empleados que esperan hasta que los síntomas aparezcan antes de ir a la sombra y recuperarse tienen un riesgo mayor de desarrollar una de las enfermedades causadas por el calor.</p> <p>Debe vigilarse al empleado cuando se encuentre en descansos para refrescarse y se le debe consultar si sufre algún síntoma de una las enfermedades causadas por el calor, incluida la fatiga simple. Si se observa o reporta alguna señal o síntoma de una enfermedad por el calor, el empleador no debe solicitar al empleado que retome el trabajo. Además, se deberá observar continuamente al empleado hasta que las señales o los síntomas hayan disminuido. Las primeras señales o síntomas de las enfermedades causadas por el calor pueden incluir, por ejemplo, palidez, sudoración excesiva, dolor de cabeza, calambres musculares y fatiga. Si no se observan ni reportan señales ni síntomas de una de las enfermedades causadas por el calor, la vigilancia puede realizarse periódicamente y no de manera continua.</p>
<p>[Ninguno]</p>	<p><u>(4) Si un empleado muestra señal o reporta síntomas de una enfermedad por el calor cuando se encuentra en el descanso preventivo para refrescarse o durante el período de descanso preventivo para refrescarse, el empleador deberá proporcionar una respuesta de emergencia o primeros</u></p>	<p>Los términos “descanso preventivo para refrescarse” y “período de descanso preventivo para refrescarse” hacen referencia a dos conjuntos distintos de requisitos. Los requisitos para los “períodos de descanso preventivo para refrescarse” se establecen en el Artículo (e), a continuación.</p> <p>Si un empleado muestra alguna señal o síntoma de una enfermedad causada por el calor o se queja por ellos, deberán realizarse</p>

(d) ACCESO A LA SOMBRA

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<p><u>auxilios adecuados, de acuerdo con el inciso (f) de este artículo.</u></p>	<p>procedimientos de primeros auxilios de manera inmediata.</p> <p>La evolución a una enfermedad más grave puede ser rápida y puede incluir habla y coordinación alterada, confusión, conducta inusual, náuseas, vómitos, piel seca y caliente, sudoración inusualmente excesiva, pérdida del conocimiento y convulsiones. Es posible que el empleado afectado no pueda autodiagnosticarse estos problemas.</p> <p>Si se sospecha la presencia de una enfermedad causada por el calor, deberá comunicarse de inmediato con el personal de emergencias médicas. Ningún empleado con señales o síntomas de una enfermedad causada por el calor debe permanecer sin atención o ser enviado a su hogar sin ofrecerle primeros auxilios en el lugar o brindarle servicios de emergencias médicas, como se menciona en el inciso (f).</p>

(e) PROCEDIMIENTOS PARA TEMPERATURAS ALTAS

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>El empleador deberá implementar procedimientos para temperaturas altas cuando la temperatura alcance o supere los 95 grados Fahrenheit. Estos procedimientos deben incluir, en la medida de lo posible, lo siguiente:</p> <p>...</p> <p>(2) Observar a los empleados por precaución y para detectar señales o síntomas de una las enfermedades causadas por el calor.</p> <p>(3) Recordarles a los empleados durante su turno de trabajo que beban agua en abundancia.</p>	<p>El empleador deberá implementar procedimientos para temperaturas altas cuando la temperatura alcance o supere los 95 grados Fahrenheit. Estos procedimientos deben incluir, en la medida de lo posible, lo siguiente:</p> <p>...</p> <p>(2) Observar a los empleados por precaución y para detectar señales o síntomas de una las enfermedades causadas por el calor. <u>El empleador debe garantizar el control y la observación efectiva del empleado mediante la implementación de una o más de las siguientes medidas:</u></p> <p><u>(A) Observación por parte de un supervisor o empleados designados a grupos de 20 empleados o menos.</u></p> <p><u>(B) Sistema de compañero obligatorio.</u></p> <p><u>(C) Comunicación regular con un único empleado por radio o teléfono celular.</u></p> <p><u>(D) Otros medios de observación eficaces.</u></p> <p>(3) <u>Autorizar a uno o más empleados de cada lugar de trabajo para que llame a los servicios de emergencias médicas y permitir que otros empleados llamen a los servicios de emergencias cuando no</u></p>	<p>En períodos de alta temperatura, es esencial que se vigile a los empleados para detectar las primeras señales y síntomas de las enfermedades causadas por el calor. Esto ayuda a garantizar que los empleados enfermos reciban tratamiento de inmediato y que no se desarrolle una enfermedad grave. Si un empleado sufre un síncope (desmayo), desorientación, pérdida del conocimiento u otros síntomas de las enfermedades causadas por el calor mientras trabaja sin ser observado, es posible que el tratamiento médico inicial se demore, lo que tendrá consecuencias graves o fatales.</p> <p>Debido a que cada sitio de trabajo es único, las nuevas disposiciones brindan a los empleadores opciones y flexibilidad para observar y vigilar a los empleados. Cuando los empleados trabajan en grupos pequeños de no más de 20 trabajadores, la observación directa de un supervisor o empleado designado puede ser suficiente. Cuando hay demasiados empleados como para realizar una observación directa, el empleador puede utilizar un sistema de compañeros y agrupar empleados en pares. Con el sistema de compañeros, el empleador debe capacitar a los empleados para que se mantengan en contacto, se observen durante el día y reporten de inmediatamente cualquier señal o síntoma de una las enfermedades causadas por el calor. En el caso de empleados que deban trabajar solos, el empleador puede comunicarse con el empleado por radio o teléfono en las ubicaciones donde la cobertura sea adecuada. Se deberá entablar comunicación con el empleado de manera regular y con la mayor frecuencia posible durante el día, ya que es posible que un empleado en peligro no pueda solicitar ayuda.</p> <p>Las nuevas disposiciones permiten que los empleadores utilicen distintos métodos para detectar las enfermedades causadas por el</p>

(e) PROCEDIMIENTOS PARA TEMPERATURAS ALTAS

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<p><u>haya un empleado designado disponible.</u></p> <p><u>(4) Recordarles a los empleados durante su turno de trabajo que beban agua en abundancia.</u></p>	<p>calor. Sin importar el método que se utilice, el empleador debe poder determinar la condición de los empleados a intervalos regulares y proporcionar servicios de emergencias cuando un empleado reporte tener síntomas de una enfermedad causada por el calor o no pueda responder.</p> <p>Todos los empleados deben estar capacitados para reconocer las señales y los síntomas de las enfermedades causadas por el calor y se les debe permitir llamar a los servicios de emergencias médicas cuando sea necesario. No obstante, si a todos los empleados en una cuadrilla se les asigna el llamado a los servicios de emergencias médicas, muchos se mostrarán reacios a hacerlo. Por lo tanto, los empleadores deben designar específicamente a una persona o a unos pocos empleados por cuadrilla para llamar a los servicios de emergencias médicas. Un empleado designado puede ser supervisor o no.</p>
<p>(4) Supervisión estricta de un empleado nuevo por parte del supervisor o una persona designada durante los primeros 14 días de trabajo del empleado con el empleador, excepto cuando el empleado indique al momento de la contratación que ha realizado tareas similares en exteriores durante, al menos, 10 de los últimos 30 días, durante 4 o más horas por día.</p>	<p>(4) Supervisión estricta de un empleado nuevo por parte del supervisor o una persona designada durante los primeros 14 días de trabajo del empleado con el empleador, excepto cuando el empleado indique al momento de la contratación que ha realizado tareas similares en exteriores durante, al menos, 10 de los últimos 30 días, durante 4 o más horas por día.</p>	<p>Ver inciso (g), Aclimatación, a continuación.</p>
<p>[Ninguno]</p>	<p><u>(5) Reuniones previas al turno antes de comenzar el trabajo, a fin de revisar los procedimientos en caso de altas</u></p>	<p>Las reuniones previas al turno tienen como objetivo recordarles a los supervisores y empleados que revisen los procedimientos en caso de altas temperaturas. No tienen como fin revisar cada elemento que ya</p>

(e) PROCEDIMIENTOS PARA TEMPERATURAS ALTAS

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<p><u>temperaturas, alentar a los empleados a consumir agua en abundancia y recordarles sobre su derecho a tomar un descanso para refrescarse cuando sea necesario.</u></p>	<p>se haya cubierto en la capacitación o la orientación normales.</p> <p>El empleador puede determinar si la capacitación es necesaria según las temperaturas previstas en el área.</p> <p>Los temas que deben cubrirse en las reuniones previas al turno incluyen cómo permanecer hidratados y tomar descansos preventivos para refrescarse, identificar a los empleados que deben llamar a los servicios de emergencias médicas cuando sea necesario y cómo se observará a los empleados. Para los empleados que trabajan de forma remota, el empleador debe llevar a cabo reuniones previas al turno por teléfono celular o radio.</p>
[Ninguno]	<p><u>(6) En el caso de empleados en el área de agricultura, también corresponde lo siguiente:</u></p> <p><u>Cuando las temperaturas alcancen o superen los 95 grados, el empleador debe garantizar que el empleado tome como mínimo diez minutos de descanso puro preventivo cada dos horas a fin de refrescarse. El período de descanso preventivo para refrescarse exigido en este párrafo puede otorgarse de manera simultánea con cualquier otro período de descanso o de comidas requeridos por la Orden n.º 14 de la Comisión de Bienestar Industrial (8 CCR 11140) si el momento del período de descanso</u></p>	<p>Este inciso solo se aplica a los lugares de trabajo agrícolas.</p> <p>Cuando la temperatura alcance o supere los 95 grados, los empleadores deben proporcionar un “período de descanso preventivo para refrescarse” de 10 minutos cada 2 horas. Durante las primeras 8 horas de un turno, los períodos para refrescarse pueden proporcionarse al mismo tiempo que los períodos de descanso ya exigidos por la Orden n.º 14 de la Comisión de Bienestar Industrial (Código de Regulaciones de California, Título 8, Artículo 11140).</p> <p>Si los empleados trabajan más de 8 horas, el empleador debe proporcionar un período de descanso adicional para refrescarse de 10 minutos cada 2 horas. Por ejemplo, si el turno se prolonga más allá de las 8 horas, se requiere un período de descanso adicional al finalizar la octava hora de trabajo. Si el turno se prolonga más allá de las 10 horas, se requiere otro más al finalizar la décima hora.</p>

(e) PROCEDIMIENTOS PARA TEMPERATURAS ALTAS

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<p><u>preventivo para refrescarse coincide con el de un período de comida o de descanso obligatorios; de esta manera, no se requerirían períodos de descanso preventivos para refrescarse adicionales en una jornada laboral de ocho horas. Si la jornada laboral se prolonga más allá de las ocho horas, se requiere un período de descanso preventivo para refrescarse adicional al finalizar la octava de trabajo; si la jornada laboral se prolonga más allá de las diez horas, se requiere otro período de descanso preventivo para refrescarse adicional al finalizar la décima hora de trabajo, y así sucesivamente. A los fines de esta sección, período de descanso preventivo para refrescarse tiene el mismo significado que “período de recuperación”, en el Artículo 226.7(a) del Código Laboral.</u></p>	<p>Los empleadores deben asegurarse de que los empleados tomen efectivamente los períodos de descanso para refrescarse estipulados en este artículo. El solo hecho de ofrecer la oportunidad de descanso no es suficiente.</p> <p>Los empleadores tienen la obligación de proporcionar descansos adicionales en cuanto la temperatura alcance o supere los 95 grados. Por ejemplo, aun cuando la temperatura no llegue a los 95 grados hasta la última mitad de un turno de 8 horas, si el turno superará las 8 horas, el empleador debe garantizar que los empleados tomen períodos de descanso para refrescarse a partir de la octava hora de trabajo.</p> <p>Cal/OSHA no exige que los empleadores lleven registros de los períodos de descanso estipulados en este inciso, pero hacerlo es la mejor práctica y los beneficiaría.</p>

(f) PROCEDIMIENTOS DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>[Los procedimientos de respuesta ante emergencias solo se exigían como elemento de capacitación].</p>	<p><u>(f) Procedimientos de respuesta ante emergencias. El empleador debe implementar procedimientos eficaces de respuesta ante emergencias, que incluyan lo siguiente:</u></p>	<p>Los servicios de emergencias médicas deben brindarse tan pronto como sea posible en caso de que un empleado sufra una las enfermedades causadas por el calor. Establecer los procedimientos de respuesta ante emergencias es particularmente importante en lugares de trabajo no fijos, remotos o donde el acceso sea difícil.</p>
<p>[Consulte el punto anterior]</p>	<p><u>(1) Garantizar que se mantenga una comunicación efectiva por medios electrónicos, de voz o de observación, de modo que los empleados en el lugar de trabajo puedan comunicarse con un supervisor o con los servicios de emergencias médicas cuando sea necesario. Para este fin, se puede utilizar un dispositivo electrónico, como un teléfono celular o un dispositivo que envíe mensajes de texto, solo si la señal en el área es confiable. Si un dispositivo electrónico no proporciona una comunicación confiable en el área de trabajo, el empleador debe garantizar un medio para llamar a los servicios de emergencias médicas.</u></p>	<p>Si los empleados no pueden ponerse en contacto directo con los servicios de emergencia médica (porque la cobertura de telefonía celular es deficiente, por ejemplo), el empleador debe nombrar a una persona que pueda comunicarse con los servicios de emergencias de inmediato en nombre de los empleados. Los empleados deben poder comunicarse con esta persona con rapidez (por ejemplo, por radio), a fin de solicitar que se llame a los servicios de emergencias médicas.</p> <p>No obstante, si los empleados pueden establecer contacto directo con los servicios de emergencias médicas, se les debe permitir hacerlo en caso de emergencia sin la necesidad de comunicarse antes con un supervisor.</p>
<p>[Consulte el punto anterior]</p>	<p><u>(2) Responder ante señales y síntomas de una posible enfermedad causada por el calor, incluidos, entre otros, el modo en que se brindarán los servicios de emergencias médicas y las medidas de primeros auxilios.</u></p>	<p>Los empleadores deben garantizar que los supervisores y los empleados se capaciten para reconocer las señales y los síntomas de las enfermedades causadas por el calor, tomar medidas de inmediato para evitar el empeoramiento de las enfermedades causadas por el calor, brindar primeros auxilios básicos (como toallas frescas y sombra), obtener los servicios de emergencias médicas y no permitir que se deje</p>

(f) PROCEDIMIENTOS DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<p><u>(A) Si un supervisor observa señales o síntomas de las enfermedades causadas por el calor en un empleado o un empleado le informa al respecto, el supervisor debe tomar medidas inmediatas proporcionales a la gravedad de la enfermedad.</u></p> <p><u>(B) Si las señales y los síntomas son indicios de las enfermedades causadas por el calor grave (reducción del nivel de conciencia, falta de equilibrio, vómitos, desorientación, comportamiento irracional o convulsiones, entre otros), el empleador debe implementar de inmediato los procedimientos de respuesta ante emergencias.</u></p> <p><u>(C) Si un empleado presenta señales o síntomas de las enfermedades causadas por el calor, se le debe vigilar y no se le debe dejar solo o enviar a su casa sin antes ofrecerle primeros auxilios o servicios de emergencias médicas en el lugar de acuerdo con los procedimientos del empleador.</u></p>	<p>solo a un empleado con señales o síntomas de las enfermedades causadas por el calor ni que se lo envíe a su casa sin antes ofrecerle primeros auxilios o servicios de emergencias médicas en el lugar.</p> <p>Sin embargo, no es necesario que los empleadores cuenten con personal médico en el sitio ni que los supervisores y empleados tengan conocimientos médicos para diagnosticar las enfermedades causadas por el calor.</p>
[Consulte el punto anterior]	<p><u>(3) Comunicarse con los servicios de emergencias médicas y, en caso de ser necesario, transportar a los empleados a un lugar de fácil acceso para el proveedor de atención médica de</u></p>	<p>Los procedimientos del empleador deben incluir comunicarse con los servicios de emergencias médicas cuando sea necesario. Los procedimientos deben incluir medidas inmediatas para mantener al empleado afectado sin calor y cómodo una vez que se haya llamado al personal de servicios de emergencias. El objetivo es detener el</p>

(f) PROCEDIMIENTOS DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<u>emergencia.</u>	empeoramiento rápido hacia una enfermedad más grave que puede incluir confusión mental, pérdida de la conciencia o convulsiones. Cuando sea necesario, los empleadores deben estar preparados para transportar a los empleados de manera segura hacia un lugar de fácil acceso para el proveedor de atención médica de emergencia.
[Consulte el punto anterior]	<u>(4) Garantizar que, en caso de emergencia, se brinden indicaciones claras y precisas al personal de emergencia para llegar al lugar de trabajo, según sea necesario.</u>	Las cuadrillas móviles deben contar con un mapa con la ubicación o las indicaciones detalladas, que puedan brindarle al personal de emergencia.

(g) ACLIMATACIÓN		
LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>[La aclimatación solo se exigía como elemento de capacitación].</p>	<p><u>(g) Aclimatación</u> <u>(1) Un supervisor o una persona designada deben observar de cerca a todos los empleados durante una ola de calor. Solo para los fines de esta sección, “ola de calor” se refiere a cualquier día en que la temperatura máxima pronosticada para el día sea de, al menos, 80 grados Fahrenheit y al menos 10 grados Fahrenheit más alta que la temperatura máxima promedio de los últimos cinco días.</u> <u>(2) Un supervisor o una persona designada deben observar de cerca a un empleado que ha sido asignado recientemente a un área de altas temperaturas durante los primeros 14 días de trabajo del empleado.</u></p>	<p>La aclimatación es un proceso mediante el cual el cuerpo se adapta a la exposición a temperaturas elevadas. El cuerpo necesita tiempo para adaptarse cuando trabaja en entornos más cálidos. Es más probable que los empleados desarrollen una de las enfermedades causadas por el calor cuando no se les permite relajarse ni se los alienta a hacerlo cuando se produce una ola de calor o cuando comienzan un trabajo nuevo que los expone al calor. La aclimatación se logra por completo en la mayoría de las personas en un plazo de 4 a 14 días de trabajo regular que implique al menos 2 horas por día en el calor.</p> <p>Durante las olas de calor y con los empleados nuevos, los empleadores deben mantenerse especialmente alertas. Un supervisor o una persona designada deben observar de cerca a los empleados. Las mejores prácticas incluyen encontrar forma de disminuir la intensidad del trabajo de los empleados durante una ola de calor y durante el período de adaptación de dos semanas de los empleados nuevos.</p>

(h) CAPACITACIÓN

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>(1) Capacitación de los empleados. Se debe proporcionar capacitación eficaz en los siguientes temas a cada empleado, supervisor o no, antes de que el empleado comience el trabajo que razonablemente se prevea que pueda implicar una exposición al riesgo de las enfermedades causadas por el calor:</p> <p>...</p> <p>(B) Los procedimientos del empleador para cumplir con los requisitos de esta norma.</p> <p>(D) La importancia de la aclimatación.</p> <p>(E) Los distintos tipos de enfermedades causadas por el calor y las señales y los síntomas comunes de las enfermedades causadas por el calor.</p>	<p>(1) Capacitación de los empleados. Se debe proporcionar capacitación eficaz en los siguientes temas a cada empleado, supervisor o no, antes de que el empleado comience el trabajo que razonablemente se prevea que pueda implicar una exposición al riesgo de las enfermedades causadas por el calor:</p> <p>...</p> <p>(B) Los procedimientos del empleador para cumplir con los requisitos de esta norma, <u>incluida, entre otros, la responsabilidad del empleador de proporcionar agua, sombra, descansos para refrescarse y acceso a primeros auxilios, así como también el derecho de los empleados de ejercer sus derechos bajo esta norma sin temor a represalias.</u></p> <p>(D) El <u>concepto</u>, la importancia y los <u>métodos</u> de aclimatación, <u>conforme a los procedimientos del empleador en el marco del inciso (i)(4).</u></p> <p>(E) Los diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor <u>y</u>, las señales y los síntomas comunes de las enfermedades causadas por el calor, <u>las respuestas adecuadas ante</u></p>	<p>Los empleadores deben capacitar a todos los empleados, supervisores o no, respecto de las políticas y los procedimientos establecidos para cumplir con esta reglamentación.</p> <p>La capacitación se debe brindar antes de comenzar el trabajo que implique un riesgo de las enfermedades causadas por el calor. La capacitación debe proporcionarse cuando se contrata a un empleado, con capacitaciones de actualización, según sea necesario. La capacitación que se brinda cerca de la época de calor es más efectiva que la capacitación que se brinda durante las épocas de frío sin capacitación de actualización y seguimiento.</p> <p>Los cambios en este inciso incluyen nuevos elementos de contenido de la capacitación obligatoria. Cal/OSHA evalúa el cumplimiento examinando tanto el contenido como el modo en que se presenta. Para que sea efectiva, los empleados deben comprender la capacitación, que debe presentarse en un idioma que los empleados comprendan. La prueba de cumplimiento evalúa si se ha realizado la capacitación, si se ha proporcionado el contenido necesario y si la capacitación fue eficaz para comunicar los aspectos esenciales a los empleados.</p> <p>Para evaluar el cumplimiento, el personal de Cal/OSHA les pregunta a los empleados supervisores y no supervisores acerca de los elementos obligatorios de la capacitación. Las preguntas están diseñadas para determinar si los empleados recibieron capacitación a través de métodos reconocidos generalmente como eficaces y si comprendieron el contenido. Los inspectores no esperan que todas las repuestas sean correctas, pero buscan indicios de que el empleador haya realizado un esfuerzo de buena fe para comunicar toda la información fundamental.</p> <p>Los empleadores deben asegurarse de que sus procedimientos de</p>

(h) CAPACITACIÓN

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<p><u>emergencias o de primeros auxilios para los diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor y, además, que estas enfermedades pueden avanzar rápidamente desde síntomas o señales leves a una enfermedad grave que puede constituir una amenaza de muerte.</u></p>	<p>trabajo sean coherentes con la información proporcionada en la capacitación.</p> <p>Cal/OSHA exige que los empleadores mantengan registros de la capacitación obligatoria de este inciso, según se especifica en el Artículo 3203, Título 8 del Código de Regulaciones de California (Programa para la prevención de lesiones y enfermedades).</p>

(i) PLAN DE PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
<p>(f)(3) Los procedimientos del empleador para cumplir con cada requisito de esta norma requerido por las subsecciones (f)(1)(B), (G), (H) y (I) deberán estar por escrito y a disposición de los empleados y representantes de la División si los solicitan.</p>	<p>(i)(3) <u>Plan de prevención de las enfermedades causadas por el calor.</u> El empleador <u>debe establecer, implementar y mantener un plan de prevención de las enfermedades causadas por el calor</u> Los procedimientos del empleador para cumplir con cada requisito de esta norma requerido por las subsecciones (f)(1)(B), (G), (H) y (I) eficaz. El plan debe estar por escrito <u>tanto en inglés como en el idioma que comprenda la mayoría de los empleados</u> y debe estar a disposición, <u>en el lugar de trabajo,</u> de todos los empleados y representantes de la División si lo solicitan. <u>El Plan de prevención de las enfermedades causadas por el calor puede incluirse como parte del Programa para la prevención de lesiones y enfermedades exigido por el Artículo 3203 y debe incluir, como mínimo, lo siguiente:</u> <u>(1) Procedimientos para la provisión de agua y el acceso a la sombra.</u> <u>(2) Los procedimientos para casos de altas temperaturas mencionados en el inciso (e).</u> <u>(3) Procedimientos de respuesta ante casos de emergencia de acuerdo con el inciso (f).</u> <u>(4) Métodos y procedimientos de</u></p>	<p>El empleador debe desarrollar, dejar por escrito e implementar procedimientos efectivos para cumplir con los requisitos de esta norma. Un Plan de prevención de las enfermedades causadas por el calor que cumple con los requisitos incluye lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none">• Procedimientos para proporcionar suficiente agua, como se describe en el inciso (c)• Procedimientos para proporcionar acceso a la sombra, como se describe en el inciso (d)• Procedimientos para casos de altas temperaturas de acuerdo con el inciso (e)• Procedimientos de respuesta ante casos de emergencia, descritos en el inciso (f)• Métodos y procedimientos de aclimatación de acuerdo con el inciso (g) <p>Los empleados y supervisores deben capacitarse en estos procedimientos, de modo que comprendan y puedan implementar el plan del empleador. Los empleadores con más éxito enseñan y hacen funcionar su sistema mediante un enfoque basado en el trabajo en equipo.</p> <p>El Plan de prevención de las enfermedades causadas por el calor debe estar escrito tanto en inglés como en el idioma que comprenda la mayoría de los empleados. Debe estar a disposición de todos los empleados en el lugar de trabajo, así como también de los representantes de Cal/OSHA si lo solicitan. Se considerará que el plan está a disposición en el lugar de trabajo si, por ejemplo, los empleados pueden acceder a este mediante un teléfono celular u otro dispositivo electrónico si lo solicitan.</p> <p>El Plan de prevención de las enfermedades causadas por el calor puede</p>

(i) PLAN DE PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR

LENGUAJE EXISTENTE	LENGUAJE ENMENDADO	ORIENTACIÓN SOBRE LOS NUEVOS REQUISITOS
	<u>aclimatación de acuerdo con el inciso (g).</u>	integrarse al Programa para la prevención de lesiones y enfermedades exigido por el Artículo 3203 del Título 8 del Código de Regulaciones de California.