



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

Objetivo

La intención de esta política es establecer pautas de practica para evitar que los empleados sufran enfermedades relacionadas con el calor.

Referencias

Código de Regulaciones de California, Titulo 8, Sección 3395

Responsabilidades

Las responsabilidades para la implementación exitosa de este programa serán las siguientes:

Gerentes/Supervisor

Serás responsable de la implementación del programa, incluido el liderazgo, la dirección, el cumplimiento y los recursos necesarios que aseguran la efectividad de este programa.

Gerente de Seguridad

Ayudará a los Gerentes y Supervisores auditando periódicamente el ambiente se trabajó de los empleados para determinar la efectividad del programa y los problemas de cumplimiento. Los Gerentes de Seguridad también ayudaran en cualquier medida correctiva requerida.

Empleado

Los empleados deberán informar a sus Supervisores de inmediato si se encuentran con cualquier condición en el lugar de trabajo en la que sea necesario implementar todo o parte de este procedimiento.

Requerimientos Generales

Los empleadores de California con cualquier lugar de trabajo al aire libre deben cumplir con la norma de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor T8 CCR 3395. Estos



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

procedimientos se han creado para reducir el riesgo de enfermedades por calor relacionadas con el trabajo entre nuestros empleados.

Estos procedimientos no pretenden reemplazar la aplicación de cualquier otra regulación de Título 8, particularmente el Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades (IIPP) T8 3203. El Título 8 CCR 3203 requiere que un empleador establezca, implemente y mantenga un IIPP efectivo. Las medidas enumeradas aquí pueden integrarse en nuestro Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades en una fecha posterior.

Obligatorio:

LOS SUPERVISORES Y LOS EMPLEADOS DEBEN VERIFICAR EL INFORME METEOROLOGICO CADA NOCHE.

PERSONA DESIGNADA: Capataz Del Lugar De Trabajo

La persona designada tendrá la autoridad y la responsabilidad de implementar y hacer cumplir los elementos de este Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor, incluida la autoridad para invocar procedimientos médicos de emergencia cuando sea necesario y apropiado.

1. Provisiones de Agua:

El agua es una medida preventiva clave para minimizar el riesgo de enfermedades relacionadas con el calor.

3395 (c) Los empleados deberán tener acceso a agua potable que cumpla con los requisitos de las secciones 1524, 3363 y 3457, según corresponda, incluidos, entre otros, los requisitos de que sea fresco, puro y proporcionado a los empleados de forma gratuita. El agua debe estar ubicada lo más cerca posible de las áreas donde los empleados están trabajando.

Donde el suministro de agua no este entubado o de otra manera se suministre continuamente, se debe proporcionar agua en cantidad suficiente al comienzo del turno de trabajo para proporcionar un cuarto de galón por empleado por hora para beber durante todo el turno. Los lugares de trabajo pueden comenzar el turno con pequeñas cantidades de agua si tienen procedimientos efectivos para reponer durante el turno según sea



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

necesario para permitir que los empleados beban un cuarto de galón o más por hora sin salir del lugar sin suministro de agua en ningún momento.

Se fomentará el consumo frecuente de agua. “Calor alto” significa cuando las temperaturas alcanzan los 95 grados o más. Los procedimientos incluyen observar a los empleados, supervisar de cerca a los nuevos empleados y recordar a todos los trabajadores que deben beber agua.

Beber agua con frecuencia, como se describe en la subsección (h)(1)(C) para garantizar el acceso a cantidades suficientes de agua potable, se deben observar los siguientes procedimientos NP Mechanical requiere que cada empleado en un lugar de trabajo tenga al menos dos galones de agua al comienzo de cada turno.

- a. La persona designada traerá no menos de 1 recipiente de agua potable (de 5 a 10 galones cada uno) al sitio, de modo que al menos 2 cuartos de galón por empleado estén disponibles al comienzo del turno. Cuando la temperatura prevista sea igual o superior a 80 grados Fahrenheit, la persona designada proporcionara suficiente agua potable para que cada empleado pueda beber al menos 1 cuarto de galón por hora, y los alentara a hacerlo.

Nota: el numero medio de empleados de la empresa en un lugar de trabajo, por Día/turno, es tres.

- b. La persona designada traerá bolsas de vasos desechables al lugar de trabajo para asegurarse de que haya suficientes vasos desechables disponibles para cada trabajador y que se mantengan limpios hasta que se utilicen.
- c. Como parte de los procedimientos de la compañía, la persona designada verificara el nivel de agua de todos los contenedores cada 30 minutos y con mas frecuencia cuando la temperatura supere los 95 grados. Cuando el nivel del agua dentro de un recipiente cae por debajo del 50%, los recipientes de agua se rellenarán con agua fría. Para realizar esta tarea, la persona designada llevara 1-2 contenedores de agua de 5 galones adicionales para reemplazar el agua según sea necesario.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- d. Cuando la temperatura supere los 95 grados, la persona designada llevara hielo en contenedores separados, para que cuando sea necesario, se agregue al agua potable para mantenerla fresca.
- e. La persona designada revisara el lugar de trabajo y colocara el agua lo mas cerca posible de los trabajadores, pero a no menos de 50 pies de los trabajadores. Se el terreno del campo impide que el agua se coloque lo mas cerca posible de los trabajadores, la persona designada traerá agua embotellada o recipientes individuales (además de vasos desechables y recipientes de agua), para que los trabajadores puedan tener agua potable fácilmente accesible.
- f. La persona designada se asegurará de que los contenedores de agua se reubiquen para seguir a la tripulación mientras se mueve, de modo que e agua potable sea fácilmente accesible.
- g. La persona designada será responsable de limpiar los recipientes de agua y asegurarse de que se mantengan en condiciones sanitarias (todos los suministros de limpieza necesarios son proporcionados por la empresa)
- h. La empresa reembolsara a la persona designada cualquier costo en el que haya incurrido para llenar sus contenedores de agua según sea necesario a diario o para comprar vasos desechables o suministros de limpieza necesarios. La empresa proporcionará a la persona designada formularios de reembolso de gastos para este propósito y emitirá cheques de reembolso con cada periodo de nomina (si la persona ha entregado el formulario correspondiente).
- i. La persona designada señalará diariamente la ubicación de los enfriadores de agua a los trabajadores y les recordará que beban agua con frecuencia. Cuando la temperatura exceda o se espera que exceda los 85 grados, la persona designada llevara a cabo una breve reunión cada mañana para revisar con los empleados la importancia del agua potable, la cantidad y el horario de los descansos y los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor.
- j. La persona designada usara dispositivos audibles (como silbidos o bocinas) para recordar a los empleados que deben beber agua.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- k. Cuando la temperatura es igual o superior a 95 grados o durante una ola de calor, la persona designada aumentara el numero de descansos para tomar agua y recordara a los trabajadores durante todo el turno de trabajo que deben beber agua.
- l. Durante la capacitación de los empleados, se enfatizara la importancia de beber agua con frecuencia.

2. Acceso a la Sombra

El acceso al descanso y la sombra u otras medidas de enfriamiento son pasos preventivos importantes para minimizar el riesgo de enfermedades relacionadas con el calor.

Los empleados que sufran enfermedades causadas por el calor o que crean que se necesita un periodo de recuperación preventiva deben tener acceso a un área con sombra que este abierta al aire o provista de ventilación o enfriamiento por un periodo no menor de cinco minutos. Dicho acceso a la sombra estará disponible en todo momento.

- a. Siempre que las fuentes aceptables de sombra, como casas, remolques de construcción, contenedores de almacenamiento o árboles, no estén fácilmente disponibles y dentro de una caminata de 2.5 minutos lejos de los empleados/trabajadores, la persona designada traerá al menos 1 pabellón u otra estructura de sombra portátil a el sitio, para acomodar al menos el 25% de los empleados en el turno y sillas, bancos, sábanas, toallas o cualquier otro articulo para permitir que los empleados se sienten y descansen sin tocar el suelo desnudo, y se asegurara de que la estructura de sombra este abierta y colocada a 2.5 minutos a pie de los trabajadores cuando la temperatura es igual o superior a 80 grados cuando la temperatura es inferior a 80 grados, la estructura de sombra se llevara al sitio y se abrirá a pedido de los trabajadores.

Los empleados tendrán acceso a los remolques de construcción u otros edificios con aire acondicionado siempre que sea posible. El interior de vehículo no se puede usar para proporcionar sombra a menos que el vehículo tenga aire acondicionado y el aire acondicionado este encendido.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- b. La persona designada señalará la ubicación diaria de las estructuras de sombra a los trabajadores y permitirá y alentará a los empleados a tomar un descanso preventivo para refrescarse en la sombra siempre que sientan la necesidad de hacerlo para protegerse del sobrecalentamiento. Dicho acceso a la sombra se permitirá en todo momento. El área de sombra debe estar ubicada lo mas cerca posible de las áreas donde los empleados están trabajando.
- c. La persona designada se asegurará de que las estructuras de sombra se reubiquen para seguir al equipo y verificar que estén lo mas cerca posible de los empleados, de modo que se proporcione acceso a la sombra en todo momento.
- d. La cantidad de sombra presente debe ser al menos suficiente para acomodar la cantidad de empleados en periodos de recuperación o descanso, de modo que puedan sentarse en una postura normal completamente en la sombra sin tener que estar en contacto físico entre sí.
- e. Sujeto a las mismas especificaciones, la cantidad de sombra presente durante los periodos de comida será al menos suficiente para acomodar el numero de empleados en el periodo de comida que permanezcan en el sitio.
- f. En situaciones en las que no es seguro proporcionar sombra (por ejemplo, vientos de más de 40 mph), la persona designada documentará como se tomó esta determinación y que pasos se tomarán para proporcionar sombra a pedido.
- g. Se espera que la persona designada conozca el pronóstico, a partir de las 5 de la tarde del día anterior, y que se asegure de que haya sombra al comienzo del turno y durante todo el día siempre que el máximo previsto sea igual o superior a 80 grados.
- h. Cuando la temperatura exceda o se espera que exceda los 80 grados, la persona designada llevará a cabo una breve reunión cada mañana para revisar con los empleados la importancia de refrescarse, descansar en la sombra, beber agua, la cantidad y horario de agua y descansos y los signos y síntomas de enfermedad por calor.
- i. Un empleado que toma un descanso preventivo para refrescarse será monitoreado y se le preguntará si está presentando síntomas de enfermedad por calor; se alentará a



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

permanecer en la sombra y no se le ordenará regresar al trabajo hasta que los signos o síntomas de enfermedad por calor hayan desaparecido, pero en ningún caso menos de 5 minutos además del tiempo necesario para acceder a la sombra.

- j. Si un empleado exhibe señales o reporta síntomas de enfermedad por calor mientras toma un descanso preventivo de enfriamiento o durante un periodo de descanso preventivo de enfriamiento, el empleador deberá proporcionar primeros auxilios o respuesta de emergencia apropiados.

3. Monitoreando el Clima

- a. Con 2 semanas de anticipación (o con tantos días de anticipación como sea posible), el empleador y/o la persona designada se conectarán a Internet (www.nws.noaa.gov) llamarán a los números de teléfono del Servicio Meteorológico Nacional (consulte los números de CA a continuación), o consulte la red de televisión del canal meteorológico para ver el pronóstico del tiempo extendido para planificar con anticipación el horario de trabajo, saber si se espera una ola de calor y si será necesario modificar el horario. Este tipo de planificación anticipada debe realizarse durante los meses de verano; generalmente, los meses de Junio, Julio y Agosto, o mientras el pronóstico del tiempo extendido sea para temperaturas iguales o superiores a 80 grados.

California Dial-A-Forecast
Los Ángeles 805-988-6610(#1)
San Diego 619-297-2107(#1)

- b. Antes de cada día de trabajo, la persona designada revisará la temperatura y la humedad pronosticadas para el lugar de trabajo y las comparará con el índice de calor del Servicio Meteorológico Nacional para evaluar el nivel de riesgo de enfermedades por calor, por ejemplo, si los trabajadores estarán expuestos o no a una temperatura y humedad caracterizada como “precaución extrema” o “peligro extremo” por enfermedades causadas por el calor, el golpe de calor. Es importante tener en cuenta



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

que la temperatura a la que ocurren estas advertencias debe reducirse hasta 15 grados si los trabajadores en consideración están expuestos a la luz solar directa.

- c. Antes de cada día laboral, la persona designada será responsable de monitorear el clima (usando www.nws.noaa.gov o con la ayuda de un termómetro simple) en el lugar de trabajo. Se tendrá en cuenta la información meteorológica crítica para determinar cuándo será necesario realizar modificaciones en el horario de trabajo (como detener el trabajo temprano, reprogramar el trabajo, trabajar de noche o durante las horas más frescas del día, aumentar el número de pausas para tomar agua y descansar).
- d. La persona designada será responsable de usar un termómetro en el lugar de trabajo y verificar la temperatura cada 60 minutos para monitorear aumentos repentinos de temperatura, para asegurarse de que una vez que la temperatura exceda los 80 grados, las estructuras de sombra estén abiertas y accesibles para los trabajadores y para asegurarse de que una vez que la temperatura sea igual o superior a 95 grados, se implementen medidas preventivas adicionales, como los procedimientos de alta temperatura.

4. Manejando Una Ola de Calor

Durante una ola de calor o un pico de calor (un aumento repentino de la temperatura diurna de 9 grados o más), la jornada laboral se acortará, el trabajo se reprogramará o, si es posible, se interrumpirá por el día.

- a. Si no es posible modificar el horario y los trabajadores tienen que trabajar durante una ola de calor, la persona designada tendrá una junta para reforzar la prevención de enfermedades causadas por el calor con procedimientos de respuesta de emergencia y revisar el pronóstico del tiempo con los trabajadores. Además, la persona designada instituirá medidas preventivas alternativas, tales como proporcionar a los trabajadores un mayor número de descansos y beber agua, supervisar a los trabajadores para asegurarse de que dejen de trabajar y tomar estos descansos, y observar de cerca a todos los trabajadores en busca de signos y síntomas. Enfermedad por calor. Se llevará cabo una reunión al comienzo de cada jornada laboral mientras persista la ola de calor.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- b. La persona designada asignara a cada empleado un “compañero” para que este atento a los signos y síntomas de la enfermedad por calor y se asegurara de que se inicien los procedimientos de emergencia cuando alguien muestre posibles signos o síntomas de enfermedad por calor.

5. Procedimientos de Alta Temperatura

La empresa observara las siguientes medidas preventivas adicionales cuando la temperatura iguale o supere los 95 grados.

- a. La persona designada se asegurará de que ese mantenga una comunicación eficaz por voz, observación o medios electrónicos para que los empleados en el lugar de trabajo pueden comunicarse con un supervisor cuando sea necesario. Si la persona designada no puede estar cerca de los trabajadores para observarlos o comunicarse con ellos, entonces se puede usar un dispositivo electrónico, como un teléfono celular o un dispositivo de mensajería de texto, para este propósito solo si la recepción en el área es confiable.
- b. La persona designada observara a los empleados para ver se están alerta y si hay signos y síntomas de enfermedades por el calor.
- c. El empleador debe garantizar la observación/supervisión eficaz de los empleados mediante la implementación de uno o más de los siguientes:
 - 1. Observación del supervisor o designado de 20 empleados o menos
 - 2. Sistema obligatorio de compañeros
 - 3. Comunicación regular con el único empleado, como por radio o teléfono celular
 - 4. Otros medios efectivos de observación
- d. La persona designada recordara a los empleados durante todo el turno de trabajo que beban mucha agua.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- e. La persona designada estará autorizada en cada lugar de trabajo para llamar a los servicios médicos de emergencia y permitirá que otros empleados llamen para solicitar servicios de emergencia cuando no haya ningún empleado designado disponible.
- f. Reunión previa al turno antes del comienzo del trabajo para revisar los procedimientos de altas temperaturas, alentar a los empleados a beber mucha agua y recordar a los empleados su derecho a tomar un descanso fresco cuando sea necesario.

6. Aclimatación

- a. NP Mechanical, Inc. Controlara el clima y, en particular, estar atento a las olas de calor repentinas o aumentos de temperatura a los que los empleados no han estado expuestos durante varias semanas o más.
- b. Durante una ola de calor o un pico de calor (un aumento repentino de la temperatura diurna de 10 grados o más), la jornada laboral se acortará, el trabajo se reprogramará o, si es posible, se interrumpirá por el día. Si es posible durante los calurosos meses de verano, el turno de trabajo comenzara 1 hora antes en el día.
- c. Para los nuevos empleados, la persona designada tratara de encontrar formas de disminuir la intensidad del trabajo de los empleados durante un periodo de descanso de dos semanas reprogramando un trabajo de ritmo mas lento y menos exigente físicamente durante las horas calurosas del día y las actividades laborales mas pesadas durante las partes más frescas del día.
- d. La persona designada estará mas alerta con los nuevos empleados y se mantendrá alerta a la presencia de síntomas relacionados con el calor. Los nuevos empleados deberán ser observados de cerca por un supervisor o su designado durante los primeros 14 días del empleo del empleado.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- e. La persona designada asignara a los nuevos empleados un compañero o un compañero de trabajo experimentado para vigilar la incomodidad o los síntomas de la enfermedad por calor.
- f. Durante una ola de calor, la persona designada observará de cerca a todos los empleados (o mantendrá una comunicación frecuente por teléfono o radio) y estará atento a los posibles síntomas de las enfermedades causadas por el calor.
- g. Np Mechanical's capacitación para empleados y supervisores incluirá la importación, como se desarrolla y como estos procedimientos de la empresa la abordan.

7. Procedimientos de Respuesta a Emergencias

El empleador deberá implementar procedimientos de respuesta de emergencia efectivos que incluyan:

- a. Asegurar que se mantenga una comunicación efectiva por voz, observación o medios electrónicos para que los empleados en el lugar de trabajo puedan comunicarse con un supervisor o con los servicios médicos de emergencia cuando sea necesario. Un dispositivo electrónico, como un teléfono celular o un dispositivo de mensajería de texto, se puede usar para este propósito solo si la recepción en el área es confiable. Si un dispositivo electrónico no proporciona una comunicación confiable en el área de trabajo.
- b. Responder a los signos y síntomas de posibles enfermedades causadas por el calor, incluidas, entre otras, las medidas de primeros auxilios y la forma en que se proporcionaran los servicios médicos de emergencia:
 - 1. Si un supervisor observa, o cualquier empleado informa cualquier signo o síntoma de enfermedad por calor en cualquier empleado, el supervisor deberá tomar medidas inmediatas acordes con la gravedad de la enfermedad.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

2. Si los signos o síntomas son indicadores de una enfermedad grave por calor (como, entre otros, disminución del nivel de conciencia, tambaleo, vómitos, desorientación, comportamiento irracional o convulsiones), el empleador debe implementar procedimientos de respuesta de emergencia.
 3. Un empleado que exhiba signos o síntomas de enfermedad por calor debe ser monitoreado y no debe ser dejado solo o enviado a casa sin que se le ofrezcan primeros auxilios en el lugar y/o se le brinden servicios médicos de emergencia de acuerdo con los procedimientos del empleador.
- c. Ponerse en contacto con los servicios médicos de emergencia y, si es necesario, transportar a los empleados a un lugar donde pueden ser contactados por un proveedor medico de emergencia.
 - d. Asegurarse de que, en caso de una emergencia, se puedan proporcionar y se proporcionaran instrucciones claras y precisas al lugar de trabajo según sea necesario a los servicios de emergencia.
 - e. Antes de asignar un equipo a un lugar de trabajo en particular, la persona designada proporcionara a los trabajadores un mapa junto con direcciones claras y precisas (como calles o nombres de carreteras, características distintivas y distancias a las carreteras principales) del sitio.
 - f. Antes de asignar una tripulación a un lugar de trabajo en particular, la persona designada se asegurará de que una persona calificada, debidamente capacitada y equipada este disponible en el lugar para brindar primeros auxilios si es necesario.
 - g. Antes del inicio del turno, la persona designada determinara si hay una barrera de idioma en el lugar y tomara las medidas necesarias para garantizar que se pueda llamar inmediatamente a los servicios médicos de emergencia en caso de una emergencia.
 - h. Todos los capataces y supervisores llevaran teléfonos celulares u otros medios de comunicación para garantizar que se pueda llamar a los servicios médicos de emergencia y verificar que estos funcionen en el lugar de trabajo antes de cada turno.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- i. Cuando un empleado muestra síntomas de una posible enfermedad por calor, la persona designada tomara medidas inmediatas para mantener al empleado afectado fresco y cómodo una vez que se haya llamado a los servicios de emergencia.
- j. En el caso de que un lugar de trabajo este ubicado en un área remota, la persona designada designara a un empleado o empleados para que se dirijan físicamente a la carretera más cercana donde los socorristas pueden verlos. Si la luz del día disminuye, el empleado designado debe recibir un chaleco reflectante o linternas para dirigir al personal de emergencia a la ubicación del lugar de trabajo, que puede no ser visible desde la carretera.
- k. Durante una ola de calor o temperaturas altas, se recordará a los trabajadores y se les animará a que informen de inmediato a su supervisor sobre cualquier signo o síntoma que estén presentando.
- l. La capacitación de NP Mechanical para empleados y supervisores incluirá todos los detalles de estos procedimientos de emergencia escritos.

8. Manejo de Empleados Enfermos

- a. Cuando un empleado muestra posibles signos o síntomas de enfermedad por calor, la persona designada y/o un trabajador de primeros auxilios capacitado revisara al empleado enfermo y determinara se descansar en la sombra y beber agua fría será suficiente o si los proveedores de servicios de emergencia necesitaran estar llamado. La persona designada permanecerá con el trabajador enfermo hasta que se haya recuperado y/o llegue el personal de emergencia. Si no hay un trabajador de primeros auxilios capacitado disponible en el sitio, llame a los proveedores de servicios de emergencia.
- b. Llame a los proveedores de servicios de emergencia inmediatamente si un empleado muestra signos o síntomas de enfermedad por calor y no mejora después de beber agua fría y descansar en la sombra. Los signos o síntomas de las enfermedades causadas por el calor incluyen los siguientes:



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

1. Deshidratación, que puede causar calambres musculares
2. Hable incoherente
3. Convulsiones
4. Cara roja y caliente
5. Debilidad y cansancio
6. Confusión mental
7. Comportamiento irritable o errático
8. Sarpullido por calor, que se ve como un grupo rojo de granos o pequeñas ampollas y a menudo ocurre en el cuello, el pecho, la ingle, debajo de los senos o en los pliegues de los codos. Puede arruinar el sueño y el rendimiento laboral, y provocar una infección.
9. Calambres por calor; es decir, espasmos musculares dolorosos en el estómago, brazos, piernas y otras partes del cuerpo
10. Desmayos, mareos repentinos, aturdimiento o pérdida del conocimiento
11. Agotamiento por calor. Los signos o síntomas de agotamiento por calor incluyen sudoración intensa, calambres musculares dolorosos, debilidad extrema y/o fatiga, náusea y/o vómitos, mareos y/o dolor de cabeza, temperatura corporal normal o ligeramente alta, desmayos, pulso rápido y débil, respiración rápida y piel superficial y húmeda, pálida, fría y/o húmeda.
12. Golpe de calor. Los signos o síntomas de insolación incluyen no sudoración (porque el cuerpo no puede liberar calor o enfriarse), confusión mental, delirio, convulsiones o mareos; piel caliente y seca, espasmos musculares incontrolables, pulso rápido y



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

débil, dolor de cabeza punzante, respiración superficial, convulsiones, inconsciencia y coma.

Mientras la ambulancia está en ruta, inicie los primeros auxilios, enfríe al trabajador, coloque en la sombra, quite las capas de ropa sobrantes, coloque una compresa de hielo en las axilas y el área de las articulaciones y abanique al empleado. No permita que un trabajador enfermo abandone el lugar, ya que puede perderse o morir (cuando no sea transportado en ambulancia y los paramédicos no hayan iniciado el tratamiento) antes de llegar al hospital.

- c. Si un empleado no se ve bien y muestra signos o síntomas de una enfermedad grave por el calor (perdida del conocimiento, habla incoherente, convulsiones, cara enrojecida y caliente, agotamiento por calor o insolación), y el lugar de trabajo se encuentra a más de 20 minutos de un hospital, llamar a los proveedores de servicios de emergencia, comunicar los signos y síntomas del empleado enfermo y solicitar una ambulancia aérea.

9. Capacitación

Se debe brindar capacitación efectiva en los siguientes temas a cada empleado supervisor antes de que el empleado comience a trabajar, lo que debe anticiparse razonablemente que resultara en exposición al riesgo de enfermedad por calor:

- a. Los factores de riesgo ambientales y personales de las enfermedades causadas por el calor, así como la carga adicional de calor en el cuerpo causada por el esfuerzo, la ropa y el equipo de protección personal. “Factores ambientales de riesgo de enfermedades causadas por el calor” se refiere a las condiciones de trabajo que crean la posibilidad de que se produzcan enfermedades causadas por el calor, que incluyen:
 - 1. Temperatura del aire
 - 2. Humedad relativa
 - 3. Calor radiante del sol y otras fuentes



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

4. Fuentes de calor conductoras como el suelo
5. El movimiento del aire
6. Gravedad y duración de la carga de trabajo
7. Ropa protectora y equipo de protección personal que usan los empleados

“factores de riesgo personales de enfermedad por calor” significa factores tales como:

1. Consumo de agua
 2. Consumo de alcohol
 3. Grado de aclimatación
 4. Consumo de cafeína
 5. Uso de medicamentos recetados que afectan la retención de agua del cuerpo u otras respuestas fisiológicas al calor
 6. Una edad de individuos
 7. Salud
- b. Los procedimientos del empleador para cumplir con los requisitos de esta norma, que incluyen, entre otros, la responsabilidad del empleador de proporcionar agua, sombra, reposo para refrescarse y acceso a primeros auxilios, así como el derecho de los empleados a ejercer sus derechos bajo esta norma sin represalias.
- c. La importancia del consumo frecuente de pequeñas cantidades de agua, hasta 1 cuarto por hora, cuando el ambiente de trabajo es caluroso y es probable que los empleados suden más de lo normal en el desempeño de sus funciones.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- d. El concepto, la importancia y los métodos de aclimatación, de conformidad con los procedimientos de los empleadores en el inciso (i)(4).
- e. Los diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor y los signos y síntomas comunes de las enfermedades causadas por el calor, y primeros auxilios y/o respuestas de emergencia adecuadas a los diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor, y, además, las enfermedades causadas por el calor pueden progresar rápidamente de síntomas y signos leves a graves y enfermedad que amenaza la vida.
- f. La importancia para los empleados de informar inmediatamente al empleador, directamente o a través del supervisor de empleados, los síntomas o signos de enfermedad por calor en ellos mismos o en sus compañeros de trabajo.
- g. Los procedimientos del empleador para responder a los síntomas de posibles enfermedades causadas por el calor, incluida la forma en que se proporcionarán los servicios médicos de emergencia en caso de que sean necesarios.
- h. Los procedimientos del empleador para comunicarse con los servicios médicos de emergencia, incluido como proceder cuando hay trabajadores que no hablan inglés, como proporcionar a los servicios de emergencia instrucciones claras y precisas al lugar de trabajo, como transportar a los empleados a un punto donde puedan ser alcanzados por un proveedor de servicios médicos de emergencia y como dirigir a los servicios de emergencia a los lugares de trabajo ubicados en áreas remotas.
- i. NP Mechanical se asegurará de que todos los capataces y supervisores estén capacitados antes de ser asignados para supervisar a otros trabajadores. La capacitación incluirá sus procedimientos escritos y los pasos que seguirán los capataces y supervisores cuando los empleados muestren signos o síntomas de enfermedad por calor.
- j. NP Mechanical se asegurará de que todos los empleados y supervisores estén capacitados antes de trabajar al aire libre. La capacitación incluirá sus procedimientos de prevención escritos.



Programa de Prevención de Enfermedades Por Calor

Sección 4.4

- k. Cuando la temperatura supera los 75 grados, la persona designada tendrá juntas breves para revisar el informe meteorológico, reforzara la prevención de las enfermedades causadas por el calor con todos los trabajadores y les recuerda que deben beber agua con frecuencia, para estar atentos a los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor e informarles esa sombra puede estar disponible a pedido.

- l. La persona designada asignara a los nuevos empleados un compañero o un compañero de trabajo experimentado para asegurarse de que comprendan la capacitación y sigan los procedimientos de la empresa. Además de la capacitación anterior, antes de supervisar a los empleados que realizan un trabajo que debería anticiparse razonablemente que resultara en exposición al riesgo de enfermedad por calor, los capataces y supervisores deben recibir capacitación adicional:
 - 1. La información requerida para ser proporcionada por la capacitación descrita en este programa.
 - 2. Los procedimientos que la persona designada y/o los empleados supervisores deben seguir para implementar las disposiciones de este programa.
 - 3. Los procedimientos que la persona designada y/o los empleados supervisores deben seguir cuando un empleado exhibe síntomas consistentes con una posible enfermedad por calor, incluidos los procedimientos de respuesta de emergencia.
 - 4. Como monitorear los informes meteorológicos y como responder a los avisos de clima caluroso.