

# MODELO DE PROCEDIMIENTOS DEL EMPLEADOR PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR

Mayo 2015



Los empleadores de California que tienen lugares de trabajo al aire libre deben cumplir con la Norma sobre Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor (*Heat Illness Prevention Standard*) del Código de Reglamentaciones de California, Título 8, Artículo [3395](#) (T8 CCR 3395). Estos procedimientos se elaboraron para ayudar a los empleadores a definir sus propios procedimientos para la prevención de enfermedades causadas por el calor y para disminuir el riesgo de que los empleados sufran enfermedades causadas por el calor en el trabajo.

Estos procedimientos no tienen por finalidad sustituir ni reemplazar la aplicación de ninguna otra reglamentación establecida en el Título 8, en especial del Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades (*Injury and Illness Prevention Program; IIPP*) establecido en el Título 8, Artículo [3203](#). El Artículo [3203](#) del Título 8 del CCR exige a los empleadores establecer, implementar y mantener vigente un Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades. Las medidas que se enumeran en el presente documento pueden incorporarse al Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades del empleador. Los empleadores deben tener en cuenta que también existen otras normas para la prevención de enfermedades causadas por el calor, como el requisito de suministrar agua potable, primeros auxilios y respuesta ante una emergencia.

**Importante:** Estos procedimientos describen los pasos básicos aplicables a la mayoría de los lugares de trabajo al aire libre que son esenciales para reducir la frecuencia con que ocurren las enfermedades causadas por el calor. En los ambientes de trabajo donde existe un mayor riesgo de producirse enfermedades causadas por el calor (por ejemplo, durante una ola de calor u otras condiciones ambientales o laborales extremas), el empleador debe tomar mayores precauciones y otras medidas de protección adicionales a las descritas en este documento, según sea necesario para proteger a los empleados.

Para implementar de manera efectiva estos procedimientos en su compañía, le recomendamos leer atentamente los puntos clave de este documento, luego desarrolle procedimientos que correspondan a su lugar de trabajo. El Plan de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor se debe escribir en inglés y el lenguaje que se entienda por la mayoría de los empleados y debe estar disponible en el sitio de trabajo. Ponga en práctica los procedimientos en su compañía y capacite a los empleados y supervisores. Le recomendamos hacer un seguimiento para asegurarse de que se están cumpliendo los procedimientos.

Además, para adaptar con éxito estos procedimientos a sus actividades laborales, debe evaluar y considerar las condiciones particulares que existen en el lugar de trabajo, por ejemplo:

- (1) Cantidad de empleados
- (2) Duración del turno de trabajo
- (3) Temperatura ambiente (que puede tomarse con la ayuda de un simple termómetro o mediante un monitoreo del clima)
- (4) Presencia de equipos de protección personal u otras fuentes de calor

Una vez más, recuerde que estos procedimientos no incluyen todos los ámbitos laborales posibles. Por eso, es importante que su compañía evalúe y tenga en cuenta las condiciones que puedan ocasionar enfermedades causadas por el calor en su lugar de trabajo en particular.

**Obligatorio - Los procedimientos escritos también deben:**

1. Identificar a la persona o personas designadas para la tarea o tareas específicas (por ejemplo, el supervisor, el encargado, el coordinador de seguridad, el jefe de cuadrilla).
2. Suministrar las indicaciones específicas necesarias para llevar a cabo la tarea y asegurarse de que ésta se realice de manera exitosa (por ejemplo, la cantidad y el tamaño de recipientes de agua/estructuras para dar sombra que debe haber; la distancia a la cual deben colocarse; la frecuencia del reabastecimiento del nivel de agua, del seguimiento del clima, de las pausas para beber agua y la frecuencia con la que se debe recordar a los trabajadores que beban agua, etc.) [Para obtener más información, consulte las [preguntas y respuestas](#) sobre cumplimiento de las normas de prevención de enfermedades causadas por el calor.]
3. Detallar cómo deben comunicarse estos procedimientos a los empleados y, en especial, a las personas que tienen asignadas estas tareas (por ejemplo, mediante una capacitación, una reunión), y también cómo se verificará que se respeten las instrucciones y los procedimientos de la compañía.

## **(NOMBRE DEL EMPLEADOR)**

**La persona o personas designadas que se indican a continuación (Administrador del Programa, Coordinador de Seguridad /Supervisor/Encargado/Supervisor de Campo/Jefe de Cuadrilla) tienen la autoridad y la obligación de poner en práctica las disposiciones de este programa en este sitio de trabajo.**

**Nombre/Cargo/Número de Teléfono**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

*NOTA: Cualquiera de los siguientes puntos correspondientes a la prestación de agua, sombra, alto calor, métodos de aclimatación y procedimientos de emergencia deben tener lenguaje adicional agregado para proporcionar detalles específicos sobre cómo su compañía pretende implementar estas disposiciones en el sitio de trabajo.*

**Ejemplos de procedimientos a considerar para el suministro de agua (entre otros):**

- Se colocarán recipientes con agua potable (de 5 a 10 galones [20 a 40 litros] cada uno) en el sitio de trabajo, para que haya al menos 2 cuartos de galón de agua por empleado al inicio de cada turno de trabajo. Todos los trabajadores tendrán acceso a agua potable, ya sea que trabajen en forma individual o en grupos más pequeños.
- Se pondrá a disposición de los trabajadores conos de papel o vasos desechables, que se mantendrán limpios hasta su uso.
- Como parte de los procedimientos efectivos de reabastecimiento, se verificará periódicamente el nivel de agua de todos los recipientes (por ejemplo, cada hora o cada 30 minutos) y con mayor frecuencia cuando la temperatura aumenta. Cuando el nivel de agua de un recipiente se reduzca a menos de la mitad, debe volver a llenarse con agua fresca. Se cargarán recipientes de agua adicionales (por ejemplo, botellones de 5 galones [20 litros]) para reponer el agua cuando fuera necesario.
- El agua será fresca, pura, y adecuadamente fría y se le proporcionará a los empleados sin costo. Los supervisores examinarán visualmente el agua y la pondrán sobre su piel para asegurarse de que el agua esté adecuadamente fría. Durante tiempo de calor, el agua debe estar más fría que la temperatura ambiental pero no tan fría como para que cause incomodidad.
- Los recipientes de agua se colocarán lo más cerca posible de los trabajadores (según el terreno y las condiciones del sitio de trabajo), para alentar a los trabajadores a tomar agua con frecuencia. Si debido a las condiciones del terreno no es posible colocar los recipientes de agua cerca de los trabajadores, se distribuirá agua embotellada o en recipientes individuales para que los trabajadores puedan acceder fácilmente al agua potable.
- Ya que los contenedores de agua son más pequeños que las estructuras de sombra, se pueden colocar más cerca a los empleados que las estructuras de sombra. El poner el agua solamente en áreas designadas o donde se encuentran los excusados no es suficiente. Cuando los empleados están trabajando en áreas extensas, el agua se colocará en varios lugares. Por ejemplo, en un sitio de construcción de varios pisos, se debería colocar agua en un lugar de acceso fácil en cada piso donde estén laborando los trabajadores.
- Los recipientes de agua se mantendrán en condiciones higiénicas. El agua de fuentes no aprobadas o no inspeccionadas (por ejemplo, pozos no inspeccionados) no es aceptable. Si se usan mangueras o conexiones, éstas deben ser aprobadas por el gobierno para sistemas de agua potable para beber, como se muestra en la etiqueta del fabricante.
- Diariamente se les recordará a los trabajadores dónde se encuentran los recipientes de agua fresca y la importancia de beber agua con frecuencia. Cuando la temperatura supere los 80°F (26.7 °C), o se espera que los supere, se organizarán breves reuniones informales por la mañana, para repasar con los empleados la importancia de beber agua, la cantidad de pausas que deben realizar para beber agua y para descansar, la programación de estas pausas, y los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor.
- Se utilizarán dispositivos sonoros (como silbatos o bocinas) para recordarles a los empleados que tomen agua.
- Cuando la temperatura alcance o supere los 95°F (35 °C), o durante una ola de calor, se llevarán a cabo reuniones antes del comienzo del turno de trabajo para animar a los trabajadores que beban bastante agua, y recordarle a los empleados de su derecho de tomar un descanso para refrescarse cuando se necesario. Además, se aumentará la cantidad de pausas para beber agua, y se recordará a los trabajadores que tomen agua durante el turno de trabajo.
- Los contenedores de agua individual o el agua embotellada proporcionadas se identificarán adecuadamente para eliminar la posibilidad de beber del contenedor o botella de un compañero de trabajo.

## **Procedimientos para acceder a un lugar con sombra (entre otros):**

- Las estructuras para dar sombra se armarán y colocarán lo más cerca posible de los trabajadores, cuando la temperatura alcance o supere los 80°F (26.7 °C). Cuando la temperatura sea menor a 80°F (26.7 °C), se brindará rápido acceso a un lugar con sombra cuando el trabajador así lo solicite.  
  
**Importante:** No se podrá utilizar el interior de un vehículo como medio para brindar sombra, salvo que cuente con aire acondicionado y éste se encuentre encendido.
- El lugar de trabajo deberá contar con suficientes estructuras de sombra para abarcar a todos los empleados que estén en un descanso en cualquier momento dado. Durante los periodos de almuerzo habrá suficiente sombra para todos los empleados que elijan permanecer en el área general de trabajo o en áreas designadas para periodos de recuperación y descanso. (Los empleadores pueden turnar a los empleados para que tomen y terminen sus periodos de almuerzo, así como los periodos de recuperación y de descanso.)
- Diariamente, se les informará a los trabajadores la ubicación de las estructuras de sombra y se les alentará a que tomen un descanso de cinco minutos para refrescarse. Un empleado que tome un periodo de descanso para refrescarse será vigilado y se le preguntará si él/ella está experimentando síntomas de enfermedad causada por el calor y de ninguna manera se le ordenará que regrese a trabajar hasta que las señales de enfermedad causada por el calor se hayan calmado. (Ver también la sección sobre Respuesta de Emergencia para información adicional.
- Las estructuras de sombra se moverán a medida que los trabajadores se desplazan y se colocarán lo más cerca posible de los empleados, para que tengan acceso a un lugar con sombra en todo momento. Todos los empleados que estén en un periodo de recuperación, periodo de descanso o periodo de almuerzo tendrán acceso completo a la sombra para que puedan sentarse en una postura normal sin tener que estar en contacto físico con los demás.
- En situaciones donde se utilicen árboles u otro tipo de vegetación para dar sombra (como en las huertas), se evaluará el espesor de la vegetación y la forma del área con sombra, antes de suponer que se cuenta con sombra suficiente para proteger a los empleados.
- Cuando no fuera seguro o viable brindar acceso a un lugar con sombra (por ejemplo, cuando hay vientos fuertes), se deberán documentar las condiciones inseguras o inviables, y los pasos que se tomarán para brindar sombra si se solicita.
- Para empleadores no agrícolas, cuando no fuera seguro o viable proporcionar sombra, (equipo móvil y riesgos de vehículos, vientos fuertes), se documentarán las condiciones inseguras o inviables, y los pasos que se tomarán para brindar medios alternativos para refrescarse con la misma protección que un lugar con sombra.

## **Procedimientos para el monitoreo del clima (entre otros):**

- El supervisor recibirá capacitación e instrucción sobre cómo verificar con anticipación el pronóstico extendido del tiempo. Los pronósticos meteorológicos pueden verificarse con la ayuda de Internet (<http://www.weather.gov/>) o llamando a los números telefónicos del Servicio Meteorológico Nacional (consulte los números de California a continuación) o consultando el canal The Weather Channel. Así, se podrá planificar el horario de trabajo con anticipación, tomando en cuenta si se espera una ola de calor o altas temperaturas. Este tipo de planificación anticipada debe realizarse durante todo el verano.

## **CALIFORNIA Dial-A-Forecast**

Eureka 707-443-7062  
Hanford 559-584-8047  
Los Angeles 805-988-6610 (#1)  
Sacramento 916-979-3051  
San Diego 619-297-2107 (#1)  
San Francisco 831-656-1725 (#1)

- Antes de cada jornada laboral, se revisará la temperatura y humedad pronosticadas para el lugar de trabajo y se las comparará con el Índice de Calor del Servicio Meteorológico Nacional para evaluar el nivel de riesgo de aparición de enfermedades causadas por el calor. Se determinará si los trabajadores estarán expuestos a temperaturas y humedades clasificadas como de “extrema precaución” o “peligro extremo”, ya que podrían ocasionar enfermedades causadas por el calor. Es importante destacar que la temperatura a la cual se dan estas advertencias debe reducirse por lo menos 15 grados, si los trabajadores en cuestión están expuestos al sol directo.
- Antes de cada jornada laboral, el supervisor debe monitorear el clima del lugar de trabajo (ingresando al sitio web [www.nws.noaa.gov](http://www.nws.noaa.gov) o con la ayuda de un simple termómetro, que puede comprarse en la mayoría de las ferreterías). Esta información climática es decisiva y debe tenerse en cuenta para decidir si es necesario realizar modificaciones al horario o programa laboral (por ejemplo, dejar de trabajar más temprano, reprogramar el trabajo, trabajar por la noche o durante las horas más frescas del día, aumentar la cantidad de pausas para beber agua y descansar).
- Se utilizará un termómetro en el lugar de trabajo para verificar si hay un aumento repentino de la temperatura y para garantizar que, una vez que la temperatura supere los 80°F (26.7°C), se abrirán las estructuras para dar sombra y los trabajadores tendrán acceso a ellas. Además, cuando la temperatura alcance o supere los 95°F (35°C), se deberán tomar medidas preventivas adicionales, como la implementación de los procedimientos para altas temperaturas.

## **Qué hacer frente a una ola de calor:**

Para fines de esta sección, "ola de calor" significa cualquier día en el que la temperatura alta pronosticada durante el día será de al menos 80 grados Fahrenheit y al menos diez grados Fahrenheit superiores a la temperatura alta promedio diaria durante los cinco días anteriores.

- Durante una ola de calor o un pico de calor, se interrumpirá o se reprogramará la jornada (por ejemplo, se trabajará por la noche o durante las horas más frescas del día).
- Durante una ola de calor o un pico de calor, y antes de comenzar a trabajar, deben organizarse reuniones informales para repasar los procedimientos de prevención de enfermedades causadas por el calor de la compañía, el pronóstico del tiempo y la respuesta ante una emergencia. Además, si no fuera posible implementar las modificaciones programadas, los trabajadores recibirán más agua y descansos que los habituales y se los observará de cerca para descartar cualquier señal o síntoma de enfermedades causadas por el calor.
- A cada empleado se le asignará un “compañero” que estará atento a cualquier signo o síntoma de enfermedades causadas por el calor, y que además se asegurará de que se activen los procedimientos de emergencia cuando alguien presenta un posible signo o síntoma de esta enfermedad.

## **Procedimientos para altas temperaturas (entre otros):**

**Los procedimientos para altas temperaturas son medidas preventivas adicionales que esta compañía utilizará cuando la temperatura alcance o supere los 95 grados Fahrenheit.**

- Se debe mantener una comunicación efectiva, ya sea oral, observación directa (en caso de cuadrillas de 20 trabajadores o menos) sistema obligatorio de compañeros, o a través de medios electrónicos, para que los empleados que se encuentran en el lugar de trabajo puedan contactarse con un supervisor cuando sea necesario. Si el supervisor no puede estar cerca de los trabajadores (para observarlos o comunicarse con ellos), se puede utilizar un dispositivo electrónico, como un teléfono celular o un aparato para enviar mensajes de texto, siempre y cuando haya buena recepción en el área.
- Se debe mantener una comunicación fluida con los empleados que trabajan solos o en grupos pequeños (manténgase informado por vía telefónica o mediante una radio de dos vías), para estar atento a cualquier posible síntoma de enfermedades causadas por el calor. Se hará contacto con el(los) empleado(s) regularmente y tan frecuentemente como sea posible durante todo el día, ya que un empleado en problemas podría no poder pedir ayuda por sí mismo o misma.
- Se debe observar a los empleados. Comunicación eficaz y observación directa de estar alerta a los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor se llevarán a cabo frecuentemente. Cuando el supervisor no esté disponible, una persona alterna responsable se debe asignar para que esté alerta a los signos y síntomas de enfermedades causadas por el calor. Si un observador, tal observador designado, o cualquier empleado reporta cualesquier signos o síntomas de enfermedades causadas por el calor en cualquier empleado, el supervisor o la persona designada tomará acción inmediata de acuerdo a la severidad de la enfermedad (ver los Procedimientos de Respuesta de Emergencia) recibirá el entrenamiento adecuado para saber qué medidas tomar en caso de presentarse alguna enfermedad causada por el calor.
- Se debe recordar a los empleados que tomen bastante agua durante el turno de trabajo y tomar periodos de descanso para refrescarse cuando lo necesiten.

Además de los procedimientos para altas temperaturas mencionadas anteriormente, los siguientes procedimientos para altas temperaturas sólo se aplican a los sitios de trabajo agrícola.

- Cuando la temperatura es igual o superior a 95 grados, a los empleados se le proporcionará un “período de descanso de enfriamiento preventivo” de 10 minutos cada 2 horas. (Durante las primeras 8 horas de un turno, los períodos de enfriamiento se pueden proporcionar, a la misma hora que los períodos de descanso ya requeridos por la Orden No. 14 de la Comisión de Bienestar Industrial.)
- A los empleados que trabajen más de 8 horas se les proporcionará un período de descanso adicional de 10 minutos de enfriamiento cada 2 horas, (por ejemplo, si el turno se extiende más allá de 8 horas, se requiere un período de descanso adicional al final de la octava hora de trabajo, si el turno se extiende más allá de 10 horas, se requiere otro y al final de la décima hora, y así sucesivamente.)
- A todos los empleados se les requiere tomar los períodos de descanso de enfriamiento y limitarse a ofrecer la oportunidad para un descanso no es suficiente.
- Cuando la temperatura es igual o superior a 95 grados, se llevarán registros que documenten el hecho de que se proporcionan y se toman los periodos de descanso de enfriamiento obligatorios.

## **Procedimientos para la aclimatación (entre otros):**

La aclimatación es el cambio fisiológico temporal y gradual que se produce en el cuerpo cuando la carga térmica originada en el medio ambiente a la cual el cuerpo está acostumbrado aumenta significativa y repentinamente debido a cambios ambientales bruscos. En términos más simples, el cuerpo necesita tiempo para adaptarse cuando la temperatura aumenta repentinamente. Por eso, los empleados corren el riesgo de sufrir enfermedades causadas por el calor si no se toman el trabajo con calma frente a una ola de calor o cuando comienzan un empleo nuevo que les exige estar expuestos a temperaturas muy altas a las que el cuerpo todavía no se adaptó.

Una aclimatación inadecuada puede ser mucho más peligrosa en condiciones de altas temperaturas y estrés físico. Los empleadores son responsables de las condiciones laborales de sus empleados y deben actuar de manera eficaz cuando debido a estas condiciones los empleados queden repentinamente expuestos a un grado de calor al que no están acostumbrados.

- Se debe monitorear el clima todos los días. El supervisor estará atento a cualquier ola de calor o aumento repentino de la temperatura a la cual los empleados no hayan estado expuestos por varias semanas o más tiempo.
- Durante una ola de calor o un pico de calor se interrumpirá la jornada laboral (por ejemplo, a las 12 p.m.), se reprogramará (es decir, se trabajará por la noche o durante las horas más frescas del día) o, de ser posible, se suspenderá por ese día.**
- Cuando se trate de empleados nuevos, o de esos que han sido asignados nuevamente a un área de alto calor, serán observados estrechamente por el supervisor o el designado por los primeros 14 días. Se debe disminuir la intensidad del trabajo durante un período de adaptación de dos semanas (por ejemplo, programar el trabajo que requiera menos esfuerzo físico y que pueda realizarse más lento durante las horas más calurosas del día y el trabajo más pesado durante las horas más frescas del día, es decir, primeras horas de la mañana o por la tarde). Se deben documentar las medidas que se tomen para disminuir la intensidad de la carga de trabajo de los empleados nuevos.
- El supervisor o la persona designada debe prestarles mucha atención a los empleados nuevos y estar atento a la aparición de síntomas relacionados con enfermedades causadas por el calor.
- A los empleados nuevos se les debe asignar un “compañero” o colega con más experiencia para que se vigilen mutuamente y estén atentos a cualquier malestar o síntoma de enfermedades causadas por el calor.
- Durante una ola de calor, se debe observar atentamente a todos los empleados (o mantener una comunicación fluida por teléfono o radio), y estar atento a posibles síntomas de enfermedades causadas por el calor.
- Los empleados y supervisores recibirán una capacitación sobre la importancia de la aclimatación, cómo se logra y qué disponen sobre este tema los procedimientos de la compañía.

## **Procedimientos para respuesta ante una emergencia (entre otros):**

- Antes de asignar un grupo de trabajadores a un lugar de trabajo en particular, hay que asegurarse de que una persona calificada, debidamente capacitada y con el equipo necesario esté disponible en el lugar, para prestar primeros auxilios de ser necesario.
- Antes de comenzar el turno de trabajo, se debe determinar si en ese lugar de trabajo existen problemas de comunicación debido al idioma y, de ser necesario, se deben tomar las medidas correspondientes (por ejemplo, asignarle al encargado o a un trabajador que hable inglés la responsabilidad de llamar para pedir servicios médicos de emergencia) para asegurarse de que se llame de inmediato al servicio médico de emergencia en caso de producirse una situación de emergencia.

- Los encargados y supervisores deben contar con teléfonos celulares u otros medios de comunicación, para poder comunicarse con los servicios médicos de emergencia. Además, se debe verificar que estos aparatos electrónicos funcionen bien antes de cada turno de trabajo.
- Cuando un empleado presente síntomas de una posible enfermedad causada por el calor, después de llamar al servicio de emergencia, se debe actuar de inmediato para mantener al empleado afectado fresco y cómodo (y así evitar que la situación empeore).
- En lugares remotos, como granjas rurales, descampados y zonas no urbanizadas, el supervisor debe designar a un empleado, o a varios, para que se dirijan hasta la carretera o autopista más cercana, donde el equipo de respuesta a emergencias pueda verlos. Si hay poca luz natural, se deberá entregar chalecos reflectantes o linternas a los empleados designados, para que puedan indicarle al personal de emergencias el camino hasta el lugar de trabajo, que posiblemente no se distinga desde la carretera o la autopista.
- Durante una ola de calor o altas temperaturas, se recordará y recomendará a los trabajadores que informen inmediatamente a su supervisor cualquier señal o síntoma que experimenten.
- La capacitación para empleados y supervisores incluirá todos los detalles de estos procedimientos escritos de emergencia.

### **Cómo ocuparse de un empleado enfermo:**

- Cuando un empleado presente posibles señales o síntomas de una enfermedad causada por el calor, un supervisor o trabajador capacitado en primeros auxilios debe revisarlo y determinar si alcanza con descansar a la sombra y beber agua fresca, o si es necesario llamar a los servicios de emergencia.** ¡No deje a un trabajador enfermo solo en la sombra, ya que su condición podría empeorar!
- Cuando un empleado presente posibles señales o síntomas de una enfermedad causada por el calor, y no haya ningún supervisor o empleado capacitado en primeros auxilios disponible en el lugar, llame a los servicios de emergencia.
- Llame a los servicios de emergencia de inmediato si un empleado muestra signos o síntomas de una enfermedad causada por el calor (pérdida, decremento del conocimiento, tambalearse, vómitos, desorientación, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones, rostro enrojecido y caliente), no tiene buen aspecto o no mejora después de beber agua fresca y descansar a la sombra. Mientras la ambulancia está en camino, comience a brindar primeros auxilios (refresque al trabajador: colóquelo a la sombra, quítele las prendas excesivas de ropa, coloque bolsas de hielo debajo de las axilas y en el área de la ingle, y 8 abaníquelo).** ¡No permita que un trabajador enfermo abandone el lugar de trabajo, ya que podría perderse o incluso morir antes de llegar al hospital!
- Si un empleado no tiene buen aspecto y muestra signos o síntomas graves de una enfermedad causada por el calor (pérdida del conocimiento, dice incoherencias, convulsiones, rostro enrojecido y caliente), y el lugar de trabajo se encuentra a más de 20 minutos de un hospital, llame a los servicios de emergencia, informe los signos y síntomas de la persona afectada, y solicite una ambulancia aérea.

### **Procedimientos para la capacitación de empleados y supervisores (entre otros):**

Para ser eficaz, la capacitación debe ser entendida por los empleados y darse en un idioma que los empleados entiendan. Todos los empleadores deben mantener registros de la capacitación que muestre la fecha de la capacitación, quién llevó a cabo la capacitación, quién asistió a la capacitación y los temas que se cubrieron.

- Se capacitará a los supervisores antes de asignarlos a la supervisión de otros trabajadores. La capacitación debe incluir los procedimientos escritos de esta compañía y los pasos que deben seguir los supervisores cuando los empleados presentan síntomas relacionados con enfermedades causadas por el calor.
- Los supervisores recibirán capacitación sobre su responsabilidad de proporcionar agua, sombra, descansos de enfriamiento, y acceso a primeros auxilios, así como el derecho de los empleados a ejercer sus derechos bajo este estándar sin represalias.
- Los supervisores recibirán capacitación en primeros auxilios y/o respuesta de emergencia a diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor adecuadas y, además, que las enfermedades causadas por calor pueden progresar rápidamente de síntomas y signos leves a enfermedad grave que amenaza la vida.
  
- Se capacitará a los supervisores sobre cómo revisar el clima en el lugar de trabajo (monitoreando los aumentos de temperatura pronosticados y mediante el uso periódico de un termómetro). Los supervisores recibirán instrucciones sobre cómo se utilizará la información climática para modificar los horarios de trabajo programados, para aumentar la cantidad de agua y descansos programados o para terminar de trabajar antes, si fuera necesario.
- Se capacitará a todos los empleados y supervisores antes de trabajar al aire libre. La capacitación incluirá todos los procedimientos de esta compañía para implementar un Plan de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor efectivo, entre otros: proveer suficiente agua, proveer acceso a la sombra, procedimientos para altas temperaturas, procedimientos para una respuesta ante una emergencia y la aclimatación, que se encuentran por escrito en los procedimientos de prevención de esta compañía.
- Se capacitará a los empleados sobre los pasos que deben seguir para contactar a los servicios médicos de emergencia; por ejemplo, cómo actuar si hay trabajadores que no hablan inglés, cómo dar instrucciones claras y precisas al personal de emergencias para que puedan llegar sin demora al lugar de trabajo y la importancia de hacer contacto visual con el equipo de respuesta a emergencias en la carretera o señal distintiva más cercana para mostrarles cómo llegar hasta el sitio.
- Cuando se espera que la temperatura supere los 80°F (26.7°C), deben organizarse breves reuniones informales para revisar el pronóstico del clima, repasar las medidas de prevención de enfermedades causadas por el calor con los empleados, recordarles que beban mucha agua, comunicarles que se les dará acceso a un lugar con sombra cuando así lo soliciten y recordarles que deben estar atentos a las señales y síntomas relacionados con enfermedades causadas por el calor.
- A los nuevos empleados se les asignará un “compañero” o colega con más experiencia para asegurarse de que comprendan la capacitación y sigan los procedimientos de la compañía.

**Recursos (entre otros):**

Preguntas y Respuestas Sobre la Aplicación de la Prevención de las Enfermedades Causadas Por el Calor:

<http://www.dir.ca.gov/dosh/Spanish/heatIllnessQA.html>

Etool (e-herramienta) – Prevención de las Enfermedades Causadas por el Calor:

<http://www.dir.ca.gov/dosh/etools/08-006sp/index.htm>

Sitio web de Cal/OSHA para la Prevención de Enfermedades Causada por el Calor:

<http://www.dir.ca.gov/DOSH/Spanish/HeatIllnessInfo.html>

