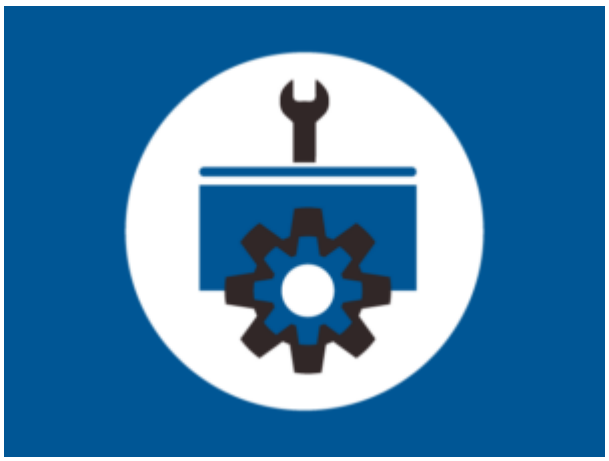
# Heat Illness Prevention Plan – Spanish



## I. Información general y objetivos

Este Plan para la prevención de enfermedades de calor (HIPP, por sus siglas en inglés) aplica a los empleados de **[Nombre de su Empresa]**, que trabajan en áreas al aire libre del empleo o tienen tareas por parte de su trabajo que implican factores de riesgo ambiental de calor, asimismo están en riesgo de desarrollar enfermedades de calor  si no se protegen adecuadamente.

Con base en la Norma estatal propuesta del Código de reglas, Titulo 8 de Sección 3395, esta norma aplica a todos los lugares exteriores de empleo, en donde las siguientes industrias están sujetas a todas las cláusulas de la norma:

- Agricultura**
- Construcción
- Jardineros
- Extracción de petróleo y gas
- Transporte o entrega de productos agrícolas, materiales de construcción u otros materiales pesados, a menos que se conduzca un vehículo con aire acondicionado que no incluya carga o descarga.

## II. Alcance

El HIPP de **[Nombre de su Empresa]** incluye los pasos para garantizar que se proporcione agua potable en suficientes cantidades, se monitoreen las condiciones de temperatura y humedad, exista sombra disponible, de acuerdo con lo que exige la ley, se sigan los procedimientos en caso de altas temperaturas, exista capacitación para los empleados, estén documentados los procedimientos para respuesta en caso de emergencia, exista responsabilidad para la aclimatación de los empleados y se incorporen procesos de auditoría para fortalecer el éxito del plan.

## III. Política

Es la política de **[Nombre de su Empresa]** que todo empleado que participe en tareas en donde existan factores de riesgo ambientales para prevención de enfermedades de calor  cumplirá con los procedimientos en este documento y con el Programa de Prevención de lesiones y enfermedades. En cada lugar de trabajo estará disponible una copia de este Plan para la prevención de enfermedades de calor, tanto en inglés como en el idioma que comprenda la mayoría de empleados.

* Tome en cuenta: Este documento se proporciona como una plantilla informativa para

que usted utilice en la creación de su propio Plan para la prevención de hipertermia y no se debe interpretar como fuente de ninguna asesoría legal ni como una garantía de que esta plantilla cumplirá con todos los requisitos de los reglamentos.  Si tiene preguntas con relación a los reglamentos mencionados o alguna enmienda, debe comunicarse con su abogado.

** A partir del 1 de mayo de 2015, se cuentan con Procedimientos en caso de hipertermia adicionales para empleadores agrícolas.

## IV. Agua

**[Nombre de su Empresa]** proporcionará agua fresca, pura y adecuadamente fría, sin costo, tan cerca como sea viable a las áreas en donde se encuentren los empleados. Los supervisores examinarán de manera visual el agua para garantizar la pureza y revisarán que esté adecuadamente fría al rociar un poco sobre su piel.

Cuando los empleados se encuentren trabajando en áreas grandes, el agua se colocará en diferentes lugares. **[Nombre de su Empresa]** también colocará agua en las áreas con sombré designadas y cerca de los baños.

**[Nombre de su Empresa]** se asegurará de que haya un cuarto de galón de agua por persona por hora, al inicio del turno y se contará con un sistema de reabastecimiento de agua (incluyendo responsabilidad designada).

**[Nombre de su Empresa]** motivara a los empleados para que tomen agua con frecuencia y a reportar a los supervisores los bajos niveles de agua, así como depósitos de agua tibia o sucia.

## V. Procedimientos para monitorear el clima

Se capacitará y se instruirá a los supervisores para que revisen con anticipación el pronóstico del clima ampliado. Los pronósticos del clima se pueden revisar con la ayuda de internet (http://www.nws.noaa.gov/), al llamar a los teléfonos del Servicio Climatológico Nacional (consulte los números de CA a continuación) o al verificar con la televisión el canal del Weather Channel. El programa de trabajo se planificará con anticipación, tomando en consideración si se esperan altas temperaturas o una onda de calor. El monitoreo anticipado y rutinario del clima se llevará a cabo entre los meses de mayo y septiembre; con un monitoreo anticipado adicional realizado, si fuese necesario, durante el resto del año.

Además del monitoreo anticipado del clima, los supervisores deberán usar uno de los servicios meteorológicas antes mencionados para el nivel de temperatura y humedad pronosticado del día antes de empezar a trabajar. Los niveles de temperatura y humedad también serán monitoreados en el sitio de trabajo durante todo el día y se compararán con el Índice de calor del servicio meteorológica nacional para evaluar el nivel de riesgo para calor y determinar si se deben tomar las medidas de prevención cautelares contra enfermedades de calor. La temperatura se monitoreará por medio de un termómetro de bulbo seco en grados Fahrenheit. Las mediciones de temperatura se tomarán en las áreas de trabajo en donde no exista sombra.

**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)

## VI. Sombra

**[Nombre de su Empresa]** proporcionará sombra cuando la temperatura supere los 80 grados Fahrenheit. Las áreas con sombra serán abiertas al aire o se proporcionará ventilación o enfriamiento. Se proporcionará sombra suficiente para acomodar el número de empleados durante el receso o periodo de recuperación, en un momento dado.

**[Nombre de su Empresa]** se asegurará de que todos los empleados cuenten con áreas con sombra en donde se puedan sentar en una posición normal completamente en la sombra sin tener contacto entre sí. La sombra su ubicará cerca y de manera práctica del área de trabajo. Durante los periodos de comida, la cantidad de sombra disponible será suficiente para acomodar el número de empleados en el receso para comer y a aquellos que busquen periodos de descanso para enfriarse.

**[Nombre de su Empresa]** motivará a los empleados para que tomen un descanso de enfriamiento preventivo en la sombra cuando sientan la necesidad de protegerse contra el sobrecalentamiento.

Los empleados que tomen recesos para enfriarse serán monitoreados y se les preguntará si están experimentando síntomas de calor y se les recomendará que permanezcan en la sombra hasta que se haya reducido cualquier señal o síntoma. Los empleados tendrán no menos de cinco minutos para descansar en la sombra, además del tiempo necesario para acceder a la sombra.

La política de **[Nombre de su Empresa]** será que todo empleado que muestre señales o informe sobre síntomas de calor mientras tome un descanso de enfriamiento preventivo, se le proporcionarán primeros auxilios adecuados o respuesta en caso de emergencia.

## VII. Procedimientos en caso de altas temperaturas

**[Nombre de su Empresa]** implementará los siguientes procedimientos en caso de altas temperaturas cuando estas sean de o superen los 95 grados Fahrenheit.

- Un supervisor o un designado calificado deberá observar directamente a los empleados, en busca de señales o síntomas de enfermedades de calor. Cada supervisor o designado calificado deberá ser responsable de observar a no más de 20 empleados.
- Si no es práctico observar directamente a los empleados, se deberá implementar un sistema de parejas obligatorio, o :
- Se deberá implementar una comunicación regular con empleados que trabajen solos ya sea por radio o celular, o
- Otra observación efectiva, como revisiones periódicas.
- Se deberá observar a los empleados en caso de síntomas de calor y se les recordará durante todo el turno de trabajo que beban suficiente agua.
- **[Nombre de su Empresa]** designará a uno o a más empleados para que pidan procedimientos médicos de emergencia y se le permitirá a cualquier empleado que pida servicios de emergencia cuando la persona designada no esté disponible.
- **[Nombre de su Empresa]** supervisará detenidamente a los nuevos empleados los primeros 14 días de empleo, a menos que el nuevo empleado indique al momento de la contratación que ha realizado trabajo similar durante al menos 10 de los últimos 30 días, y por más de cuatro horas al día.

En el caso de Empleadores agrícolas, aplicarán las siguientes condiciones:

- Cuando las temperaturas alcancen los 95 grados o más, **[Nombre de su Empresa]** se

asegurará de que un empleado tome un periodo de descanso de enfriamiento preventivo de un mínimo de 10 minutos cada dos horas. El periodo de descanso de enfriamiento preventivo se puede proporcionar conjuntamente con cualquier otro periodo obligatorio de comida o de descanso.
- Cuando el día de trabajo se extienda más de ocho horas, **[Nombre de su Empresa]** proporcionará un periodo de enfriamiento preventivo adicional al final de la octava hora de trabajo. Si el día de trabajo se extiende más de 10 horas, entonces se dará otro periodo de descanso de enfriamiento preventivo al final de la décima hora de trabajo, y así sucesivamente hasta el final del día de trabajo.
- **[Nombre de su Empresa]** organizará una reunión antes del turno durante los periodos de altas temperaturas para recordar a los empleados:
- Procedimientos de la compañía en caso de altas temperaturas

1. Beber abundante agua.
2. Su derecho de tomar periodos de descanso de enfriamiento, cuando sea necesario.

## VIII. Capacitación

**[Nombre de su Empresa]** proporcionará capacitación a todos los supervisores y a los empleados afectados, antes de que empiecen su participación en un trabajo que podría provocar la exposición a factores de riesgo para enfermedades  de calor. La capacitación incluirá:

- Una explicación sobre la responsabilidad del empleador de proporcionar sombra, agua, periodos de descanso de enfriamiento, así como acceso a primeros auxilios, además del derecho del empleado a ejercer sus derechos sin temor de represalias.
- Factores de riesgo ambientales y personales para enfermedades de calor.
- Señales y síntomas de calor.
- La importancia de informar inmediatamente sobre señales y síntomas de enfermedades de calor, y los primeros auxilios apropiados que se deben tomar.
- Importancia del frecuente consumo de agua.
- Importancia de la aclimatación.
- El plan de respuesta de **[Nombre de su Empresa]** en caso de una posible enfermedad de calor.
- Responsabilidades del supervisor y del empleado.
- Se les enseñarán a los supervisores los procedimientos a seguir en caso de que un empleado informe o muestre síntomas de enfermedad de calor..
- Se capacitará a los empleados sobre cómo monitorear los informes del clima y cómo responder ante advertencias de calor sofocante.

## IX. Procedimientos de respuesta en caso de emergencias

Es obligatorio que todos los supervisores y personal de administración de **[Nombre de su Empresa]** tomen acción inmediata si un empleado muestra señales o síntomas de calor. Los procedimientos de respuesta en caso de emergencia incluirán, pero no se limitarán a las siguientes acciones:

- Garantizar que se mantenga la comunicación efectiva por voz, observación o medios electrónicos, de manera que los empleados en el lugar de trabajo con altas temperaturas pueden comunicarse con un supervisor o un servicio médico de emergencias, si fuese necesario.
- Se utilizarán celulares, radios de la compañía, correo electrónico y otros dispositivos electrónicos para la comunicación. Si los dispositivos electrónicos no son formas confiables de comunicación, **[Nombre de su Empresa]** desarrollará medios alternativos de servicios médicos de emergencia de llamamiento.

- Los empleadores y supervisores recibirán capacitación para reconocer los síntomas de estrés causado por el calor, como bajo nivel de conciencia, desorientación, comportamiento irracional, tambaleos, vómitos y convulsiones; y se les exigirá que tomen acción inmediata si algún empleado muestra señales de los síntomas mencionados de hipertermia.
- Se les enseñará a los supervisores y a los empleados medidas de primeros auxilios y cómo se proporcionan los servicios de emergencia a los empleados afectados.
- Se monitoreará a los empleados que muestren señales o síntomas y no se les dejará solos ni se les enviará a casa sin que primero se les hayan ofrecido primeros auxilios en el lugar o se les haya proporcionado servicio médico de emergencia.
- Si se considera necesario, se establecerá comunicación con los servicios médicos de emergencia y los empleados serán transportados a un lugar en donde puedan ser atendidos por los proveedores médicos de emergencia.
- En casos de emergencia: se proporcionarán instrucciones claras y precisas en el lugar de trabajo para los respondedores de emergencias.
- En caso de que un lugar de trabajo se encuentre en un lugar difícil encontrar, se enviará a un empleado para que reciba a los servicios médicos de emergencia en el punto de referencia más cercano y luego llevarlo al lugar de trabajo.

## X. Aclimatación

- Los nuevos empleados y los empleados que no hayan trabajado previamente en ambientes en donde exista la posibilidad de calor, tendrán una oportunidad para que sus cuerpos se expongan gradualmente al calor. Se les dará una oportunidad a los empleados para que se adapten al calor, así, trabajarán por lo menos dos horas al día, entre cuatro y 14 días.
- **[Nombre de su Empresa]** también monitoreará a los empleados durante una onda de calor. Una «Onda de calor» se define como cualquier día en que la temperatura pronosticada sea por lo menos 80 grados Fahrenheit y por lo menos 10 grados Fahrenheit más que la temperatura alta diaria promedio de los cinco días anteriores. El monitoreo lo puede hacer el supervisor o con el uso de un sistema de parejas.
- **[Nombre de su Empresa]** enfatizará a los nuevos empleados la importancia de informar inmediatamente a su supervisor los síntomas y señales del estrés causado por el calor en ellos o en los compañeros de trabajo.

## XI. Auditoría del Plan para la prevención de hipertermia

**[Nombre de su Empresa]**, como parte de la implementación de nuestro Programa de Prevención de lesiones y enfermedades y, para asegurar el éxito de nuestro HIPP, llevará a cabo una auditoría de nuestro plan por escrito y documentación por parte de Supervisores y Gerentes. Las auditorías de HIPP se llevarán a cabo anualmente. La auditoría revisará el plan para garantizar que los procedimientos para prevención de enfermedades de calor continúen siendo efectivamente implementados. Esto incluirá, pero no se limitará a:

- Garantizar que se proporcione de manera rutinaria agua fresca y fría en las cantidades necesarias.
- Garantizar que exista de manera rutinaria suficiente sombra.
- Verificar que la capacitación necesaria del supervisor y empleado se haya completado.
- Una revisión de la efectividad de los procedimientos de respuesta en caso de emergencia.
- Garantizar que los empleados estén climatizados, según sea necesario.

- Garantizar que se implementen los procedimientos en caso de altas temperaturas, cuando la temperatura alcance los 95 grados Fahrenheit.