



PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES POR CALOR

La siguiente persona o personas designadas tienen la autoridad y la responsabilidad de implementar las disposiciones de este programa en este lugar de trabajo.

1.	Nicolas Pinedo	Operations Manager	805-732-4644
2.	Javier Pinedo	Safety Director	818-918-8475
3.	Ismael Menchaca	Safety Officer	818-383-6350
4.	Ernesto Perea	Safety Officer	818-918-1099
5.		General Foreman	

PROCEDIMIENTOS A CONSIDERAR PARA LA PROVISIÓN DE AGUA

Los contenedores de agua potable (de cinco a 10 galones cada uno) se llevarán al sitio, de modo que al menos el turno esté disponible al menos dos cuartos por empleado. Todos los trabajadores, ya sea que trabajen individualmente o en equipos más pequeños, tendrán acceso a agua potable.

Los vasos de papel cónicos o bolsas de vasos desechables y los dispensadores de vasos necesarios estarán disponibles para los trabajadores y se mantendrán limpios hasta que se usen.

Como parte de los procedimientos de reposición efectiva, el nivel de agua de todos los recipientes se verificará periódicamente (por ejemplo, cada hora, cada 30 minutos) y con mayor frecuencia cuando la temperatura suba. Los contenedores de agua se volverán a llenar con agua fría, cuando el nivel de agua dentro de un contenedor caiga por debajo del 50 por ciento. Se llevarán contenedores de agua adicionales (por ejemplo, botellas de cinco galones) para reemplazar el agua según sea necesario.

El agua será fresca, pura y adecuadamente fresca y se proporcionará a los empleados de forma gratuita. Los supervisores examinarán visualmente el agua y verterán un poco sobre su piel para asegurarse de que el agua se enfríe adecuadamente.

En climas cálidos, el agua debe ser más fría que la temperatura ambiente, pero no tan fría como para causar molestias.

Los recipientes de agua se ubicarán lo más cerca posible de las áreas donde trabajan los empleados (dadas las condiciones de trabajo y el diseño del lugar de trabajo), para fomentar el consumo frecuente de agua. Si el terreno del campo impide que el agua se coloque lo más cerca posible de los trabajadores, se pondrán a disposición agua embotellada o recipientes personales de agua, para que los trabajadores puedan tener agua potable fácilmente accesible.



Dado que los recipientes de agua son más pequeños que las estructuras de sombra, se pueden colocar más cerca de los empleados que de las estructuras de sombra. No es suficiente colocar el agua solo en las áreas de sombra designadas o donde se ubican las instalaciones sanitarias. Cuando los empleados trabajan en áreas extensas, el agua se colocará en varias ubicaciones. Por ejemplo, en un sitio de construcción de varios pisos, el agua debe colocarse en un lugar de acceso seguro en cada piso donde trabajan los empleados.

Todos los contenedores de agua se mantendrán en condiciones sanitarias. El agua de fuentes de agua no aprobadas o no probadas (por ejemplo, pozos no probados) no es aceptable. Si se usan mangueras o conexiones, deben ser aprobadas por el gobierno para sistemas de agua potable, como se muestra en la etiqueta del fabricante.

Diariamente, se recordará a los trabajadores la ubicación de los enfriadores de agua y la importancia de beber agua con frecuencia. Cuando la temperatura exceda o se espere que supere los **80 grados Fahrenheit**, se celebrarán reuniones breves en el "portón trasero" cada mañana para revisar con los empleados la importancia del agua potable, la cantidad y el horario de los descansos para el agua y los signos y síntomas de enfermedades por calor.

Se usarán dispositivos audibles (como silbatos o bocinas de aire) para recordar a los empleados que beban agua.

Cuando la temperatura sea igual o superior a **95 grados Fahrenheit** o durante una ola de calor, realice un turno previo a las reuniones antes del comienzo del trabajo para alentar a los empleados a beber mucha agua, y recuérdelos su derecho a tomar un descanso de enfriamiento cuando sea necesario. Además, se incrementará el número de interrupciones de agua. Los supervisores / capataces darán el ejemplo y se recordará a los trabajadores durante todo el turno de trabajo que deben beber agua.

Los recipientes individuales de agua o el agua embotellada provista a los trabajadores se identificarán adecuadamente para eliminar la posibilidad de beber de un recipiente o botella de compañeros de trabajo.

PROCEDIMIENTOS DE ACCESO A LA SOMBRA

Las estructuras de sombra se abrirán y colocarán tan cerca como sea práctico para los trabajadores, cuando la temperatura sea igual o superior a 80 grados Fahrenheit. Cuando la temperatura es inferior a 80 grados Fahrenheit, el acceso a la sombra se proporcionará de inmediato, cuando lo solicite un empleado.

***Nota:** El interior de un vehículo no se puede usar para proporcionar sombra a menos que el vehículo tenga aire acondicionado y el aire acondicionado esté encendido.*

Se dispondrá de suficientes estructuras de sombra en el sitio, para acomodar a todos los empleados que se encuentren en tal descanso en cualquier momento. Durante los períodos de comida, habrá suficiente sombra para todos los empleados que opten por permanecer en el área general de trabajo o en áreas designadas para períodos de recuperación y descanso. (Los empleadores pueden rotar a los empleados dentro y fuera de los períodos de comida, al igual que con los períodos de recuperación y



descanso).

Diariamente, se informará a los trabajadores de la ubicación de las estructuras de sombra y se les recomendará que tomen un descanso de cinco minutos a la sombra. Un empleado que toma un descanso de descanso preventivo será monitoreado y se le preguntará si está experimentando síntomas de enfermedad por calor y en ningún caso se le ordenará al empleado que regrese a trabajar hasta que desaparezcan los signos o síntomas de la enfermedad por calor. (Consulte también la sección sobre Respuesta de emergencia para obtener información adicional)

Las estructuras de sombra se reubicarán para seguirlas junto con el equipo y se colocarán lo más cerca posible de los empleados, de modo que se proporcione acceso a la sombra en todo momento. Todos los empleados en un período de recuperación, descanso o comida tendrán acceso completo a la sombra para que puedan sentarse en una postura normal sin tener que estar en contacto físico entre ellos.

En situaciones donde se usan árboles u otra vegetación para proporcionar sombra (como en huertos), se evaluará el grosor y la forma del área sombreada, antes de asumir que se está proyectando suficiente sombra para proteger a los empleados.

En situaciones en las que no es seguro o factible proporcionar acceso a la sombra (por ejemplo, durante vientos fuertes), se tomará nota de estas condiciones inseguras o no viables, y de los pasos que se tomarán para proporcionar sombra a solicitud.

Para los empleadores no agrícolas, en situaciones en las que no es seguro o factible proporcionar sombra (equipo móvil y peligros para vehículos, fuertes vientos), se tomará nota de estas condiciones inseguras o inviables, y de los pasos que se tomarán para Proporcionar medidas alternativas de enfriamiento, pero con protección equivalente a la sombra.

PROCEDIMIENTOS PARA EL SEGUIMIENTO DEL CLIMA

Se capacitará e instruirá al supervisor para que verifique con anticipación el pronóstico meteorológico extendido. Las previsiones meteorológicas se pueden consultar 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 anticipada debe tener lugar durante todo el verano.

CALIFORNIA Dial-A-Forecast

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

Antes de cada día laboral, la temperatura y la humedad pronosticadas para el sitio de trabajo se revisarán y compararán con el Índice de Calor del Servicio Meteorológico



Nacional para evaluar el nivel de riesgo de enfermedad por calor. Se determinará si los trabajadores estarán o no expuestos a una temperatura y humedad caracterizadas como "extrema precaución" 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 reducirse hasta 15 grados si los trabajadores en cuestión están bajo la luz solar directa.

Antes de cada día de trabajo, el supervisor monitoreará el clima (usando <http://www.nws.noaa.gov/> o con la ayuda de un termómetro simple, disponible en la mayoría de las ferreterías) en el sitio de trabajo. Esta información crítica sobre el clima se tomará en cuenta para determinar cuándo será necesario realizar modificaciones en el horario de trabajo (por ejemplo, detener el trabajo temprano, reprogramar el trabajo, trabajar de noche o durante las horas más frescas del día, aumentar el tiempo). Número de descansos de agua y descanso).

Se usará un termómetro en el sitio de trabajo para monitorear los aumentos repentinos de temperatura y para garantizar que una vez que la temperatura supere los 80 grados Fahrenheit, las estructuras de sombra se abrirán y estarán disponibles para los trabajadores. Además, cuando la temperatura sea igual o superior a **95 grados Fahrenheit**, se implementarán medidas preventivas adicionales, como los Procedimientos de Alto Calor.

PROCEDIMIENTOS PARA MANIPULAR UNA ONDA DE CALOR

Solo para fines de esta sección, "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 un pico de calor, la jornada laboral se acortará o se volverá a programar (por ejemplo, durante la noche o durante las horas más frías).

Durante una ola de calor o un pico de calor, y antes de comenzar a trabajar, se llevarán a cabo reuniones en el portón trasero, para revisar los procedimientos de prevención de enfermedades de calor de la compañía, el pronóstico del tiempo y la respuesta de emergencia. Además, si las modificaciones del horario no son posibles, se les proporcionará a los trabajadores un mayor número de descansos para tomar agua y descansos y se les observará atentamente para detectar signos y síntomas de enfermedades relacionadas con el calor.

A cada empleado se le asignará un "amigo" para estar atento a los signos y síntomas de la enfermedad por calor y para garantizar que se inicien los procedimientos de emergencia cuando alguien muestre los posibles signos o síntomas de la enfermedad por calor

PROCEDIMIENTOS DE ALTO CALOR

Los procedimientos de alto calor son medidas preventivas adicionales que esta empresa utilizará cuando la temperatura sea igual o superior a 95 grados Fahrenheit.

Se mantendrá la comunicación por voz, la observación directa (aplicable para equipos de trabajo de 20 o menos personas), el sistema de amigos obligatorio o los medios electrónicos, de modo que los empleados en el lugar de trabajo puedan comunicarse



con un supervisor cuando sea necesario. Si el supervisor 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 mensajes de texto, para este propósito si la recepción en el área es confiable.

Se mantendrá una comunicación frecuente con los empleados que trabajen solos o en grupos más pequeños (manténganse al tanto de ellos por teléfono o por radio de dos vías) para estar atentos a posibles síntomas de enfermedades relacionadas con el calor. Se contactará al (los) empleado (s) regularmente y con la mayor frecuencia posible a lo largo del día, ya que es posible que un empleado en dificultades no pueda pedir ayuda por su cuenta.

La comunicación efectiva y la observación directa del estado de alerta y / o los signos y síntomas de enfermedades relacionadas con el calor se realizarán con frecuencia. Cuando el supervisor no está disponible, se debe asignar a una persona responsable alternativa designada para buscar signos y síntomas de enfermedad por calor. Si un supervisor, un observador designado o algún empleado informa de cualquier signo o síntoma de una enfermedad por calor en algún empleado, el supervisor o la persona designada tomarán medidas inmediatas de acuerdo con la gravedad de la enfermedad (consulte Procedimientos de respuesta de emergencia).

Se recordará constantemente a los empleados durante el turno de trabajo que tomen mucha agua y tomen un descanso de descanso preventivo cuando sea necesario.

Además de los procedimientos de alto calor enumerados anteriormente, los siguientes procedimientos de alto calor se aplican solo a los sitios de trabajo agrícola.

Cuando la temperatura es igual o superior a **95 grados**, los empleados recibirán un "período de descanso de enfriamiento preventivo" de 10 minutos cada 2 horas. (Durante las primeras 8 horas de un turno, los períodos de enfriamiento 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 más de 8 horas recibirán un período adicional de descanso de 10 minutos cada 2 horas. (Por ejemplo, si el turno se extiende más allá de las 8 horas, se requiere un período de descanso adicional al final de la octava hora de trabajo. Si el turno se extiende más allá de las 10 horas, se requiere otro y el final de la décima hora, y así sucesivamente.)

Se requerirá que todos los empleados tomen los períodos de descanso de enfriamiento y simplemente ofrecer la oportunidad de un descanso no es suficiente.

Una vez que la temperatura sea igual o superior a **95 grados**, se mantendrán registros que documentarán el hecho de que se proporcionan y se toman períodos de descanso de enfriamiento obligatorio.



PROCEDIMIENTOS PARA LA ACCLIMATIZACIÓN

La aclimatación es el cambio fisiológico temporal y gradual en el cuerpo que se produce cuando la carga de calor inducida por el medio ambiente a la que está acostumbrado el cuerpo es superada de forma significativa y repentina por los cambios ambientales repentinos. En términos más comunes, el cuerpo necesita tiempo para adaptarse cuando las temperaturas aumentan repentinamente, y un empleado corre el riesgo de sufrir una enfermedad por el calor al no tomárselo con calma cuando se produce una ola de calor o al comenzar un nuevo trabajo que expone al empleado al calor al que el cuerpo del empleado no lo ha hecho. aún no ajustado.

La aclimatación inadecuada puede ser significativamente más peligrosa en condiciones de alto calor y estrés físico. Los empleadores son responsables de las condiciones de trabajo de sus empleados, y deben actuar de manera efectiva cuando las condiciones resultan en una exposición repentina al calor al que sus empleados no están acostumbrados.

El clima será monitoreado diariamente. El supervisor estará atento a las olas de calor repentinas, o aumentos en 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 laboral se acortará (ejemplo 12 p.m.), se reprogramará (el ejemplo se llevará a cabo durante la noche o durante las horas más frías) o, si es posible, cesa el día.

Los empleados nuevos o aquellos empleados que hayan sido asignados recientemente a un área de alta temperatura serán observados de cerca por el supervisor o su designado durante los primeros 14 días. La intensidad del trabajo se reducirá durante un período de dos semanas (como la programación de un trabajo más lento, menos exigente físicamente durante las partes más calurosas del día y las actividades de trabajo más pesadas durante las partes más frías del día). mañana o tarde). Se documentarán los pasos tomados para disminuir la intensidad de la carga de trabajo para los nuevos empleados.

El supervisor o la persona designada estarán muy atentos con los empleados nuevos y estarán alertas ante 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 se observen de cerca para detectar molestias o síntomas de enfermedades 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 estar atentos a los posibles síntomas de una enfermedad por 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.

PROCEDIMIENTOS DE RESPUESTA DE EMERGENCIA

Antes de asignar una cuadrilla a un sitio de trabajo en particular, los trabajadores y el capataz recibirán un mapa del sitio, junto con instrucciones claras y precisas (como nombres de calles o carreteras, características distintivas y distancias a carreteras principales), para evitar demoras. de servicios médicos de emergencia.

Antes de asignar una cuadrilla a un sitio de trabajo en particular, se harán esfuerzos para garantizar que una persona calificada y debidamente capacitada y equipada esté disponible en el sitio para brindar primeros auxilios si es necesario.

Antes del inicio del turno, se determinará si existe una barrera de idioma en el sitio y se tomarán medidas (como asignar la responsabilidad de llamar a los servicios médicos de emergencia al capataz o a un trabajador de habla inglesa) para garantizar que los servicios médicos de emergencia se puedan llamar de inmediato en caso de una emergencia.

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

Cuando un empleado muestra síntomas de una posible enfermedad por calor, se tomarán medidas de inmediato para mantener al empleado afectado fresco y cómodo una vez que se haya llamado al personal de emergencias (para reducir la progresión a una enfermedad más grave). Bajo ninguna circunstancia se dejará desatendido al empleado afectado.

En ubicaciones remotas, como granjas rurales, lotes o áreas no desarrolladas, el supervisor designará a un empleado o empleados para que vayan físicamente a la carretera o autopista más cercana donde puedan verlos los servicios de emergencia. Si disminuye la luz del día, el empleado (s) designado (s) recibirá 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 o la carretera.

Durante una ola de calor o temperaturas altas, se recordará y alentará a los trabajadores a informar de inmediato a su supervisor cualquier signo o síntoma que estén experimentando.



La capacitación de empleados y supervisores incluirá todos los detalles de estos procedimientos escritos de emergencia.

Procedimientos para el manejo de un empleado enfermo

Cuando un empleado muestra posibles signos o síntomas de enfermedad por calor, un trabajador de primeros auxilios capacitado o un supervisor revisará al empleado enfermo y determinará si el descanso en la sombra y el consumo de agua fría serán suficientes o si será necesario llamar a los proveedores de servicios de emergencia. Un trabajador enfermo no se quedará solo en la sombra, ¡ya que puede empeorar!

Cuando un empleado muestra posibles signos o síntomas de enfermedad por calor y no hay un trabajador de primeros auxilios o supervisor capacitado disponible en el sitio, se llamará a los proveedores de servicios de emergencia.

Se llamará de inmediato a los proveedores de servicios de emergencia si un empleado muestra signos o síntomas de enfermedad por calor (disminución del nivel de conciencia, escalofríos, vómitos, desorientación, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones y cara roja y caliente), no se ve bien o se ve bien. No mejora después de beber agua fría y descansar en la sombra. Mientras la ambulancia está en ruta, se iniciarán los primeros auxilios (enfrié al trabajador, coloque al trabajador en la sombra, retire el exceso de capas de ropa, coloque una bolsa de hielo en las axilas y el área de la ingle y abanique a la víctima). ¡No permita que un trabajador enfermo abandone el sitio, ya que pueden perderse o morir antes de llegar al hospital!

Si un empleado no se ve bien y muestra signos o síntomas de una enfermedad por calor severo (nivel de conciencia disminuido, escalofríos, vómitos, desorientación, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones, cara roja y caliente), y el lugar de trabajo está ubicado a más de 20 minutos de un hospital, llame a los proveedores de servicios de emergencia, comuníquese los signos y síntomas de la víctima y solicite Ambulancia Aérea.

Procedimientos para la Capacitación de Empleados y Supervisores

Para ser eficaz, la capacitación debe ser entendida por los empleados y debe darse en un idioma que los empleados entiendan. Todos los empleadores deben mantener registros de la capacitación que muestre la fecha de la capacitación, quién realizó la capacitación y quién asistió a la capacitación y al (los) tema (s) cubierto (s).

Los supervisores serán capacitados antes de ser asignados para supervisar a otros trabajadores. La capacitación incluirá los procedimientos escritos de esta compañía y



los pasos que seguirán los supervisores cuando los empleados muestren síntomas consistentes con una enfermedad por calor.

Los supervisores recibirán capacitación sobre su responsabilidad de proporcionar agua, sombra, descansos de enfriamiento y acceso a primeros auxilios, así como el derecho de los empleados a ejercer sus derechos según esta norma sin represalias. Los supervisores serán capacitados en primeros auxilios y / o respuestas de emergencia adecuadas a diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor, y además, las enfermedades causadas por el calor pueden progresar rápidamente de síntomas leves y signos a enfermedades graves y potencialmente mortales.

Se capacitará a los supervisores sobre cómo realizar un seguimiento del clima en el lugar de trabajo (mediante el monitoreo de temperaturas máximas pronosticadas y el uso de un termómetro periódicamente). Se instruirá a los supervisores sobre cómo se usará la información del clima para modificar los horarios de trabajo, para aumentar el número de descansos y descansos en el agua o cesar el trabajo temprano si es necesario.

Todos los empleados y supervisores serán capacitados antes de trabajar afuera. La capacitación incluirá todos los aspectos de la implementación de un Plan de Prevención de Enfermedades por Calor que incluya, entre otros; proporcionar suficiente agua, proporcionar acceso a la sombra, procedimientos de alta temperatura, procedimientos de respuesta de emergencia y aclimatación contenidos en los procedimientos escritos de prevención de la compañía.

Los empleados recibirán capacitación sobre los pasos que se seguirán para comunicarse con los servicios médicos de emergencia, incluida la forma en que deben proceder cuando haya trabajadores que no hablen inglés, qué tan claras y precisas serán las instrucciones para llegar al sitio y la importancia de hacer contacto visual con personal de emergencia en la carretera o punto de referencia más cercano para dirigirlos a su lugar de trabajo.

Cuando se espera que la temperatura supere los 80 grados Fahrenheit, se llevarán a cabo reuniones breves en el 'portón trasero' para revisar el informe meteorológico, para reforzar la prevención de enfermedades causadas por el calor en todos los trabajadores, para proporcionar recordatorios para beber agua con frecuencia, para informarles que se puede hacer sombra disponible a pedido y para recordarles que estén atentos a los signos y síntomas de la enfermedad por calor.

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