División de Seguridad y Salud Ocupacional (Cal/OSHA)

CAPACITACIÓN DE LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR 2015

STATE OF CALIFORNIA
CAL OSHA
DEPARTMENT OF INDUSTRIAL RELATIONS

WATER.
REST.
SHADE.

The work can't get done without them.

Abril 2015

Objetivos de la capacitación

- Revisar el lenguaje regulatorio y las medidas preventivas sobre las enfermedades causadas por el calor.

- Aumentar la conciencia y el compromiso con la seguridad y salud en el lugar de trabajo.

Elementos para Prevención de Enfermedades Causadas por Calor Incluyen:

- Acceso al Agua
- Acceso a la Sombra
- Monitorear el Clima y la Aclimatación
- Procedimientos para Altas Temperaturas
- Capacitación para Trabajadores y Supervisores
- Procedimientos Escritos Incluyendo los Procedimientos en Casos de Emergencia

Acceso al Agua

- Agua potable para beber debe ser proporcionada <u>sin costo alguno para el trabajador.</u>
- En todo momento, mantenga disponible suficiente cantidad de agua fresca y potable para que cada empleado tenga por lo menos un cuarto de galón de agua para beber por hora durante toda la jornada.

Acceso a Agua

- El agua proporcionada debe ser apta para beber. Los recipientes de agua <u>NO PUEDEN</u> ser llenados con agua o fuentes de agua no potable (“ej.” pozos de riego, sistema de riego o contra incendios).
- Debe tenerse cuidado para evitar la contaminación del agua potable que se suministra a los trabajadores.

Acceso a Agua

- Implementar y mantener procedimientos efectivos de reabastecimiento cuando se comienza el turno con cantidades menores.

Inaceptable

Acceso a Agua

- Coloque los recipientes de agua tan cerca como sea posible, dadas las condiciones, el diseño y terreno del sitio de trabajo.
- ¡Mantenga el agua bien accesible, muévelo con los trabajadores!
- **Anime a que se beba agua frecuentemente.**

Recuerde a los trabajadores que no esperen hasta que sientan sed!

Sombra Colocada, Cuando la Temperatura Excede 80° F

- Tenga y mantenga una o más áreas con sombra en todo momento, cuando los trabajadores están presentes.
- Coloque las estructuras de sombra tan cerca como sea posible al área donde los empleados están trabajando.

Sombra Colocada: Cuando la Temperatura Excede 80° F

- Provea suficiente sombra para acomodar el número de empleados en periodos de recuperación o de descanso.
- Provea suficiente sombra para acomodar el número de empleados que permanecen en el local durante el periodo de la comida.
- Recuerde: Permita acceso a la sombra en todo momento.

Acceso a la Sombra

- Anime a los empleados a tomar un descanso para refrescarse en la sombra.
  - Monitorea a los empleados durante los descansos para refrescarse en la sombra
  - Pregúnteles si están experimentando síntomas de enfermedad causada por el calor
  - No los ordene a regresar al trabajo hasta que los síntomas hayan disminuido, permita un descanso de por lo menos 5 minutos
  - Tome pasos apropiados de primeros auxilios o de respuesta a emergencias según sea necesario

Acceso a la Sombra, cont.

- El área de sombra no debe causar un peligro para la seguridad o salud. Áreas debajo de equipo móvil (p.ej., tractores), o áreas que requieren agacharse a fin de estar totalmente en la sombra, no son aceptables.

Cuando la temperatura está a Menos de 80° F

- Cuando la temperatura no exceda 80° F, debe proveerse acceso rápido a la sombra cuando se solicite.

Presenta un Peligro la Estructura de Sombra?

En situaciones donde el empleador puede demonstrar que no es seguro o es imposible proveer sombra, un empleador puede utilizar procedimientos establecidos para proveer sombra cuando se solicite; o para empleadores no agrícolas, medidas de enfriamiento alternativas que provean protección equivalente.

Monitorear el Clima

www.nws.noaa.gov

- Instruya a los supervisores a vigilar el clima en el lugar de trabajo [monitoreando las predicciones de altas temperaturas pronosticadas periódicamente usando un termómetro.]
- Determine e instruya a los supervisores en como usar la información del clima para modificar el horario de trabajo, aumentar periodos para beber agua y tomar descansos, o concluir la labor temprano si es necesario.

Procedimientos para Altas Temperaturas

Industrias cubiertas por esta sección:

- Agricultura
- Construcción
- Jardinería
- Extracción de petróleo y gas
- Transportación o la entrega de materiales de agricultura, construcción o otros materiales pesados.

Cuando la temperatura Iguale o Exceda 95° F

Debe implementar medidas adicionales de prevención:

- Asegúrese que haya una comunicación eficaz (por voz, mediante la observación o por medios electrónicos).

Cuando la Temperatura Iguale o Exceda 95° F

Debe implementar medidas adicionales de prevención:

- Observe a sus empleados para confirmar que estén alertos e identificar señales o síntomas de enfermedades causadas por el calor.
  - Observación de 20 o menos empleados por un supervisor o alguien designado por un supervisor
  - Sistema de compañerismo obligatorio
  - Comunicación regular
  - Otros medios efectivos

Cuando la Temperatura Iguale o Exceda 95° F

- Designar uno o más empleados para hacer llamadas por servicios de emergencia
- Dar avisos más frecuentes para beber suficiente agua.
- Reuniones antes del turno laboral

Cuando la Temperatura Iguale o Exceda 95° F

- Para empleadores en la agricultura
  - Temperaturas de 95 o más, asegúrese que los empleados tomen un descanso mínimo de diez minutos de enfriamiento preventivo cada dos horas
  - Descansos adicionales de enfriamiento después de la 8a y la 10ª hora de trabajo

Procedimientos para Responder a Emergencias

- Asegure una comunicación eficaz
- Responda a señales y síntomas de posibles enfermedades causadas por el calor
  - Supervisor toma acción inmediata y apropiada
  - Si hay indicadores de una seria enfermedad causada por el calor, implemente procedimientos para responder a emergencias
  - Empleados que exhiben señales o síntomas de enfermedad por el calor serán monitoreados y no dejados solos. Se les ofrecerá o primeros auxilios en el lugar de trabajo o servicios médicos de emergencia apropiados.
  - Comuníquese con servicios médicos de emergencia y asegure que se provean direcciones claras y precisas al lugar de trabajo

Enfrentar la Falta de Aclimatación

- Como empleador, usted es responsable por las condiciones de sus empleados; por eso debe actuar efectivamente cuando las condiciones resultan en una exposición repentina al calor al cual sus trabajadores no están acostumbrados.
- Todos los empleados serán observados detenidamente por un supervisor o una persona nombrada durante las olas de calor.
- Empleados recién asignados a áreas con altas temperaturas serán observados detenidamente por un supervisor o una persona nombrada por los primeros 14 días de trabajo

Enfrentar la Falta de Aclimatación

- Por lo tanto, determine como su compañía:
  - Reducirá la intensidad y/o la duración del turno laboral de empleados recién contratados durante las dos primeras semanas de trabajo;
  - Modificará el horario o reprogramará labores “no esenciales”, durante los meses calurosos de verano;
  - Será extra-vigilante con sus empleados, para inmediatamente reconocer síntomas de enfermedades posiblemente causadas por el calor.

Capacitación de Empleados y Supervisores

Asegúrese que todos los empleados y supervisores:

- Estén capacitados antes de comenzar una labor en la cual razonablemente cabe esperar una enfermedad causada por el calor.

Capacitación de Empleados

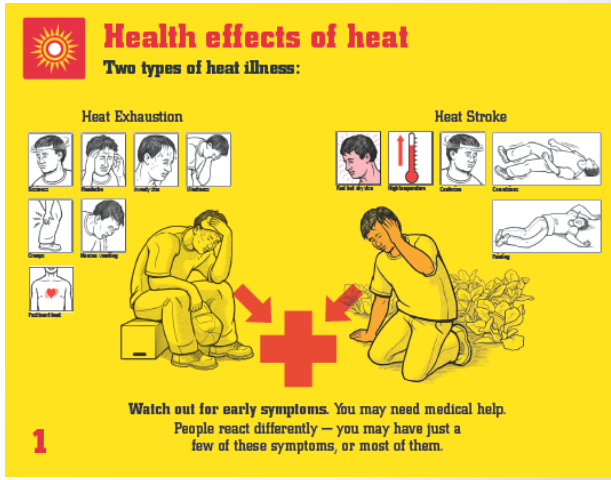
- Los factores ambientales y personales de riesgo de enfermedades por el calor, así como el peso adicional de la carga de calor en el cuerpo.

Capacitación de Empleados

- Procedimientos de su compañía para la prevención de enfermedades por el calor
  - Incluyendo, pero no limitadas a, la responsabilidad del empleador de proveer agua, sombra, descansos de enfriamiento, y acceso a primeros auxilios además del derecho del empleado de ejercer sus derechos bajo esta norma sin represalias.

Capacitación de Empleados, cont.

- La importancia de consumir con frecuencia pequeñas cantidades de agua
- Diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor, señales y síntomas más comunes; y primeros auxilios apropiados o responder a emergencias
- Comprensión que las enfermedades causadas por el calor pueden progresar rápidamente



Capacitación de Empleados, cont.

- El concepto, la importancia, y los métodos de la aclimatación

La capacitación debe incluir la importancia de la aclimatación, cómo se desarrolla, y cómo la enfrentan en sus procedimientos.

- La importancia de reportar inmediatamente al supervisor señales y síntomas de enfermedades causadas por el calor
- Procedimientos para responder a enfermedades posiblemente causadas por el calor

Capacitación de Empleados, cont.

- Procedimientos para comunicarse con servicios médicos de emergencia, proveer servicios de primeros auxilios y transportar a los empleados cuando sea necesario
- Procedimientos para asegurarse que las direcciones al lugar de trabajo sean claras y precisas, incluyendo la designación de una persona responsable de asegurar que se invoquen los procedimientos de emergencia cuando sea apropiado.

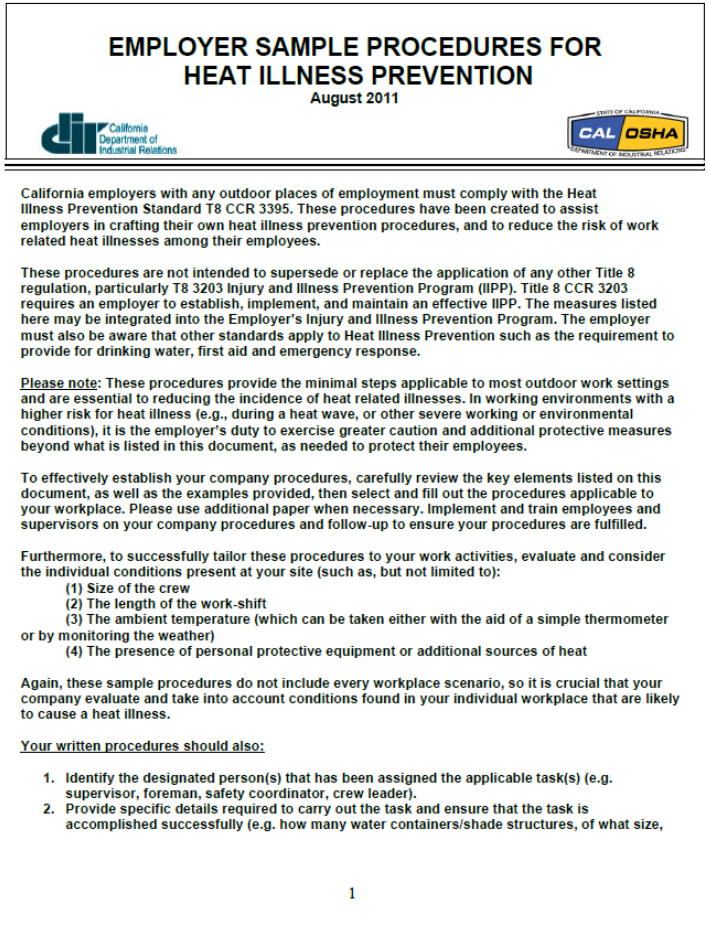
Capacitación de los Supervisores

Los supervisores deben estar capacitados en:

- Los requisitos de las normas de calor
- Los procedimientos que deben seguir para implementar los requisitos
- Los procedimientos a seguir cuando un empleado exhibe señales y síntomas de enfermedades causadas por el calor, incluyendo los procedimientos de emergencia y primeros auxilios.
- Cómo monitorear el clima e interpretar la información meteorológica y cómo responder a los avisos de calor.

Procedimientos Escritos

- Siempre y cuando sean efectivos, sus Procedimientos para la Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor pueden integrarse dentro de su IIPP.
- Mantenga los procedimientos en o cerca de su lugar de trabajo, para que puedan estar disponibles a sus empleados y a representantes de Cal/OSHA cuando los pidan.
- El plan debe ser escrito en inglés y en el idioma entendido por la mayoría de los empleados.



EMPLOYER SAMPLE PROCEDURES FOR HEAT ILLNESS PREVENTION

August 2011

California Department of Industrial Relations

CAL OSHA

California employers with any outdoor places of employment must comply with the Heat Illness Prevention Standard T8 CCR 3395. These procedures have been created to assist employers in crafting their own heat illness prevention procedures, and to reduce the risk of work related heat illnesses among their employees.

These procedures are not intended to supersede or replace the application of any other Title 8 regulation, particularly T8 3203 Injury and Illness Prevention Program (IIPP). Title 8 CCR 3203 requires an employer to establish, implement, and maintain an effective IIPP. The measures listed here may be integrated into the Employer's Injury and Illness Prevention Program. The employer must also be aware that other standards apply to Heat Illness Prevention such as the requirement to provide for drinking water, first aid and emergency response.

Please note: These procedures provide the minimal steps applicable to most outdoor work settings and are essential to reducing the incidence of heat related illnesses. In working environments with a higher risk for heat illness (e.g., during a heat wave, or other severe working or environmental conditions), it is the employer's duty to exercise greater caution and additional protective measures beyond what is listed in this document, as needed to protect their employees.

To effectively establish your company procedures, carefully review the key elements listed on this document, as well as the examples provided, then select and fill out the procedures applicable to your workplace. Please use additional paper when necessary. Implement and train employees and supervisors on your company procedures and follow-up to ensure your procedures are fulfilled.

Furthermore, to successfully tailor these procedures to your work activities, evaluate and consider the individual conditions present at your site (such as, but not limited to):

(1) Size of the crew
(2) The length of the work-shift
(3) The ambient temperature (which can be taken either with the aid of a simple thermometer or by monitoring the weather)
(4) The presence of personal protective equipment or additional sources of heat

Again, these sample procedures do not include every workplace scenario, so it is crucial that your company evaluate and take into account conditions found in your individual workplace that are likely to cause a heat illness.

Your written procedures should also:

1. Identify the designated person(s) that has been assigned the applicable task(s) (e.g. supervisor, foreman, safety coordinator, crew leader).
2. Provide specific details required to carry out the task and ensure that the task is accomplished successfully (e.g. how many water containers/shade structures, of what size,

1

Procedimientos Escritos, cont.

Detalle cómo su compañía hará para:

- Proveer acceso al agua y la sombra.
- Monitorear el clima.
- Establecer procedimientos para altas temperaturas.
- Enfrentar la falta de métodos y procedimientos de aclimatación.
- Capacitar a todos los empleados y supervisores.
- Responder sin demora a enfermedades posiblemente causadas por el calor, proveer primeros auxilios y servicios de emergencia.
- Proveer direcciones claras y precisas al lugar de trabajo.

Peligro Grave

Corre el riesgo de una citación seria si la temperatura exterior en el lugar de trabajo excede 80° F y alguno de estos requisitos no está presente en el sitio de trabajo:

- Agua Potable
- Sombra
- Trabajadores o Supervisores Capacitados
- Los Procedimientos de Emergencia

Peligro Inminente Orden de Paro (OPU)!

Corre el riesgo de una Orden de Paro (OPU) y una Citación Seria si las altas temperaturas y la falta de instalaciones constituyen un peligro inminente.

Se puede dar un OPU si:

- La temperatura está ≥ 95° y agua, sombra, capacitación o procedimientos de emergencia no están establecidos;
- La temperatura está ≥ 80°, y hay una ola de calor, una carga de trabajo pesada u otro factor crítico poniendo a los empleados en peligro.

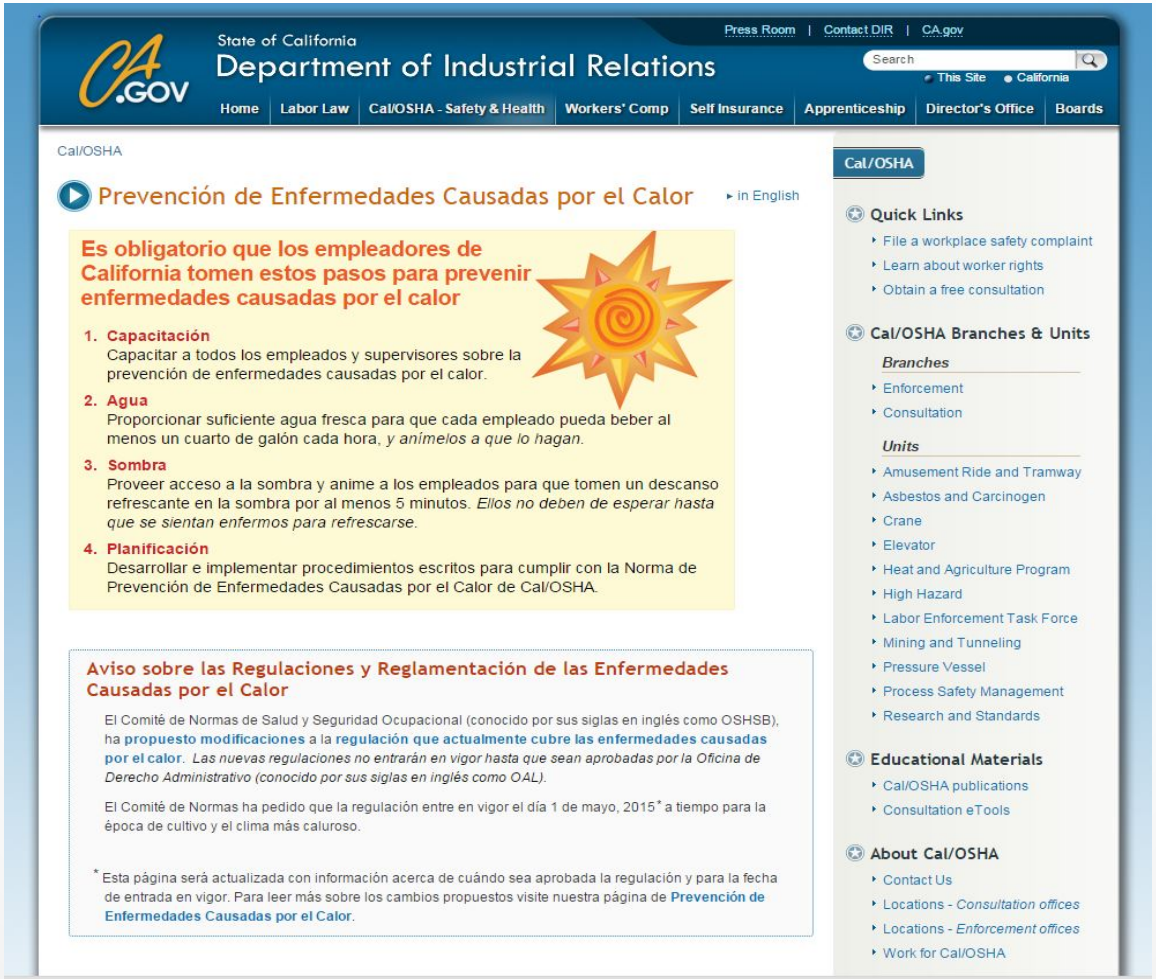
Una OPU:

- Puede parar la operación o trabajo, y
- No se permitirá continuar trabajando hasta que el empleador demuestre que se ha corregido el peligro inminente.

Para Más Información

Visite la Página de Internet de Cal/OSHA:

https://www.dir.ca.gov/dosh/Spanish/heatillnessinfo.html



State of California
Department of Industrial Relations

Press Room | Contact DIR | CA.gov

Search — This Site — California

Home | Labor Law | Cal/OSHA - Safety & Health | Workers' Comp | Self Insurance | Apprenticeship | Director's Office | Boards

Cal/OSHA

Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor

in English

Es obligatorio que los empleadores de California tomen estos pasos para prevenir enfermedades causadas por el calor

1. **Capacitación**
   Capacitar a todos los empleados y supervisores sobre la prevención de enfermedades causadas por el calor.
2. **Agua**
   Proporcionar suficiente agua fresca para que cada empleado pueda beber al menos un cuarto de galón cada hora, *y anímelos a que lo hagan.*
3. **Sombra**
   Proveer acceso a la sombra y anime a los empleados para que tomen un descanso refrescante en la sombra por al menos 5 minutos. *Ellos no deben de esperar hasta que se sientan enfermos para refrescarse.*
4. **Planificación**
   Desarrollar e implementar procedimientos escritos para cumplir con la Norma de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor de Cal/OSHA.

Aviso sobre las Regulaciones y Reglamentación de las Enfermedades Causadas por el Calor

El Comité de Normas de Salud y Seguridad Ocupacional (conocido por sus siglas en inglés como OSHSB), ha **propuesto modificaciones** a la **regulación que actualmente cubre las enfermedades causadas por el calor**. *Las nuevas regulaciones no entrarán en vigor hasta que sean aprobadas por la Oficina de Derecho Administrativo (conocido por sus siglas en inglés como OAL).*

El Comité de Normas ha pedido que la regulación entre en vigor el día 1 de mayo, 2015* a tiempo para la época de cultivo y el clima más caluroso.

* Esta página será actualizada con información acerca de cuándo sea aprobada la regulación y para la fecha de entrada en vigor. Para leer más sobre los cambios propuestos visite nuestra página de **Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor**.

Cal/OSHA

Quick Links
- File a workplace safety complaint
- Learn about worker rights
- Obtain a free consultation

Cal/OSHA Branches & Units

Branches
- Enforcement
- Consultation

Units
- Amusement Ride and Tramway
- Asbestos and Carcinogen
- Crane
- Elevator
- Heat and Agriculture Program
- High Hazard
- Labor Enforcement Task Force
- Mining and Tunneling
- Pressure Vessel
- Process Safety Management
- Research and Standards

Educational Materials
- Cal/OSHA publications
- Consultation eTools

About Cal/OSHA
- Contact Us
- Locations - *Consultation offices*
- Locations - *Enforcement offices*
- Work for Cal/OSHA

Para Ordenar Materiales de Prevención de Enfermedades por el Calor, Visite: WWW.99calor.org

CONSULTA Cal/OSHA

How to reach us

Visit www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html for complete listing of our services. **Contact the nearest office at:**

State wide Toll Free No.	800-963-9424
CentralValley/Fresno	559-454-1295
San Francisco/Oakland	510-622-2891
No. California/Sacramento	916-263-0704
San Diego/Imperial	619-767-2060
San Bernardino	909-383-4567
Santa Fe/Los Angeles/Orange	714-562-5525
San Fernando Valley	818-901-5754
Cal/VPP	510-622-1081

dir California Department of Industrial Relations

CONSULTATION CAL OSHA SERVICE