

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

Unidad de Publicaciones de Cal/OSHA

Rev. Mayo 2019



Los empleadores de California con cualquier lugar de trabajo al aire libre deben cumplir con el estándar de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor, Código de Regulaciones de California, título 8, sección [3395](#) (8 CCR 3395). Estos procedimientos han sido creados para ayudar a los empleadores a establecer sus propios procedimientos de prevención de enfermedades causadas por el calor y para reducir a sus empleados el riesgo de enfermedades causadas por el calor relacionadas con el trabajo.

Estos procedimientos no tienen por objeto prevalecer ni sustituir la aplicación de ninguna otra sección del título 8, particularmente 8 CCR [3203](#), Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades (IIPP), que requiere que un empleador establezca, ponga en práctica y mantenga un IIPP eficaz. Puede integrar sus procedimientos de prevención de enfermedades causadas por calor en su IIPP. Debe tener en cuenta que otras normas también se aplican a la prevención de enfermedades causadas por el calor, tales como los requisitos de proporcionar agua potable, primeros auxilios y respuesta de emergencia en la construcción, agricultura e industria en general.

Nota: Estos procedimientos describen los mínimos pasos esenciales de prevención a las enfermedades causadas por el calor aplicables a la mayoría de los entornos de trabajo al aire libre. En ambientes de trabajo donde existe un mayor riesgo de enfermarse por el calor (por ejemplo, durante una ola de calor u otras condiciones de trabajo o ambientales severas), debe tener mayor precaución y utilizar medidas de protección más allá de lo que se indica en este documento, según sea necesario para proteger a los empleados.

Para establecer los procedimientos de su compañía con eficacia, revise cuidadosamente los elementos clave que se enumeran en éste documento, así como los ejemplos proporcionados, y luego desarrolle procedimientos escritos que se apliquen a su sitio de trabajo. El Plan de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor debe estar escrito en inglés y en el idioma entendido por la mayoría de los

empleados y debe estar disponible en el sitio de trabajo. Ponga procedimientos en práctica, capacite a los empleados y supervisores sobre los procedimientos de su compañía y haga un seguimiento para asegurar de que sus procedimientos sean cumplidos.

Para adaptar estos procedimientos a sus actividades de trabajo, evalúe y considere las condiciones específicas presentes en su sitio, tales como:

1. El tamaño de la cuadrilla.
2. La duración del turno de trabajo.
3. La temperatura ambiental (que puede ser o tomada con un termómetro simple o estimada monitoreando el tiempo).
4. Fuentes de calor adicionales o el uso de equipos de protección personal que pueden aumentar la carga de calor del cuerpo.
5. Nuevamente, estos modelos de procedimientos no incluyen todos los escenarios en el sitio de trabajo, por lo que es crucial que tenga en cuenta y evalúe las condiciones que se encuentran en su sitio de trabajo individual que probablemente pueden causar una enfermedad causada por el calor.

Requisitos obligatorios para los procedimientos escritos también deben hacer lo siguiente:

1. Identificar la(s) persona(s) responsable de la(s) tarea(s) (por ejemplo, supervisor, capataz, coordinador de seguridad, líder de cuadrilla).
2. Describir en detalle los pasos requeridos para llevar a cabo la tarea y asegurar de que la tarea sea realizada con éxito, incluyendo el número y tamaño de los recipientes de agua y las estructuras de sombra; distancia a su colocación; y frecuencia de reabastecimiento de agua, pausas/recordatorios para tomar agua, seguimiento meteorológico, etc. Para obtener información adicional, consulte [P&R de Cumplimiento](#).
3. Especificar cómo comunicará estos procedimientos a sus empleados, en particular a la(s) persona(s) asignada(s) para que sea(n) responsable de ellos, y cómo verificará que los procedimientos e instrucciones están siendo seguidos.

(Introduzca Nombre de Empleadores Aquí)

La(s) siguiente(s) persona(s) designada(s) (por ejemplo, administrador del programa, coordinador de seguridad, supervisor, capataz, supervisor de campo, líder de la cuadrilla) tiene(n) la autoridad y la responsabilidad de poner en práctica las disposiciones de este programa en este sitio de trabajo.

Nombre / Título / Número de Teléfono

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Instrucciones: *Elija los elementos a continuación que sean aplicables a sus operaciones de trabajo para el suministro de agua y sombra, procedimientos de altas temperaturas, métodos de aclimatación y procedimientos de emergencia, y agregue lenguaje adicional para especificar cómo su compañía propone poner en práctica estas disposiciones en el sitio de trabajo.*

Procedimientos para el Suministro de Agua:

Recipientes de agua potable (de 5 a 10 galones cada uno) serán llevados al sitio para que al menos dos cuartos de galón por empleado estén disponibles al comienzo del turno. Todos los empleados, ya sea que trabajen individualmente o en cuadrillas más pequeñas, tendrán acceso al agua potable.

Conos de papel o bolsas de vasos desechables y los dispensadores de vasos necesarios estarán a disposición de los empleados y se mantendrán limpios hasta que se utilicen.

Como parte de los Procedimientos Efectivos de Reabastecimiento, el nivel de agua de todos los recipientes será revisado periódicamente (por ejemplo, cada hora, cada 30 minutos) y con mayor frecuencia cuando la temperatura suba. Los recipientes de agua serán rellenados con agua fría cuando el nivel de agua dentro de un recipiente caiga por debajo del 50 por ciento. Se entregarán recipientes de agua adicionales (por ejemplo, botellas de cinco galones) para reemplazar el agua según sea necesario.

Agua será fresca, pura, apropiadamente fría y proporcionada gratis a los empleados. Los supervisores examinarán visualmente el agua y derramarán algo en su piel para asegurar que el agua esté adecuadamente fría. Durante el tiempo caluroso, el agua debe ser más fría que la temperatura ambiente, pero no tan fría como para causar molestias.

Recipientes de agua serán ubicados lo más cerca posible de las áreas donde trabajan los empleados (dependiendo de las condiciones de trabajo y estructura del sitio de trabajo) para estimular el consumo frecuente de agua. Si el terreno de campo impide que el agua sea colocada a una distancia razonable de los

empleados, se pondrá a disposición agua embotellada o recipientes de agua personales para que los empleados puedan tener agua potable de beber fácilmente accesible.

Como los recipientes de agua son más pequeños que las estructuras de sombra, se pueden colocar más cerca de los empleados que las estructuras de sombra. No es suficiente colocar agua solo en las áreas de sombra designadas o donde se encuentran los baños. Cuando los empleados trabajan en áreas grandes, se colocará el agua en varios lugares. Por ejemplo, en un sitio de construcción de varios pisos, se colocará el agua en un lugar de acceso seguro en cada piso donde los empleados están trabajando.

Se mantendrán todos los recipientes de agua en condiciones sanitarias. No es aceptable el agua que viene de fuentes de agua no aprobadas o no probadas (por ejemplo, pozos no probados). Si se utilizan mangueras o conexiones, deben estar aprobadas para sistemas de agua potable, como se muestra en la etiqueta del fabricante.

Diariamente, se recordará a los empleados la ubicación de los dispensadores de agua fría y la importancia de beber agua con frecuencia. Cuando la temperatura excede, o se espera que exceda, 80 grados Fahrenheit, se llevarán a cabo reuniones breves de "portón trasero" con los empleados cada mañana para revisar la importancia de beber agua potable, el número y el horario de las pausas para tomar agua y descansar, y los signos y síntomas de la enfermedades causadas por del calor.

Se utilizarán dispositivos audibles, como silbatos o bocinas de aire, para recordar a los empleados a que beban agua.

Cuando la temperatura iguale o exceda 95 grados Fahrenheit, o durante una ola de calor, se llevarán a cabo reuniones previas al turno antes del comienzo del trabajo para animar a los empleados a beber mucha agua y recordar a los empleados de su derecho a tomar un descanso de enfriamiento cuando sea necesario. Además, se aumentará el número de períodos para tomar agua. Los supervisores/capataces darán ejemplo y recordarán a los empleados a que deben beber agua a lo largo del turno de trabajo.

Se identificarán apropiadamente los recipientes individuales de agua o el agua embotellada que se proporciona a los empleados para eliminar la posibilidad de beber del recipiente o botella de un compañero de trabajo.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará la provisión de agua usando los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos para Acceso a la Sombra:

Se abrirán y colocarán las estructuras de sombra lo más cerca posible a los empleados cuando la temperatura iguale o exceda 80 grados Fahrenheit. Cuando la temperatura está por debajo de 80 grados Fahrenheit, el acceso a la sombra se proporcionará de inmediato, cuando lo solicite un empleado.

Nota: El interior de un vehículo no podrá ser utilizado para proporcionar sombra a menos que el vehículo tenga aire acondicionado y el aire acondicionado esté encendido.

Suficientes estructuras de sombra estarán disponibles en el sitio para acomodar a todos los empleados que toman un período de descanso en cualquier momento. Durante los periodos de comida, habrá suficiente sombra para todos los empleados que decidan permanecer en el área general de trabajo o en áreas designadas para períodos de recuperación y descanso. (Los empleadores pueden rotar a los empleados en y fuera de los períodos de comida, al igual que con los períodos de recuperación y descanso).

Diariamente, se informará a los empleados de la ubicación de las estructuras de sombra y se les animará a tomar un descanso de enfriamiento de cinco minutos en la sombra. Un empleado que toma un descanso preventivo de enfriamiento será vigilado y se le preguntará si está experimentando síntomas de enfermedades causadas por el calor. En ningún caso se ordenará al empleado volver a trabajar hasta que los signos o síntomas de las enfermedades causadas por el calor hayan disminuido (ver la sección sobre [Respuesta de Emergencia](#) para obtener información adicional).

A medida que las cuadrillas se mueven, las estructuras de sombra serán reubicadas para ser colocadas lo más cerca posible de los empleados para que proporcionen acceso a la sombra en todo momento. Todos los empleados en un período de recuperación o descanso o un período de comida tendrán acceso completo a la sombra para que puedan sentarse en una postura normal sin tener que estar en contacto físico el uno con el otro.

Antes de que se usen árboles u otra vegetación para proporcionar sombra (como en huertos), se evaluará el espesor y la forma del área sombreada para asegurar que se proyecte suficiente sombra para proteger a los empleados.

En situaciones donde no es seguro o posible proporcionar acceso a la sombra (por ejemplo, durante vientos fuertes), se hará una nota de estas condiciones inseguras o cuando no sea posible y se utilizarán procedimientos alternativos para proporcionar a pedido, acceso a la sombra. (A continuación, describa el procedimiento alternativo de acceso a la sombra.)

Para empleadores no agrícolas, las medidas de enfriamiento distintas a la sombra (por ejemplo, el uso de máquinas nebuladoras) son proporcionadas en lugar de sombra si estas medidas son demostrablemente tan efectivas como la sombra en permitir que los empleados se enfríen, y de los pasos que se tomarán para proporcionar medidas alternativas de enfriamiento pero con protección equivalente a la sombra.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará el acceso a la sombra utilizando los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos para Monitorear el Tiempo:

El supervisor será capacitado e instruido para verificar por adelantado el pronóstico meteorológico extendido. Las previsiones meteorológicas pueden ser consultadas con la ayuda de Internet (<http://www.nws.noaa.gov/>), llamando a los números de teléfono del Servicio Nacional de Meteorología (consulte los números de CA a continuación) o consultando la Red de TV Weather Channel. El programa de trabajo se planificará por adelantado, teniendo en cuenta si se esperan altas temperaturas o una ola de calor. Este tipo de planificación avanzada debe realizarse cada vez que se espera que la temperatura alcance los 70 grados Fahrenheit o más.

CALIFORNIA Dial-A-Forecast

- Eureka 707-443-7062
- Hanford 559-584-8047
- Los Angeles 805-988-6610 (#1)
- Sacramento 916-979-3038
- San Diego 619-297-2107 (#1)
- San Francisco 831-656-1725 (#1)

Antes de cada jornada laboral, la temperatura y la humedad pronosticadas para el sitio de trabajo serán revisadas y comparadas con el Índice de Calor del Servicio Meteorológico Nacional para evaluar el nivel de riesgo de las enfermedades causadas por el calor. Se determinará si los empleados estarán o no expuestos a una temperatura y humedad caracterizadas como "precaución extrema" o "peligro extremo" para las enfermedades causadas por el calor. Es importante tener en cuenta que la temperatura a la que se producen estas advertencias debe ser reducida tanto como 15 grados si los empleados trabajan bajo la luz solar directa. Se tomarán medidas adicionales, como las que se enumeran a continuación, para abordar éstos peligros.

Antes de cada jornada laboral, el supervisor monitoreará el tiempo (utilizando <http://www.nws.noaa.gov/> o un termómetro simple, disponible en la mayoría de las ferreterías) en el sitio de trabajo. Se tendrá en cuenta esta información meteorológica crítica para determinar cuándo será necesario hacer modificaciones en el horario de trabajo (por ejemplo, parar el trabajo temprano, reprogramar el trabajo, trabajar de noche o durante las horas más frescas del día, aumentando el número de períodos de descansos y para tomar agua).

Se utilizará un termómetro en el sitio de trabajo para monitorear un aumento repentino de la temperatura y para asegurar que una vez que la temperatura exceda los 80 grados Fahrenheit, las estructuras de sombra serán abiertas y puestas a disposición de los empleados. Además, cuando la temperatura iguale o excede 95 grados Fahrenheit, las medidas preventivas adicionales, como procedimientos de altas temperaturas, serán puestas en práctica.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará el seguimiento del tiempo mediante los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos para Manejar una Ola de Calor:

Para fines de esta sección solamente, "ola de calor" significa cualquier día en el que la temperatura alta prevista para el día será de al menos 80 grados Fahrenheit y al menos diez grados Fahrenheit más alta que la temperatura promedio diaria máxima en los cinco días anteriores.

Durante una ola de calor o pico de calor, la jornada de trabajo será acortada o reprogramada (por ejemplo, se llevará a cabo durante la noche o durante las horas más frescas).

Durante una ola de calor o pico de calor y antes de comenzar a trabajar, se llevarán a cabo reuniones de "portón trasero" para revisar los Procedimientos de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor (HIPP), el pronóstico del tiempo y los procedimientos de respuesta de emergencia de la compañía. Además, si no es posible modificar el horario, se proporcionará a los empleados un mayor número de períodos para descansar y tomar agua y se les observará de cerca para detectar signos y síntomas de enfermedades causadas por el calor.

A cada empleado se le asignará un "compañero" para estar atento a los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor y para asegurar que se inicien los procedimientos de emergencia cuando alguien muestre posibles signos o síntomas de las enfermedades causadas por el calor. Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará que las olas de calor se aborden con los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos de Altas Temperaturas:

Los Procedimientos de Alta temperatura son medidas preventivas adicionales que esta compañía utilizará cuando la temperatura iguale o excede 95 grados Fahrenheit.

Se mantendrá comunicación efectiva por voz, observación directa (aplicable para las cuadrillas de trabajo de 20 o menos), el sistema de compañero obligatorio, o medios electrónicos para que los empleados en el sitio de trabajo puedan comunicarse con un supervisor cuando sea necesario. Si el supervisor no puede estar cerca de los empleados (para observarlos o comunicarse con ellos), entonces un dispositivo electrónico, como un teléfono celular o un dispositivo de mensajería de texto, puede ser utilizado para este propósito si la recepción en la zona es confiable.

Se mantendrá una comunicación frecuente con los empleados que trabajan solos o en grupos más pequeños (por teléfono o radio de dos vías), para detectar posibles síntomas de enfermedades causadas por el calor. Se contactará al (los) empleado (s) regularmente y con tanta frecuencia como es posible a lo largo del día, ya que es posible que un empleado en dificultades no pueda pedir ayuda por su cuenta.

Comunicación efectiva y observación directa para vigilar el estado de alerta y los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor serán realizadas con frecuencia. Cuando el supervisor no está disponible, se debe asignar a una persona suplente la responsabilidad de buscar signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor. Si un supervisor, un observador designado o cualquier empleado informa de cualquier signo o síntoma de las enfermedades causadas por el calor en cualquier empleado, el supervisor o la persona designada tomará una acción inmediata de acuerdo con la gravedad de la enfermedad (consulte [Procedimientos de Respuesta de Emergencia](#)).

Se recordará constantemente a los empleados durante todo el turno de trabajo de beber mucha agua y tomar descansos preventivos de enfriamiento cuando sea necesario.

Se tendrán reuniones previas al comienzo del trabajo para revisar los procedimientos de alta temperatura, animar a los empleados a beber mucha agua y recordar a los empleados de su derecho a tomar un descanso para refrescarse cuando sea necesario.

Además de los Procedimientos de Altas Temperaturas enumerados anteriormente, los siguientes procedimientos de Altas Temperaturas se aplican a los sitios de trabajo agrícola.

Cuando la temperatura iguale o excede 95 grados Fahrenheit, se proporcionarán a los empleados un "período de descanso preventivo de enfriamiento" de 10 minutos cada dos horas. Durante las primeras ocho horas de un turno, los períodos de enfriamiento pueden proporcionarse al mismo tiempo que los períodos de descanso ya requeridos por la Orden N° 14 de la Comisión de Bienestar Industrial.

Los empleados que trabajen por más de ocho horas recibirán un período de descanso adicional de enfriamiento de 10 minutos cada dos horas. Por ejemplo, si el turno se extiende más allá de ocho horas, se requiere un período de descanso adicional al final de la octava hora de trabajo. Si el turno se extiende más allá de diez horas, se requiere otro período de descanso al final de la décima hora, y así sucesivamente.

Se requerirá que todos los empleados tomen los períodos de descanso de enfriamiento. El simple hecho de ofrecer la oportunidad de un descanso no es suficiente.

Una vez que la temperatura iguale o excede 95 grados Fahrenheit, se mantendrán registros que documentarán el hecho de que se proporcionan y se toman los períodos de descanso de enfriamiento obligatorios.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará que se aborden Altas Temperaturas con los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos de Aclimatación:

La aclimatación es la adaptación temporal del cuerpo al trabajo en el calor que ocurre gradualmente cuando una persona está expuesta a él. En términos más comunes, el cuerpo necesita tiempo para adaptarse cuando las temperaturas aumentan de repente, y un empleado corre el riesgo de sufrir una enfermedad causada por el calor al no realizar tareas ligeras cuando llega de golpe una ola de calor o un pico de calor, o al iniciar un trabajo nuevo que expone el empleado al calor que el cuerpo del empleado aún no se ha ajustado.

La 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 de poner en práctica medidas de protección adicionales cuando las condiciones resulten en una exposición repentina al calor a la que sus empleados no están acostumbrados.

El clima será monitoreado diariamente. El supervisor estará atento a las olas de calor, los picos de calor o las temperaturas a las que los empleados no han estado expuestos durante varias semanas o más.

Durante una ola de calor o un pico de calor, la jornada de trabajo será acortada (por ejemplo, a las 12:00 p.m.), será reprogramada (por ejemplo, se realizará de noche o durante las horas más frescas) o, si es posible, se para el trabajo.

Los empleados nuevos y aquellos que han sido recientemente asignados a una área de alta temperatura serán observados de cerca por el supervisor o personada designada durante los primeros 14 días. La intensidad de trabajo será reducida durante un período de dos semanas mediante el uso de procedimientos como la programación de trabajo de ritmo más lento, con menos demanda física durante las partes más calurosas del día y las actividades laborales más pesadas durante las partes más frescas del

día (temprano en la mañana o por la noche). Se documentarán los pasos tomados para disminuir la intensidad de la carga de trabajo para los empleados nuevos.

El supervisor o persona designada estarán más atentos con los nuevos empleados y estarán alertas a la presencia de síntomas relacionados con el calor.

A los nuevos empleados se les asignará un "compañero" o un compañero de trabajo con experiencia, para que puedan vigilarse de cerca el uno al otro para detectar molestias o síntomas de enfermedades causadas por el calor.

Durante una ola de calor, todos los empleados serán observados de cerca (o mantendrán una comunicación frecuente por teléfono o radio) para detectar posibles síntomas de enfermedades causadas por el calor.

Se capacitará a los empleados y supervisores sobre la importancia de la aclimatación, cómo se desarrolla y cómo estos procedimientos de la compañía lo abordan.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará que la aclimatación de los empleados se realice con los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos para la Respuesta de Emergencia:

Cuando se asigna una cuadrilla a un sitio de trabajo en particular, a los empleados y al capataz se les proporcionará un mapa del sitio que les permitirá dar direcciones claras y precisas al sitio de trabajo (por ejemplo, nombres de calles o carreteras, características distintivas y distancias a carreteras principales) para evitar un retraso de los servicios médicos de emergencia.

Antes de asignar una cuadrilla a un lugar de trabajo sin una enfermería, clínica u hospital cercano, el empleador se asegurará de que haya una persona debidamente capacitada y equipada disponible en el sitio para prestar primeros auxilios, si es necesario.

Antes del comienzo del turno, se determinará si existe una barrera de idioma en el sitio y, en caso necesario, se tomarán medidas, como la asignación de la responsabilidad de llamar a los servicios médicos de urgencia al capataz o a un empleado que hable inglés, para asegurar que los servicios médicos de emergencia pueden ser llamados inmediatamente en caso de una emergencia.

Todos los capataces y supervisores llevarán teléfonos celulares u otros medios de comunicación para asegurar que se pueda llamar a los servicios médicos de emergencia. Se realizarán comprobaciones para asegurar que estos dispositivos electrónicos funcionen antes de cada turno.

Cuando un empleado muestre síntoma(s) de una posible enfermedad causada por el calor, se llamará a los servicios médicos de emergencia y se tomarán medidas de inmediato para mantener al empleado afectado fresco y cómodo evitando la progresión a una enfermedad más grave. Bajo ninguna circunstancia se dejará desatendido al empleado afectado.

En lugares remotos, como granjas rurales, lotes o áreas no desarrolladas, el supervisor designará a un empleado o empleados para que vayan físicamente al camino o carretera más cercana donde los equipos de emergencia puedan verlos. Si disminuye la luz del día, el (los) empleado(s) designado(s) recibirá(n) chalecos reflectantes o linternas para dirigir al personal de emergencia a la ubicación del empleado enfermo, que puede no ser visible desde el camino o la carretera.

Durante una ola de calor, un pico de calor o temperaturas calientes, se recordará y animará a los empleados a informar de inmediato a su supervisor cualquier signo o síntoma que estén experimentando.

Los empleados y supervisores serán capacitados en cada detalle de estos Procedimientos para Respuesta de Emergencia escritos.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará la respuesta de emergencia con los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos para Atender a un Empleado Enfermo:

Cuando un empleado muestra posibles signos o síntomas de enfermedades causadas por el calor, un empleado o supervisor capacitado en primeros auxilios evaluará al empleado enfermo y determinará si será suficiente descansar en la sombra y beber agua fresca o si se debe llamar a los proveedores de servicios de emergencia. ¡No se dejará solo a un empleado enfermo en la sombra, ya que podría empeorarse!

Cuando un empleado muestra posibles signos o síntomas de enfermedades causadas por el calor y ningún empleado o supervisor capacitado en primeros auxilios está disponible en el sitio, se llamará a los proveedores de servicios de emergencia.

Se llamará inmediatamente a los proveedores de servicios de emergencia si un empleado muestra signos o síntomas graves de las enfermedades causadas por el calor (p. ej., disminución del nivel de conciencia, inestabilidad de movimiento, vómitos, desorientación, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones, y la cara roja y caliente), no se ve bien, o no mejora después de beber agua fresca y descansar en la sombra. Mientras la ambulancia está en camino, se iniciarán los primeros auxilios (es decir, enfriar al empleado colocando al empleado en la sombra, quitando el exceso de capas de ropa, colocando compresas de hielo en las axilas y la ingle, y abanicando a la víctima). **¡No permita que un empleado enfermo salga del sitio, ya que puede perderse o morir antes de llegar a un hospital!**

Si un empleado muestra signos o síntomas graves de enfermedades causadas por el calor (por ejemplo, disminución del nivel de conciencia, inestabilidad de movimiento, vómitos, desorientación, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones, cara roja y caliente) y el lugar de trabajo se encuentra a más de 20 minutos de un hospital, los proveedores de servicios de emergencia serán llamados, los signos y síntomas de la víctima serán comunicados a ellos, y una ambulancia aérea será solicitada.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará que los empleados enfermos sean atendidos con los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Procedimientos para Capacitación de Empleados y Supervisores:

Para ser eficaz, la capacitación debe ser entendida por los empleados. Por lo tanto, debe darse en un lenguaje y vocabulario que los empleados entiendan. Los registros de capacitación se mantendrán e incluirán la fecha de la capacitación, quién realizó la capacitación, quién asistió a la capacitación y el(los) tema(s) cubierto(s).

Los supervisores serán capacitados antes de ser asignados para supervisar a otros empleados. La capacitación incluirá los procedimientos escritos de esta compañía y los pasos que los supervisores seguirán cuando los empleados muestren síntomas consistentes con las enfermedades causadas por el calor.

Se capacitará a los supervisores en 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 éste estándar sin represalias.

Se capacitará a los supervisores en primeros auxilios y / o respuesta de emergencia apropiados a diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor y se les informará que las enfermedades causadas

por el calor pueden progresar rápidamente de síntomas y signos leves a una enfermedad grave que amenaza la vida.

Supervisores recibirán capacitación sobre cómo realizar el seguimiento de las condiciones meteorológicas en el sitio de trabajo (mediante el monitoreo de temperaturas máximas pronosticadas y el uso de un termómetro periódicamente). Los supervisores deberán ser instruidos sobre cómo se utilizará la información meteorológica para modificar los horarios de trabajo, aumentar el número de períodos para tomar agua y descansar, o parar el trabajo temprano si es necesario.

Todos los empleados y supervisores serán capacitados antes de trabajar afuera. La capacitación incluirá todos los aspectos de poner en práctica un Plan de Prevención de las Enfermedades Causadas por el Calor eficaz, incluyendo el suministro de suficiente agua, proporcionando acceso a la sombra, procedimientos de altas temperaturas, procedimientos de respuesta a emergencias y procedimientos de aclimatación contenidos en el plan escrito de la compañía. Los empleados y supervisores también recibirán capacitación sobre los factores de riesgo ambientales y personales de las enfermedades causadas por el calor y la importancia de reportar de inmediato los signos y síntomas de estas enfermedades.

Además de la capacitación inicial, se volverá a capacitar a los empleados anualmente.

Se capacitará a los empleados sobre los pasos para comunicarse con los servicios médicos de emergencia, incluyendo cómo proceder cuando hay empleados que no hablan inglés, cómo se proporcionarán direcciones claras y precisas al sitio y la importancia de establecer contacto visual con los respondedores de emergencia en el camino más cercano o lugar muy conocido para dirigirlos a su sitio de trabajo.

Cuando se espera que la temperatura exceda 80 grados Fahrenheit, se llevarán a cabo reuniones cortas de "portón trasero" para revisar el informe meteorológico, reforzar la prevención de enfermedades causadas por el calor con todos los empleados, proporcionar recordatorios para beber agua con frecuencia, informarles que habrá sombra disponible y recordarles que estén atentos a los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor.

A los nuevos empleados se les asignará un "compañero" o compañero de trabajo con experiencia, para asegurarse de que entiendan la capacitación y sigan los procedimientos de la compañía.

Además de los procedimientos anteriores, el empleador asegurará la capacitación apropiada de los empleados y supervisores con los siguientes procedimientos:

- 1.
- 2.
- 3.

4.

Recursos:

Prevención de la Enfermedad de Calor P&R

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

Cal/OSHA Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor etool

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

Cal/OSHA Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor sitio web

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

Cal/OSHA Programa de Consulta

<https://www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html>

Número gratuito: 1-800-963-9424