

# 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 mediante un monitoreo del clima)
- (4) Presencia de equipos de protección personal u otras fuentes de calor

Una vez mas, recuerde que estos procedimientos no incluyen todos los ambitos laborales posibles. Por eso, es importante que su compafia 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 tambien deben:**

1. Identificar a la persona o personas designadas para la tarea o tareas especificas (por ejemplo, el supervisor, el encargado, el coordinador de seguridad, el jefe de cuadrilla).
2. Suministrar las indicaciones especificas necesarias para llevar a cabo la tarea y asegurarse de que esta 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 mas 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 reunion), y tambien cómo se verificara que se respeten las instrucciones y los procedimientos de la compafia.

## **(Toro Enterprises, Inc.)**

**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 practica las disposiciones de este programa en este sitio de trabajo.**

**Nombre/Car o/Numero de Telefono**

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

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

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

- X Se colocaran 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.
- X Se pondrá a disposición de los trabajadores conos de papel o vasos desechables, que se mantendrán limpios hasta su uso.
- X 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.
- X 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.
- X 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.
- X 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.
- X 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, estas deben ser aprobadas por el gobierno para sistemas de agua potable para beber, como se muestra en la etiqueta del fabricante.
- X 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.
- X Se utilizarán dispositivos sonoros (como silbatos o bocinas) para recordarles a los empleados que tomen agua.
- X 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 recordarles a los empleados de su derecho de tomar un descanso para refrescarse cuando sea 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.
- X 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 Centre otros):

- X Las estructuras para dar sombra se armaran y colocaran lo mas 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 brindara rapido acceso a un lugar con sombra cuando el trabajador asi lo solicite.  
  
**Importante:** Nose podra utilizar el interior de un vehiculo come medic para brindar sombra, salvoque cuente con aire acondicionado y este se encuentre encendido.
- X El lugar de trabajo debera contar con suficientes estructuras de sombra para abarcar a todos los empleados que esten en un descanso en cualquier momento dado. Durante los periodos de almuerzo habra suficiente sombra para todos los empleados que elijan permanecer en el area general de trabajo o en areas designadas para periodos de recuperaci6n y descanso. (Los empleadores pueden turnar a los empleados para que tomen y terminen sus periodos de almuerzo, asi come los periodos de recuperaci6n y de descanso.)
- X Diariamente, se les informara a los trabajadores la ubicaci6n de las estructuras de sombra y se les alentara a que tomen un descanso de cinco minutos para refrescarse. Un empleado que tome un periodo de descanso para refrescarse sera vigilado y se le preguntara si el/ella esta experimentando sintomas de enfermedad causada per el calor y de ninguna manera se le ordenara que regrese a trabajar hasta que las seriales de enfermedad causada por el calor se hayan calmado. (Ver tambien la secci6n sobre Respuesta de Emergencia para informaci6n adicional.
- X Las estructuras de sombra se moveran a medida que los trabajadores se desplazan y se colocaran lo mas cerca posible de los empleados, para que tengan acceso a un lugar con sombra en todo momento. Todos los empleados que esten en un periodo de recuperaci6n, periodo de descanso o periodo de almuerzo tendran acceso complete a la sombra para que puedan sentarse en una postura normal sin tener que estar en contacto fisico con los demas.
- X En situaciones donde se utiliceri arboles u otro tipo de vegetaci6n para dar sombra (come en las huertas), se evaluara el espesor de la vegetaci6n y la forma del area con sombra, antes de suponer que se cuenta con sombra suficiente para proteger a los empleados.
- X Quando no fuera seguro o viable brindar acceso a un lugar con sombra (per ejemplo, cuando hay vientos fuertes), se deberan documentar las condiciones inseguras o inviables, y las pases que se tomaran para brindar sombra si se solicita.
- X Para empleadores no agrfcolas, cuando no fuera seguro o viable proporcionar sombra, (equipo m6vil y riesgos de vehiculos, vientos fuertes), se documentaran las condiciones inseguras o inviables, y los pases que se tomaran para brindar medicos alternativos para refrescarse con la misma protecci6n que un lugar con sombra.

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

- X El supervisor recibira capacitaci6n e instrucci6n sobre c6mo verificar con anticipaci6n el pron6stico extendido del tiempo. Los pron6sticos meteorol6gicos pueden verificarse con la ayuda de Internet (<http://www.weather.gov/>) o llamando a los numeros telef6nicos del Servicio Meteorol6gico Nacional (consulte los numeros de California a continuaci6n) o consultando el canal The Weather Channel. Asi, se podra planificar el horario de trabajo con anticipaci6n, tomando en cuenta si se espera una ola de calor o altas temperaturas. Este tipo de planificaci6n 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)

- X Antes de cada jornada laboral, se revisara la temperatura y humedad pronosticadas para el lugar de trabajo y se las comparara con el indice de Calor del Servicio Meteorológico Nacional para evaluar el nivel de riesgo de aparición de enfermedades causadas por el calor. Se determinara si los trabajadores estaran expuestos a temperaturas y humedades clasificadas como de "extrema precaución" o "peligro extrema", ya que podrian 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 estan expuestos al sol directo.
- X 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 mas temprano, reprogramar el trabajo, trabajar por la noche o durante las horas mas frescas del día, aumentar la cantidad de pausas para beber agua y descansar).
- X Se utilizara 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 abran las estructuras para dar sombra y los trabajadores tendran acceso a ellas. Además, cuando la temperatura alcance o supere los 95° F (35° C), se deberan tomar medidas preventivas adicionales, como la implementación de los procedimientos para altas temperaturas.

### **Que 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 sera de al menos 80 grados Fahrenheit y al menos diez grados Fahrenheit superiores a la temperatura alta promedio diaria durante los cinco días anteriores.

- X Durante una ola de calor o un pico de calor, se interrumpira o se reprogramara la jornada (por ejemplo, se trabajara por la noche o durante las horas mas frescas del día).
- X 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 recibiran mas agua y descansos que los habituales y se los observara de cerca para descartar cualquier signo o sintoma de enfermedades causadas por el calor.
- X A cada empleado se le asignara un "compañero" que estara atento a cualquier signo o sintoma de enfermedades causadas por el calor, y que además se asegurara de que se activen los procedimientos de emergencia cuando alguien presenta un posible signo o sintoma de esta enfermedad.

## Procedimientos para altas temperaturas Centre otros):

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

- X Se debe mantener una comunicación efectiva, ya sea oral, observación directa (en case de cuadrillas de 20 trabajadores o menos) sistema obligatorio de companeros, o a través de medicos 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 telefono celular o un aparato para enviar mensajes de texto, siempre y cuando haya buena recepción en el area.
- X Se debe mantener una comunicación fluida con los empleados que trabajan solos o en grupos pequenos (mantengase informado por via telefónica o mediante una radio de dos vias), para estar atento a cualquier posible sintoma de enfermedades causadas por el calor. Se hara contacto con el(los) empleado(s) regularmente y tan frecuentemente como sea posible durante todo el dia, ya que un empleado en problemas podria no poder pedir ayuda por si mismo o misma.
- X Se debe observar a los empleados. Comunicación eficaz y observación directa de estar alerta a los signos y sintomas de las enfermedades causadas por el calor se llevaran a cabo frecuentemente. Cuando el supervisor no este disponible, una persona alterna responsable se debe asignar para que este 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 sintomas de enfermedades causadas por el calor en cualquier empleado, el supervisor o la persona designada tomara acción inmediata de acuerdo a la severidad de la enfermedad (ver los Procedimientos de Respuesta de Emergencia) recibira el entrenamiento adecuado para saber que medidas tomar en case de presentarse alguna enfermedad causada por el calor.
- X 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.

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

- X Cuando la temperatura es igual o superior a 95 grades, a los empleados se le proporcionara un "periodo de descanso de enfriamiento preventive" de 10 minutos cada 2 horas. (Durante las primeras 8 horas de un turno, los periodos de enfriamiento se pueden proporcionar, a la misma hora que los periodos de descanso ya requeridos por la Orden No. 14 de la Comisión de Bienestar Industrial.)
- X A los empleados que trabajen mas de 8 horas se les proporcionara un periodo de descanso adicional de 10 minutos de enfriamiento cada 2 horas, (por ejemplo, si el turno se extiende mas alla de 8 horas, se requiere un periodo de descanso adicional al final de la octava hora de trabajo, si el turno se extiende mas alla de 10 horas, se requiere otro y al final de la decima hora, y asi sucesivamente.)
- X A todos los empleados se les requiere tomar los periodos de descanso de enfriamiento y limitarse a ofrecer la oportunidad para un descanso no es suficiente.
- X Cuando la temperatura es igual o superior a 95 grades, se llevaran registros que documenten el hecho de que se proporcionari 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 significativamente 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 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.

- X 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.
- X **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.**
- X 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.
- X 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.
- X 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.
- X 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.
- X Los empleados y supervisores recibirán una capacitación sobre la importancia de la aclimatación, cómo se logra y que disponen sobre este tema los procedimientos de la compañía.

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

- X 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.
- X 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.

- X Los encargados y supervisores deben contar con telefonos celulares u otros medios de comunicaci6n, para poder comunicarse con los servicios medicos de emergencia. Adem as, se debe verificar que estos aparatos electr6nicos funcionen bien antes de cada turno de trabajo.
- X Cuando un empleado presente sintomas de una posible enfermedad causada por el calor, despues de llamar al servicio de emergencia, se debe actuar de inmediato para mantener al empleado afectado fresco y c6modo (y asi evitar que la situaci6n empeore).
- X En lugares remotes, 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 mas cercana, donde el equipo de respuesta a emergencias pueda verlos. Si hay poca luz natural, se debera 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.
- X Durante una ola de calor o altas temperaturas, se recordara y recomendar a los trabajadores que informen inmediatamente a su supervisor cualquier serial o sintoma que experimenten.
- X La capacitaci6n para empleados y supervisores incluire todos los detalles de estos procedimientos escritos de emergencia.

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

- X **Cuando un empleado presente posibles sefiales o sintomas de una enfermedad causada por el calor, un supervisor o trabajador capacitado en primeros auxilios debe revisarlo y determinarse 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 condici6n podria empeorar!**
- X Cuando un empleado presente posibles seriales o sintomas de una enfermedad causada por el calor, y no haya ningun supervisor o empleado capacitado en primeros auxilios disponible en el lugar, llame a los servicios de emergencia.
- X **Llame a los servicios de emergencia de inmediato si un empleado muestra signos o sintomas de una enfermedad causada por el calor (perdida, decremento del conocimiento, tambalearse, v6mitos, desorientaci6n, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones, rostro enrojecido y caliente), no tiene buen aspecto o no mejora despues de beber agua fresca y descansar a la sombra. Mientras la ambulancia esta en camino, comience a brindar primeros auxilios (refresque al trabajador: col6quelo a la sombra, quitele las prendas excesivas de ropa, coloque bolsas de hielo debajo de las axilas y en el area de la ingle, y abaniquelo). ¡No permita que un trabajador enfermo abandone el lugar de trabajo, ya que podria perderse o incluso morir antes de llegar al hospital!**
- X Si un empleado no tiene buen aspecto y muestra signos o sintomas graves de una enfermedad causada por el calor (perdida del conocimiento, dice incoherencias, convulsiones, rostro enrojecido y caliente), y el lugar de trabajo se encuentra a mas de 20 minutos de un hospital, llame a los servicios de emergencia, informe los signos y sintomas de la persona afectada, y solicite una ambulancia aerea.

### **Procedimientos para la capacitacion de empleados y supervisores Centre otros):**

Para ser eficaz, la capacitaci6n debe ser entendida por los empleados y darse en un idioma que los empleados entiendan. Todos los empleadores deben mantener registros de la capacitaci6n que muestre la fecha de la capacitaci6n, quien llev6 a cabo la capacitaci6n, quien asisti6 a la capacitaci6n y los temas que se cubrieron.

- X Se capacitara a los supervisores antes de asignarlos a la supervision de otros trabajadores. La capacitaci6n debe incluir los procedimientos escritos de esta compariia y los pasos que deben seguir los supervisores cuando los empleados presentan sintomas relacionados con enfermedades causadas por el calor.
- X Los supervisores reciban capacitaci6n sobre su responsabilidad de proporcionar agua, sombra, descansos de enfriamiento, y acceso a primeros auxilios, asi coma el derecho de los empleados a ejercer sus derechos bajo este estandar sin represalias.
- X Los supervisores reciban capacitaci6n en primeros auxilios y/o respuesta de emergencia a diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor adecuadas y, ademas, que las enfermedades causadas por calor pueden progresar rapidamente de sintomas y signos leves a enfermedad grave que amenaza la vida.
- X Se capacitara a los supervisores sobre c6mo revisar el clima en el lugar de trabajo (monitoreando los aumentos de temperatura pronosticados y mediante el uso peri6dico de un term6metro). Los supervisores reciban instrucciones sobre c6mo se utilizara la informaci6n climatica 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.
- X Se capacitara a todos los empleados y supervisores antes de trabajar al aire libre. Lacapacitaci6n incluire todos los procedimientos de esta compariia para implementar un Plan de Prevenci6n 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 aclimataci6n, que se encuentran por escrito en los procedimientos de prevenci6n de esta compariia.
- X Se capacitara a los empleados sobre las pasos que deben seguir para contactar a los servicios medicos de emergencia; por ejemplo, c6mo actuar si hay trabajadores que no hablan ingles, c6mo 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 serial distintiva mas cercana para mostrarles c6o llegar hasta el sitio.
- X Cuando se espera que la temperatura supere los 80° F (26.?° C), deben organizarse breves reuniones informales para revisar el pron6stico del clima, repasar las medidas de prevenci6n de enfermedades causadas por el calor con los empleados, recordarles que beban mucha agua, comunicarles que se les dara acceso a un lugar con sombra cuando asi lo soliciten y recordarles que deben estar atentos a las seriales y sintomas relacionados con enfermedades causadas por el calor.
- X A los nuevos empleados se les asignara un "compariero" o colega con mas experiencia para asegurarse de que comprendan la capacitaci6n y sigan los procedimientos de la compariia.

**Recursos (entre otros):**

Preguntas y Respuestas Sobre la Aplicaci6n de la Prevenci6n de las Enfermedades Causadas Por el Calor:

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

Etool (e-herramienta) - Prevenci6n 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 Prevenci6n de Enfermedades Causada por el Calor:

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