



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR (HIPP)

Rev. Marzo del 2024

Tabla de Contenidos

I.	Declaración de Política	3
II.	Propósito	3
III.	Alcance	3
IV.	Definiciones	3
V.	Factores de Riesgo	4
VI.	Prevención	4
VII.	Aclimatación	5
VIII.	Tipos y Síntomas de Enfermedades Causadas por el Calor.....	5
	Calambres por Calor	5
	Agotamiento por Calor	5
	Síncope Térmico (Desmayo).....	5
	Insolación	6
IX.	Procedimientos de Notificación	6
X.	Responsabilidades	6
	Gerente de Seguridad	6
	Directores, Gerentes y Supervisores	6
	Empleados Afectados	7
XI.	Conformidad	7
XII.	Program Components	7
	Provisiones de Agua	7
	Acceso a Sombra.....	8
	Aclimatación	8
	Períodos de Descanso Preventivo para Enfriamiento	9
	Procedimientos de Emergencia	9
	Procedimientos de Alto Calor	9
	Requisitos de Presentación de Informes	10
	Requisitos de Capacitación y Evaluación de Aptitud.....	10
XIII.	Apéndices	11
	Apéndice 1: Gráfico de Índice de Calor	11
	Apéndice 2: Información y Recursos Externos	12

I. Declaración de Política

Es política de Thorpe Design proporcionar un entorno seguro para los empleados en cada uno de nuestros sitios de trabajo y en cualquier otro sitio ocupado por sus actividades o servicios.

La Compañía tiene un compromiso con la prevención de accidentes en el trabajo; tratamiento, cuidado y rehabilitación de un empleado lesionado; y los derechos y responsabilidades del empleado cuando ocurre una lesión en el trabajo, al tiempo que protege la integridad financiera de la Compañía.

II. Propósito

El propósito de este programa es prevenir enfermedades resultantes de la exposición a condiciones de trabajo cálidas. El programa está destinado a ayudar a cumplir con el Código de Regulaciones de California, Título 8 (CCR8), Sección 3395, Prevención de Enfermedades por Calor. El Plan de Prevención de Enfermedades por Calor establece procedimientos y proporciona la información necesaria para educar a los empleados en el reconocimiento y la prevención de enfermedades relacionadas con el calor y para garantizar su propia seguridad y la seguridad de los demás.

III. Alcance

Este programa se aplicará a todos los empleados cuya asignación de trabajo principal involucre trabajo al aire libre y pueda estar expuesto a factores de riesgo ambientales que podrían poner al individuo en riesgo de enfermedades relacionadas con el calor.

IV. Definiciones

Aclimatación: Adaptación temporal del cuerpo para trabajar en el calor que se produce gradualmente cuando una persona está expuesta a él. La aclimatación alcanza su punto máximo en la mayoría de las personas dentro de los cuatro a catorce días de trabajo regular durante aproximadamente dos horas por día en el calor.

Factores de Riesgo Ambientales: Condiciones que crean la posibilidad de que ocurra una enfermedad por calor, incluida la temperatura del aire, la humedad relativa, el calor radiante del sol y otras fuentes, las fuentes de calor conductoras como el suelo, el movimiento del aire, la gravedad y duración de la carga de trabajo, la ropa protectora y el equipo de protección personal que usan los empleados.

Enfermedad por calor: Una condición médica grave que resulta de la incapacidad del cuerpo para hacer frente a una carga de calor particular.

Erupción por calor: Una condición que ocurre en ambientes cálidos y húmedos donde el sudor no puede evaporarse fácilmente de la piel. La erupción por calor produce una erupción que en algunos casos causa dolor intenso.

Calambres por Calor: Espasmos musculares dolorosos que resultan de la pérdida de sal y electrolitos debido a la sudoración excesiva. Los calambres generalmente afectarán el estómago, los brazos y las piernas.

Agotamiento por Calor: Estado provocado por la pérdida de líquidos durante la sudoración excesiva. El agotamiento por calor produce náuseas, dolores de cabeza, piel húmeda y húmeda, debilidad y desmayos.

Golpe de calor: Emergencia médica grave que puede resultar en la muerte. La temperatura central del cuerpo se eleva demasiado y ya no puede enfriarse. El golpe de calor produce piel caliente y seca (generalmente sin sudoración).

Factores de Riesgo Personales: Factores como la edad de un individuo, el grado de aclimatación, la salud, el consumo de agua, el consumo de alcohol, el consumo de cafeína y el uso de medicamentos recetados que afectan la retención de agua del cuerpo u otras respuestas fisiológicas al calor.

Período de recuperación: Un período de tiempo para descansar y recuperarse del calor con el fin de prevenir la enfermedad por calor.

Sombra: Bloqueo de la luz solar directa. Se pueden usar toldos, paraguas y otras estructuras o dispositivos temporales para proporcionar sombra. Un indicador de que el bloqueo es suficiente es cuando los objetos no proyectan una sombra mientras están en el área de luz solar bloqueada. La sombra no es adecuada cuando el calor en el área de sombra derrota el propósito de la sombra, que es permitir que el cuerpo se enfríe. Por ejemplo, un automóvil sentado al sol no proporciona sombra aceptable a una persona dentro de él, a menos que el automóvil funcione con aire acondicionado.

V. Factores de riesgo

Cada empleado y tarea de trabajo tiene características únicas que afectan la susceptibilidad a las enfermedades relacionadas con el calor. Los siguientes factores deben tenerse en cuenta al evaluar el riesgo de enfermedad relacionada con el calor.

Factores personales:

- Edad (los muy jóvenes y los ancianos se ven más afectados)
- Salud personal / Estado físico / Obesidad y otras condiciones de salud
- Estrés personal
- Deshidratación
- Consumo de alcohol
- Ciertos medicamentos, medicamentos o suplementos (Tenga especial cuidado si toma antihistamínicos, medicamentos para el resfriado o la tos, medicamentos para la presión arterial / corazón, píldoras para adelgazar, medicamentos para las convulsiones, laxantes, píldoras para la tiroides, diuréticos, etc. Consulte con su proveedor de atención médica para determinar si sus medicamentos tendrán algún efecto en su exposición al calor).
- Falta de aclimatación al trabajo de clima cálido o clima cálido

Factores de riesgo ambientales (relacionados con el trabajo):

- Duración de la actividad
- Carga metabólica (qué tan extenuante es el trabajo)
- Usar ropa pesada o ropa protectora (EPP)

Factores de riesgo ambientales (relacionados con el medio ambiente):

- Temperatura
- Humedad
- Velocidad del aire
- Fuentes de calor radiante (luz solar, reflexión, etc.)

VI. Prevención

Se deben tomar las siguientes medidas para prevenir las enfermedades relacionadas con el calor:

- **Aclimatarse:** Se necesitan varios días de estar expuesto al trabajo de clima caluroso para acostumbrarse a él. Comience con duraciones cortas de trabajo en climas cálidos y aumente gradualmente su tiempo de exposición para permitir que su cuerpo se acostumbre.
- **Programa actividades:** Programe actividades vigorosas al aire libre para momentos más frescos del día, como temprano en la mañana, cuando sea posible. Los horarios de trabajo / descanso deben ajustarse en correlación con el aumento de las temperaturas. Son preferibles ciclos de turnos de trabajo más cortos y períodos de descanso más frecuentes.
- **Monitorear el clima:** Verifique el pronóstico y revise el Índice de Calor (ver Apéndices, Tabla 1). La tabla de índice de calor indicará cuándo las combinaciones de calor y humedad pueden ser peligrosas para los empleados. Date cuenta de que el sol directo puede agregar hasta 15 grados al índice de calor.
- **Use ropa liviana:** Use ropa holgada, de color claro y liviana que respire, como algodón.
- **Protéjase:** Use un sombrero o use un paraguas para protegerse del sol cuando sea posible. Use protector solar con un factor de protección solar (FPS) de 15 o más. Reubique las áreas de trabajo a la sombra si es posible.
- **Hidrátese:** Beba agua fresca u otros líquidos cada 15-20 minutos, incluso si no siente sed. Beba un mínimo de 1 litro de agua dulce cada hora. Beba mucha agua antes de comenzar las actividades al aire libre y beba agua durante todo el día. Evite las bebidas que contengan cafeína (como té, café o cola).
- **Monitoree a los compañeros de trabajo:** Use un "sistema de amigos" para que los trabajadores y los supervisores puedan monitorearse mutuamente cuando estén en el campo.

VII. Aclimatación

La aclimatación se refiere a la adaptación fisiológica que se produce cuando un individuo acostumbrado a trabajar en un ambiente fresco está expuesto a un ambiente caluroso. Cualquier individuo puede desarrollar signos de tensión significativa con temperatura corporal anormalmente alta, corazón palpitante y otros signos de estrés por calor cuando comienza a trabajar en un ambiente caluroso.

En cada día siguiente en el área caliente, su capacidad para adaptarse al ambiente caluroso mejora y los signos de incomodidad y tensión disminuyen. Después de un período de una semana, no se debe esperar ninguna dificultad.

Un período de aclimatación también puede ser necesario al regresar de vacaciones u otros períodos prolongados fuera del lugar de trabajo.

VIII. Tipos y síntomas de enfermedades causadas por el calor

Calambres por calor:

Los calambres por calor son espasmos musculares que generalmente afectan los brazos, las piernas o el estómago. Estos ocurren cuando los trabajadores beben cantidades suficientes de agua pero no reemplazan la pérdida de sal de su cuerpo. Por lo general, son causadas por la sudoración intensa, especialmente cuando el agua no se reemplaza lo suficientemente rápido.

Prevención/Primeros Auxilios:

Beba soluciones de electrolitos como Gatorade o mucha agua durante el día y trate de comer más frutas como plátanos para ayudar a mantener el cuerpo hidratado. Aumentar la ingesta de líquidos no diuréticos y descansar. Los fluidos diuréticos comunes que deben evitarse incluyen productos que

contienen cafeína y bebidas alcohólicas, etc. Una toalla húmeda aplicada a la cabeza o el cuello puede acelerar el enfriamiento. Llame al 911 y a su supervisor de inmediato si la persona se enferma.

Agotamiento por calor

Esta condición resulta de la pérdida de líquido a través de la sudoración cuando un trabajador no bebe suficientes líquidos, reemplaza la pérdida de minerales o ambos. El trabajador todavía suda, pero experimenta debilidad / fatiga extrema, sed intensa, mareos, vértigo, náuseas y / o dolor de cabeza. La piel es húmeda y húmeda, la tez está pálida / enrojecida y la temperatura corporal es normal o ligeramente más alta.

Prevención/Primeros Auxilios:

Mueva a la persona afectada a un lugar fresco, como un área sombreada o un edificio con aire acondicionado. Pídales que se acuesten con los pies ligeramente elevados. Afloje su ropa, aplique paños húmedos fríos o abaníquelos. Quítese la mayor cantidad de ropa posible. Pídales que beban agua o bebidas con electrolitos. Trate de enfriarlos y hágalos que sean revisados por el personal médico. Las víctimas de agotamiento por calor deben evitar la actividad extenuante durante al menos un día y continuar bebiendo agua para reemplazar los fluidos corporales perdidos. Llame al 911 de inmediato si la persona no responde, rechaza el agua, vomita o pierde el conocimiento. Póngase en contacto con su supervisor de inmediato.

Síncope Térmico (Desmayo)

El síncope por calor, o desmayo, puede ocurrir si un trabajador no está aclimatado al calor y si el trabajador se queda quieto en lugar de moverse.

Prevención/Primeros Auxilios:

Las víctimas generalmente se recuperan después de un breve período de acostarse. Moverse, en lugar de quedarse quieto en el calor, reducirá la posibilidad de desmayos. Llame al 911 y a su supervisor de inmediato si la persona se enferma.

Insolación

El golpe de calor es una enfermedad potencialmente mortal. Es causada por la falla del mecanismo interno del cuerpo para regular su temperatura central. Una víctima de un golpe de calor puede sufrir primero calambres por calor y / o agotamiento por calor antes de progresar a la etapa de golpe de calor, pero este no es siempre el caso. El golpe de calor a veces se confunde con un ataque al corazón. Por lo tanto, es muy importante poder reconocer los signos y síntomas del golpe de calor y verificarlos cada vez que alguien colapsa mientras trabaja en un ambiente caluroso.

Los síntomas incluyen una temperatura corporal alta (106 grados o más), piel seca y caliente que puede ser roja, moteada o azulada, confusión mental, delirio, pérdida del conocimiento, convulsiones, coma y ausencia de sudoración.

Prevención/Primeros Auxilios:

Las víctimas de un golpe de calor pueden morir a menos que sean tratadas con prontitud. Es vital bajar rápidamente la temperatura corporal de una víctima de un golpe de calor. Mueva a la víctima a un área sombreada o fría, vierta agua sobre ellos, abaníllelos o aplique compresas frías. Llame al 911 de inmediato para obtener ayuda médica a la persona lo antes posible y comuníquese con su supervisor.

IX. Procedimientos de Notificación

Cualquier persona que muestre síntomas o signos de enfermedad por calor, ya sea en sí misma o en un compañero de trabajo, debe informar su condición al supervisor inmediato.

En caso de que un empleado experimente signos o síntomas de enfermedad por calor, comuníquese con el 911 por teléfono. Proporcione instrucciones claras y precisas sobre la ubicación del empleado enfermo a los servicios de emergencia.

Si la víctima se encuentra en una ubicación del sitio que puede ser difícil de localizar para el personal de emergencia que responde, el personal en la escena debe ir a la entrada del sitio para proporcionar instrucciones para los proveedores de servicios de emergencia que responden. Si la víctima se encuentra en un lugar no fácilmente accesible, si es necesario y si es posible sin causar más lesiones, la persona afectada puede ser reubicada utilizando un vehículo disponible a un lugar accesible.

X. Responsabilidades

Gerente de Seguridad

- A. Prepare y mantener un programa escrito que cumpla con los requisitos de las normas aplicables de Cal/OSHA.
- B. Ayude a proporcionar materiales de capacitación y capacitación a los empleados y sus supervisores potencialmente afectados sobre los riesgos y la prevención de las enfermedades causadas por el calor, incluida la forma de reconocer los síntomas y responder cuando aparecen.

Directores, Gerentes y Supervisores

- A. Desarrolle procedimientos sobre cómo se cumplirán los requisitos de las normas aplicables y garantizar que se cumplan todos los requisitos.
- B. Identifique a todos los empleados que deben trabajar al aire libre donde podría ocurrir una posible enfermedad por calor.
- C. Asegúrese de que haya agua y sombra adecuadas disponibles en el sitio de trabajo cuando los factores de riesgo ambientales para las enfermedades causadas por el calor estén presentes.
- D. Asegúrese de que existan procedimientos de respuesta de emergencia para responder a los empleados que puedan verse afectados por enfermedades relacionadas con el calor.
- E. Asegúrese de que todos los empleados afectados hayan recibido la capacitación adecuada sobre la prevención de enfermedades causadas por el calor.

Empleados Afectados

- A. Cumpla con las disposiciones de este Programa de Prevención de Enfermedades por Calor, como se describe en este documento, los procedimientos escritos y la capacitación recibida.
- B. Verifique que tengan agua potable disponible en todo momento cuando los factores de riesgo ambientales para las enfermedades causadas por el calor estén presentes e informe las deficiencias en el suministro de agua a su supervisor.
- C. Verifique que tengan acceso a un área sombreada para prevenir o recuperarse de los síntomas relacionados con el calor e informe a su supervisor cualquier condición de sombra inadecuada.
- D. Informe los síntomas de la enfermedad relacionada con el calor a su supervisor.

XI. Conformidad

Los requisitos del Título 8 se cumplen al proporcionar acceso a agua potable a todo el personal de la organización a través de fuentes plomadas, como fuentes de agua ubicadas en sitios fijos y / o refrigeradores portátiles transportados en vehículos de la organización.

También se alienta al personal que trabaja en ocupaciones relacionadas con el calor a tomar descansos más frecuentes en áreas sombreadas o vehículos refrigerados cuando sea necesario.

Los directores, gerentes y supervisores proporcionarán capacitación de actualización a todo el personal afectado según sea necesario a través de reuniones de seguridad y sesiones informativas de seguridad en el portón trasero.

Todos los supervisores asignados de los empleados que trabajan en áreas relacionadas con el calor deben estar capacitados y familiarizados con la capacitación requerida de los empleados, los procedimientos que implementan las disposiciones aplicables de este programa y los procedimientos a seguir cuando un empleado exhibe posibles síntomas relacionados con el calor debido a una enfermedad por calor.

Cuando sea necesario, los supervisores proporcionarán supervisión adicional a los nuevos empleados o empleados que regresen de una licencia prolongada para garantizar que los trabajadores estén adecuadamente aclimatados.

XII. Componentes del Programa

Los siguientes elementos del programa de la Compañía para la prevención de enfermedades causadas por el calor proporcionan información específica para los departamentos y supervisores que cumplen con el programa:

Suministro de Agua

Siempre que existan factores de riesgo ambientales para las enfermedades causadas por el calor, los supervisores son responsables de garantizar que el agua potable fresca, pura y adecuadamente fría se ubique lo más cerca posible de donde trabajan los empleados, con excepciones cuando los empleadores puedan demostrar inviabilidad.

Cuando el agua potable ilimitada no está disponible de inmediato desde un sistema de plomada, los supervisores deben proporcionar suficiente agua para que cada empleado pueda beber un litro de agua por hora durante todo el turno (al menos 2 galones por empleado para un turno de 8 horas). Se pueden proporcionar cantidades más pequeñas de agua al comienzo del turno si existen procedimientos efectivos para reponer el suministro de agua durante el turno según sea necesario.

El estándar CAL/OSHA requiere no solo que se proporcione agua, sino que los supervisores alienten a los empleados a beber con frecuencia. Los empleados deben entender que la sed no es un indicador efectivo de la necesidad de agua de una persona y se recomienda que las personas beban un litro de agua, o cuatro tazas de 8 onzas, por hora cuando trabajan en ambientes calurosos.

Los supervisores deberán garantizar que haya agua disponible para todos los empleados. Los supervisores deberán tomar una o más de las siguientes medidas para garantizar que los empleados tengan acceso al agua potable:

- A. Proporcionar acceso a fuentes de agua potable
- B. Suministro de enfriador/dispensador de agua y vasos de servicio individuales
- C. Suministro de contenedores de agua sellados de un solo uso

El agua potable y los dispensadores de agua deberán cumplir los siguientes requisitos:

- A. Todas las fuentes de agua potable se mantendrán en condiciones limpias y sanitarias.
- B. El agua potable siempre debe mantenerse fresca. Cuando las temperaturas superan los 90° F, se recomienda que se proporcione hielo para mantener el agua fresca.

- C. Los dispensadores de agua potable utilizados para suministrar agua a más de una persona deberán estar equipados con una espiga o grifo.
- D. Todo recipiente utilizado para almacenar o dispensar agua potable deberá estar claramente marcado en cuanto a la naturaleza de su contenido y no se utilizará para ningún otro propósito.
- E. Está prohibido sumergir o verter agua potable de recipientes, como barriles, cubos o tanques, independientemente de si los recipientes están o no equipados con cubiertas.
- F. Se prohíbe el uso de vasos, vasos u otros recipientes compartidos para beber.
- G. No se utilizará agua no potable para beber
- H. Las salidas de agua no potable se publicarán de una manera comprensible para todos los empleados de que el agua no es segura para beber.

Acceso a Sombra

Los supervisores son responsables de garantizar que los empleados tengan acceso a un área sombreada cuando la temperatura alcanza los 80 grados. Las áreas sombreadas acomodarán a todos los empleados en períodos de recuperación y períodos de comida y permitirán que los empleados se sienten a la sombra sin tocarse entre sí.

El área sombreada más cercana debe estar lo más cerca posible. Por lo general, esto significará que la sombra debe ser accesible dentro de una caminata de 2-1/2 minutos, pero en ningún caso a más de 1/4 de milla o a cinco minutos a pie, lo que sea más corto.

Se pueden usar toldos, sombrillas u otras estructuras temporales para proporcionar sombra, siempre que bloqueen la luz solar directa. Los árboles y las enredaderas densas pueden proporcionar sombra si el dosel de los árboles es lo suficientemente denso como para proporcionar un bloqueo sustancialmente completo de la luz solar directa. Las áreas sombreadas por medios artificiales o mecánicos, como por un dosel emergente en lugar de un árbol, deben proporcionar medios para que los empleados eviten el contacto con el suelo desnudo.

El interior de un vehículo se puede utilizar para proporcionar sombra si el vehículo tiene aire acondicionado y el aire acondicionado está funcionando.

Si el Servicio Meteorológico Nacional, a partir de las 5 pm del día anterior, pronostica que la temperatura será superior a 80 ° F, las estructuras de sombra deben estar disponibles al comienzo del turno y presentes durante todo el día. Independientemente de las temperaturas pronosticadas, los supervisores siempre deben tener la capacidad de proporcionar sombra rápidamente si así lo solicita un empleado. Si la temperatura excede los 90 ° F, la sombra debe estar presente independientemente de la temperatura máxima pronosticada del día anterior.

Aclimatación

Se requiere que los supervisores aclimaten a los empleados y den tiempo para adaptarse cuando las temperaturas aumentan repentinamente y los riesgos de los empleados por enfermedades causadas por el calor aumentan. La aclimatación también puede ser necesaria para los nuevos empleados, los empleados que trabajan a temperaturas a las que no han estado expuestos durante varias semanas o más, o los empleados asignados a nuevos trabajos en ambientes calurosos.

En general, se necesitan alrededor de cuatro a catorce días de exposición diaria al calor para la aclimatación. La aclimatación al calor requiere una exposición diaria mínima al calor de aproximadamente dos horas de trabajo. Aumentar gradualmente la duración del trabajo cada día hasta lograr un horario adecuado adaptado al nivel de actividad requerido para el entorno de trabajo. Esto

permitirá al empleado aclimatarse a las condiciones de calor al tiempo que reduce el riesgo de enfermedades causadas por el calor.

Cabe señalar que los nuevos empleados se encuentran entre los que corren mayor riesgo de sufrir las consecuencias de una aclimatación inadecuada y serán observados de cerca durante sus primeras dos semanas en el trabajo. Los supervisores con nuevos empleados deben estar muy atentos durante el período de aclimatación y responder de inmediato a los signos y síntomas de una posible enfermedad por calor.

Períodos de Descanso Preventivo de Enfriamiento

El propósito del período de descanso de enfriamiento es la prevención de enfermedades causadas por el calor. Se requiere que el supervisor proporcione acceso a la sombra para los empleados que creen que necesitan un período de descanso preventivo de los efectos del calor y para cualquier persona que muestre indicios de enfermedad por calor. Los empleados que toman un "descanso preventivo de enfriamiento" deben ser monitoreados para detectar síntomas de enfermedad por calor, alentados a permanecer a la sombra y no se les debe ordenar que regresen al trabajo hasta que los síntomas desaparezcan.

El acceso a la sombra debe permitirse en todo momento, y se debe permitir que los empleados permanezcan a la sombra durante al menos cinco minutos.

El propósito del período de descanso preventivo de enfriamiento es reducir el estrés por calor en el empleado. El período de descanso preventivo no es un sustituto del tratamiento médico.

Procedimientos de Emergencia

Si un empleado tiene algún síntoma de enfermedad por calor, los procedimientos de primeros auxilios deben iniciarse sin demora. Los primeros signos y síntomas comunes de la enfermedad por calor incluyen dolor de cabeza, calambres musculares y fatiga inusual. Sin embargo, la progresión a una enfermedad más grave puede ser rápida y puede incluir pérdida del conocimiento, convulsiones, confusión mental, comportamiento inusual, náuseas o vómitos, piel seca y caliente o sudoración inusualmente profusa.

Cualquier empleado que muestre cualquiera de los síntomas mencionados anteriormente requiere atención inmediata. Incluso los síntomas iniciales pueden indicar una exposición grave al calor. Si el personal médico no está disponible de inmediato en el lugar y se sospecha una enfermedad grave por calor, se debe contactar inmediatamente al personal médico de emergencia y se deben realizar primeros auxilios en el lugar. Ningún empleado con síntomas de posible enfermedad grave por calor debe ser dejado desatendido o enviado a casa sin evaluación médica y autorización.

Todos los supervisores y empleados deben estar capacitados para reconocer y responder a los síntomas de una posible enfermedad por calor.

Si algún empleado presenta signos o síntomas de un golpe de calor, se debe contactar a los servicios médicos de emergencia. Los supervisores deben ser capaces de proporcionar instrucciones claras y precisas al lugar de trabajo y deben llevar teléfonos celulares u otros medios de comunicación para garantizar que se pueda llamar a los servicios de emergencia.

Procedimientos de Alto Calor

Los procedimientos de alto calor son medidas preventivas adicionales que el Distrito tomará cuando la temperatura sea igual o superior a 95 grados Fahrenheit. Estos procedimientos incluirán lo siguiente en la medida de lo posible:

- a) Asegurar que se mantenga una comunicación efectiva por voz, observación o medios electrónicos para que los empleados en el sitio o área de trabajo puedan comunicarse con un supervisor cuando sea necesario. Un dispositivo electrónico, como un teléfono celular o una radio, puede usarse para este propósito solo si la recepción en el área es confiable.
- b) Observar a los empleados para detectar el estado de alerta y los signos o síntomas de la enfermedad por calor. El empleador garantizará la observación / monitoreo efectivo de los empleados mediante la implementación de uno o más de los siguientes:
 - Observación del supervisor o designado de 20 o menos empleados, o
 - Sistema de amigos obligatorio, o
 - Comunicación regular con el único empleado, como por radio o teléfono celular, o
 - Otros medios eficaces de observación.
- c) Designar a uno o más empleados en cada lugar de trabajo como autorizados para llamar a servicios médicos de emergencia, y permitir que otros empleados llamen a servicios de emergencia cuando no haya un empleado designado disponible.
- d) Recordar a los empleados durante todo el turno de trabajo que beban mucha agua.
- e) Reuniones previas al turno antes del comienzo del trabajo para revisar los procedimientos de calor alto, alentar a los empleados a beber mucha agua y recordarles a los empleados su derecho a tomar un descanso de enfriamiento cuando sea necesario.

Requisitos de Presentación de Informes

El conocimiento constante y el respeto de los procedimientos de prevención de enfermedades causadas por el calor y el cumplimiento de todas las normas de seguridad de la empresa aplicables son obligatorios. Los empleados deben informar cualquier inquietud de seguridad a su supervisor o gerencia.

Los supervisores pueden emitir advertencias a los empleados e implementar acciones disciplinarias hasta e incluyendo el despido por no seguir las pautas de este programa.

El Gerente de Seguridad está autorizado a emitir advertencias de seguridad a los departamentos, supervisores y empleados y evitar que continúe el trabajo inseguro.

Requisitos de Capacitación y Evaluación de Competencias

- La Compañía proporcionará capacitación para todos los empleados potencialmente afectados, y sus supervisores, que trabajen donde estén presentes factores de riesgo ambientales para las enfermedades causadas por el calor. La información sobre la formación incluirá, entre otras cosas:
 - Factores de riesgo ambientales y personales para las enfermedades causadas por el calor
 - Procedimientos para identificar, evaluar y controlar la exposición a factores de riesgo ambientales para enfermedades causadas por el calor.
 - La importancia del consumo frecuente de líquidos hidratantes, hasta 1 cuarto de galón (4 tazas de agua) por hora, cuando los factores de riesgo ambientales para la enfermedad por calor están presentes, particularmente cuando el empleado está sudando excesivamente durante la exposición.
 - La importancia de la aclimatación
 - Tipos de enfermedad por calor y los signos y síntomas comunes de la enfermedad por calor

- La importancia de informar inmediatamente los síntomas o signos de enfermedad por calor, en sí mismos o en compañeros de trabajo, a su supervisor
- Comprender los procedimientos para ponerse en contacto con los servicios médicos de emergencia y, si es necesario, para transportar a los empleados a un punto en el que puedan ser contactados por el servicio médico de emergencia
- Procedimientos para garantizar que, en caso de emergencia, se pueda y se proporcione una dirección clara y precisa al lugar de trabajo a los servicios de emergencia.

Los supervisores recibirán capacitación sobre los siguientes temas antes de ser asignados para supervisar a los empleados al aire libre.

- La información de capacitación requerida de los empleados, detallada anteriormente
- Procedimientos que los supervisores deben seguir para implementar las disposiciones de este programa.
- Procedimientos que el supervisor debe seguir cuando un empleado presenta síntomas consistentes con una posible enfermedad por calor, incluidos los procedimientos de respuesta a emergencias.

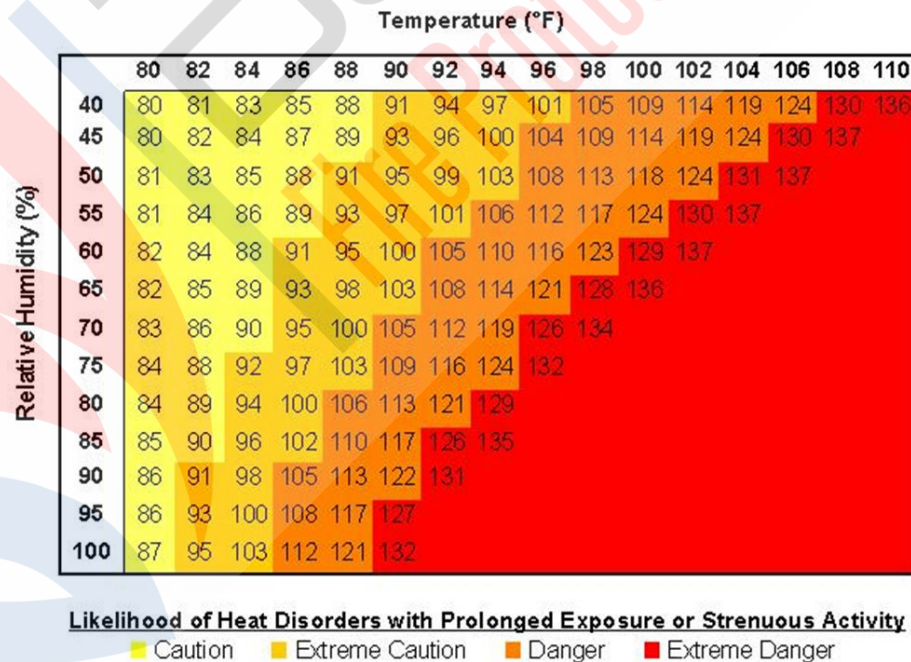
Se requerirá un nuevo entrenamiento bajo cualquiera de las siguientes condiciones:

- Los cambios en el lugar de trabajo hacen que la formación previa sea obsoleta
- Las insuficiencias en el conocimiento de un empleado sobre la prevención de enfermedades causadas por el calor indican que el empleado no ha conservado la capacitación requerida

La Compañía deberá mantener registros de capacitación durante un mínimo de 3 años.

I. Apéndices

Apéndice 1: Tabla de Índice de Calor



Apéndice 2: Información y Referencias Externas

- Title 8 California Code of Regulations, General Industry Safety Orders - §3395
- Heat Illness Prevention: What you need to know
<http://www.dir.ca.gov/dosh/HIPnews6-11-08.pdf>
- Heat Illness Prevention enforcement Q&A
<http://www.dir.ca.gov/DOSH/heatIllnessQA.html>
- Protect Yourself from Heat Illness
http://www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/HeatIllnessEmployeeEngSpan.pdf
- To check weather forecasts, use - The National Weather Service (NOAA)
<http://www.weather.gov/>
- For Heat Safety Resources & Heat Index Chart
http://www.nws.noaa.gov/om/heat/heat_index.shtml