



**NOMBRE DE LA
COMPAÑIA**

TITAN AG SERVICES, INC.

PLAN

**PLAN DE PREVENCION DE ENFERMEDADES
CAUSADAS POR EL CALOR**

TABLA DE CONTENIDOS

- I. Responsabilidad
- II. Suministro de Agua
- III. Acceso a la Sombra
- IV. Monitoreo del Clima
- V. Procedimientos Para Alta Temperatura
- VI. Procedimiento de Respuesta A Emergencia
- VII. Procedimientos Para Contactar a los Servicios Médicos de Emergencia
- VIII. Aclimatación
- IX. Entrenamiento

PLAN DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR

I. RESPONSABILIDAD

(ENEREYDA IBARRA SANCHEZ), Coordinador de Seguridad está a cargo de nuestro Plan de Prevención de Enfermedades Causadas Por el Calor para **(TITAN AG SERVICES, INC.)**. Él se asegurará de que el programa se lleve a cabo, sea implementado, revisado regularmente, y actualizado cuando sea necesario. Nuestros supervisores/mayordomos estarán a cargo de implementar y lograr partes específicas del programa incluyendo: entrenamiento, investigaciones de accidentes, identificación y evaluación de peligros, y tener disponible las precauciones necesarias para prevenir enfermedades por el calor como agua y sombra, ingeniería y controles administrativos.

II. SUMINISTRO DE AGUA

Todos los días, antes de que la cuadrilla inicie el trabajo, los supervisores/mayordomos son responsables de tener contenedores con agua para beber en el lugar de trabajo, para que al iniciar la jornada tengan por lo menos un cuarto de galón por hora para cada empleado. Los mayordomos son responsables de tener suficiente agua para que los empleados puedan beber un cuarto de galón de agua por hora durante la jornada de trabajo. El agua debe ser fresca, pura, y adecuadamente fría y debe proveerse a los empleados de manera gratuita. El agua debe encontrarse lo más cerca posible de las áreas de trabajo de los empleados.

Para tener agua disponible todo el tiempo, los supervisores/mayordomos deberán traer el número de contenedores de agua que se requiera de acuerdo con el número de empleados bajo su supervisión. Los supervisores/mayordomos verificarán cada **(HORA)**, para asegurarse de que en todo momento hay agua disponible para todos los empleados, en la cantidad y calidad anteriormente indicada.

Para reabastecer el agua, los mayordomos se comunicarán con **(SUPERVISOR DE CUADRILLA/ CORDINADOR DE SEGURIDAD)**. Ellos reabastecerán(n) a los mayordomos con agua y hielo que se necesite. El agua puede también reabastecerse en el rancho donde se trabaja, o en otro lugar donde haya disponible agua pura, fresca y adecuadamente fría.

Los supervisores/mayordomos traerán copas desechables para beber agua, en cantidades suficientes para asegurarse que estén disponibles a los trabajadores. **LOS SUPERVISORES** cargará(n) copas desechables para beber agua, a fin de reabastecer a los mayordomos cuando se requiera.

El agua siempre estará fácilmente disponible. Estará tan cerca de los empleados como sea prácticamente posible, de acuerdo con las condiciones del lugar de trabajo. Los supervisores/mayordomos asegurarán que los contenedores de agua se muevan conforme la cuadrilla se vaya moviendo. Los supervisores/mayordomos son responsables de limpiar los contenedores de agua y de asegurarse que estos se mantengan en condiciones sanitarias.

Los mayordomos indicarán a los trabajadores diariamente, el lugar donde se encuentran los contenedores de agua y durante la jornada de trabajo, animarán constantemente a los empleados a que beban agua con frecuencia.

III. ACCESO A LA SOMBRA

(TITAN AG SERVICES, INC.) Tendrá sombra presente cuando la temperatura supera los 80 grados Fahrenheit. Cuando la temperatura exterior del área de trabajo supera 80 grados Fahrenheit, vamos a disponer y mantener una o más áreas con sombra en todo momento mientras los empleados estén presentes, ya sean abiertas al aire libre o con ventilación o sistemas de enfriamiento.

Los empleados tendrán acceso a sombra a todo el momento durante la jornada de trabajo y habrá suficiente sombra para acomodar el número de empleados que se encuentren en períodos de recuperación o períodos de descanso, de modo que puedan sentarse en una postura normal y quedar totalmente cubiertos por la sombra, sin tener que estar en contacto físico entre ellos.

La sombra se colocará lo más cerca posible de las áreas donde los empleados estén trabajando. La cantidad de sombra presente en los períodos de comida deberá ser suficiente para por lo menos acomodar el número de empleados que permanezca en el sitio de trabajo durante el período comida.

Los supervisores en el área de trabajo permitirán y animarán a los empleados, a que tomen un descanso preventivo para refrescarse bajo la sombra cuando sientan la necesidad de hacerlo para protegerse del sobrecalentamiento. Los empleados que tomen un descanso preventivo para refrescarse serán monitoreados y se les preguntará si están experimentando síntomas de enfermedad causada por el calor. Se alentará a los empleados a permanecer en la sombra y no se les ordenará regresar a trabajar hasta que se haya abatido toda señal o síntoma de enfermedad causada por calor, pero bajo ninguna circunstancia antes de un período menor de 5 minutos adicionales al tiempo necesario para acceder a la sombra.

Si un empleado muestra señal o reporta síntomas de una enfermedad por el calor cuando se encuentra en el descanso preventivo para refrescarse, o durante el período de descanso preventivo para refrescarse, **(TITAN AG SERVICES, INC.)** proveerá los servicios de primeros auxilios apropiados o respuesta de emergencia.

Cada mayordomo es responsable de colocar la sombra en el lugar de trabajo y tenerla lista cada mañana, antes de que los empleados inicien su trabajo. De acuerdo a como la cuadrilla vaya avanzando, el mayordomo necesita mover la sombra para que se encuentre disponible tan cerca a los empleados como sea prácticamente posible.

Si la temperatura no supera los 80 grados Fahrenheit, siempre estará disponible la sombra por Apetición del empleado durante toda la jornada de trabajo.

IV. MONITOREO DEL CLIMA

Procedimientos para monitorear el clima (incluyen, pero no se limitan a):

- El Gerente de Operaciones Agrícolas verificará el pronóstico del tiempo todos los días y avisará al departamento de personal de campo (QC).
- Los QC's informarán a todos los mayordomos del pronóstico del tiempo antes de cada día de trabajo.
- El Departamento de Seguridad también verificará el pronóstico del tiempo todos los días antes de que comience el turno y notificará a todos los QC's y Mayordomos según sea necesario.
- El horario de trabajo se planificará con anticipación, teniendo en cuenta si se esperan altas temperaturas u ola de calor.
- Antes de cada día de trabajo, la temperatura y la humedad pronosticadas para el lugar de trabajo se revisarán y se compararán con el índice de calor y del Servicio Meteorológico Nacional para evaluar el nivel de riesgo de enfermedades por calor.
- Se usará un termómetro si no hay un teléfono disponible.
 - ❖ Los proveedores de pronóstico del tiempo utilizados en **TITAN AG SERVICES, INC.** Son:
 1. El pronóstico del tiempo se puede consultar con la ayuda de Internet (<http://www.nws.noaa.gov/>).
 - Llamar al número de teléfono del Servicio Meteorológico Nacional.

CALIFORNIA Dial-A-Forecast

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

2. Aplicación: **OSHA/NIOSH Heat Safety Tool App**

V. PROCEDIMIENTOS PARA ALTAS TEMPERATURAS

Implementaremos procedimientos para altas temperaturas cuando la temperatura alcance o supere los 95 grados Fahrenheit. Estos procedimientos incluirán lo siguiente en la medida en que sea práctico:

- Los empleados serán observados por los supervisores/mayordomos para asegurarse que estén alerta e identificar señales o síntomas de enfermedad causada por el calor.
- Nos aseguraremos de tener observaciones/monitoreo efectivo de los empleados implementando las siguientes medidas:
 - Observaciones por parte de un supervisor/mayordomo o empleados designados a grupos de 20 empleados o menos.
 - Los supervisores/mayordomos implementarán un sistema de compañero obligatorio. Se les pedirá a los trabajadores que se vigilen unos a otros muy de cerca, para identificar síntomas de enfermedad por el calor y que cuando observen dichos síntomas en algún compañero, lo reporten de inmediato al supervisor/mayordomo.
 - Los supervisores se asegurarán de que se mantenga comunicación efectiva con los empleados por voz, observación o medio electrónico (teléfono celular, radio, mensaje de texto), a fin de que los empleados en el lugar de trabajo puedan comunicarse con los supervisores cuando sea necesario.
- El supervisor/mayordomo designará a uno o más empleados en cada turno de trabajo, para que llame a los servicios de emergencias médicas y permitirá que otros empleados llamen a los servicios de emergencias cuando no se encuentre disponible ninguno de los empleados designados.
- A los trabajadores, se les recordará durante su turno de trabajo que beban suficiente agua.
- Se llevará a cabo supervisión estricta de nuevos empleados por parte del supervisor/mayordomo o una persona designada, durante los primeros 14 días de trabajo de los empleados, a menos que los empleados indiquen al momento de la contratación, que han realizado tareas similares al aire libre durante por lo menos 10 de los últimos 30 días, durante 4 o más horas por día.
- Durante una ola de calor o cuando se espere que la temperatura exceda los 95 grados Fahrenheit, los supervisores/mayordomos tendrán reuniones previas al inicio de la jornada de trabajo, a fin de revisar los procedimientos para altas temperaturas, alentar a los empleados a consumir agua en abundancia y recordarles sobre su derecho a tomar un descanso para refrescarse cuando sea necesario.
- Cuando las temperaturas alcancen o superen los 95 grados, nos aseguraremos que los empleados tomen un mínimo de diez minutos netos de descanso preventivo para refrescarse, cada dos horas.

VI. PROCEDIMIENTO DE RESPUESTA A EMERGENCIA

La compañía se asegurará que en cada cuadrilla haya una persona entrenada y equipada para en caso necesario proporcionar primeros auxilios para la cantidad de trabajadores supervisados.

El número de teléfono para emergencias médicas es proporcionado a los supervisores/mayordomos empleados designados, así como medios para contactarlos en caso necesario.

A los supervisores/mayordomos se les proporcionará un mapa que incluya de manera clara y precisa los nombres de calles o caminos del lugar de trabajo.

Antes de iniciar el día de trabajo, cada supervisor/mayordomo debe:

1. Garantizar que se mantenga una comunicación efectiva por medios electrónicos, de voz o de observación, de modo que los empleados en el lugar de trabajo puedan comunicarse con un supervisor o con los servicios de emergencias médicas cuando sea necesario. Tener siempre un medio de comunicación con servicios médicos de emergencia, teléfono celular y/o radio. Si un dispositivo electrónico no proporciona una comunicación confiable en el área de trabajo, el supervisor/mayordomo garantizará un medio para llamar a los servicios de emergencias médicas.
2. Conocer el lugar donde los empleados trabajan, incluyendo el domicilio o las autopistas/carreteras, asegurándose que los servicios médicos de emergencia recibirán buena dirección para llegar al lugar de trabajo.
3. Cuando trabajen en áreas remotas, asegurarse de que por lo menos una persona en cada cuadrilla está entrenada en primeros auxilios.
4. Los supervisores/mayordomos que no hablan inglés deben saber que en caso de emergencia pueden pedir ayuda llamando a **ENEREYDA IBARRA SANCHEZ (661-446-3346), VICTOR GONZALEZ (559-920-0041)** O la oficina al **(661-849-2722) (JOHN DELAPENA)**.

Señales de síntomas de enfermedades por calor:

1. Incomodidad general, pérdida de coordinación y energía.
2. Debilidad, dificultad para concentrarse, irritabilidad, dolores y calambres musculares.
3. Fatiga, visión borrosa, dolor de cabeza, mareo, náusea, vómito, confusión y pérdida del conocimiento.

Cuando un supervisor/mayordomo observa o un empleado reporta señales o síntomas de enfermedades causadas por el calor:

1. El supervisor/mayordomo tomará medidas inmediatas de acuerdo a la severidad de la enfermedad.
2. Si un empleado presenta señales o síntomas de enfermedades causadas por el calor, se le debe vigilar y no se le debe dejar solo o enviar a su casa sin antes ofrecerle primeros auxilios o servicios de emergencias médicas.
3. En caso de sospecha de enfermedad seria por el calor, debe inmediatamente contactarse a personal médico de emergencia **9-1-1** y procederse a proveer primeros auxilios.
4. Coloque al empleado en un área con sombra.
5. Si el empleado está consciente, hágalo beber líquidos, preferiblemente agua.
6. Reduzca la temperatura del cuerpo, aflojando o quitándole la ropa y los zapatos.

7. Aplique trapos mojados fríos, como toallas o sábanas, o rocié agua fría en el cuerpo y aplique aire vigorosamente.
8. Si la víctima vomita, deje de darle líquidos. Acueste a la víctima de lado. Asegúrese que se limpie el vómito de la boca y la nariz para evitar que se ahogue. Observe por problemas para respirar. Mantenga a la víctima acostada.
9. Mientras espera o al transportar, eleve las piernas aproximadamente 12 pulgadas.

VII. PROCEDIMIENTOS PARA CONTACTAR A LOS SERVICIOS MEDICOS DE EMERGENCIA

Respuesta de Emergencia con Servicio de Teléfono:

En caso de una emergencia el supervisor/mayordomo o empleado designado, **LLAMARA al 9-1-1** y le reportar al despachador su ubicación física. Vea los mapas que se incluyen en su libro/carpeta de supervisor/mayordomo, para que proporcione al despachador de emergencia la información sobre su ubicación física.

Si no hay supervisores/ mayordomos o empleados designados que hablen inglés en el lugar de trabajo, para recibir ayuda para reportar la emergencia, llame a

- | | | |
|----|---|-----------------------|
| 1. | ENEREYDA IBARRA SANCHEZ (Safety Coordinator) | (661) 446-3346 |
| 2. | VICTOR GONZALEZ (Safety/HR Assistant) | (559) 920-0041 |
| 3. | JOHN DELAPENA (Human Resources) | (661) 849-2722 |

Manténgase con el trabajador lastimado, pero asegúrese que alguien se ubica tanto en el camino como en la avenida para que el vehículo de emergencia los pueda ver. Avísele al despachador que usted tendrá personal esperándolos en el camino. Manténgase en el teléfono con el despachador hasta que la ambulancia haya encontrado el lugar donde usted se encuentra.

Sistema de Emergencia en Áreas Rurales, sin Recepción de Teléfono o Radio.

Si usted está en área rural en la que no hay recepción para radio ni para teléfono celular, suba al empleado en el vehículo de usted.

Diríjase al **Servicio de Hospital de Emergencia** más cercano. En el trayecto hágase acompañar por otro empleado. **Este empleado debe ser capaz de continuar comunicándose con el 9-1-1.**

Al comunicarse con el 9-1-1, póngase de acuerdo en un lugar para que la ambulancia reciba al empleado lastimado. Asegúrese de indicar claramente al despachador, el lugar exacto donde va a encontrar a la ambulancia.

La hora y el lugar son muy importantes para este contacto, manténgase en el teléfono con el despachador hasta que usted se haya encontrado con el equipo de ambulancia.

En caso de que no haya recepción de teléfono ni de radio, continúe llevando al empleado lastimado directamente a la **estación de bomberos o servicio de emergencia de hospital más cercano.**

VIII. ACLIMATACION

La aclimatación es el cambio fisiológico temporal y gradual que se produce en el cuerpo cuando la carga térmica originada en el medio ambiente a la cual el cuerpo está acostumbrado aumenta significativa y repentinamente debido a cambios ambientales bruscos. En términos más simples, el cuerpo necesita tiempo para adaptarse cuando la temperatura aumenta repentinamente. Por eso, los empleados corren el riesgo de sufrir enfermedades causadas por el calor si no se toman el trabajo con calma durante una ola de calor, o cuando comienzan un empleo nuevo que les exige estar expuestos a temperaturas muy altas a las que el cuerpo todavía no se adaptó.

Una aclimatación inadecuada puede ser mucho más peligrosa en condiciones de altas temperaturas y estrés físico. Los empleadores son responsables de las condiciones laborales de sus empleados y deben actuar de manera eficaz, cuando debido a estas condiciones los empleados queden repentinamente expuestos a un grado de calor al que no están acostumbrados.

- El clima será monitoreado todos los días. El supervisor/mayordomo estará atento a cualquier ola de calor o aumento repentino de la temperatura a la cual los empleados no hayan estado expuestos por varias semanas o más tiempo.
- Un supervisor/mayordomo o una persona designada observará de cerca a todos los empleados durante una ola de calor.
- Durante una ola de calor o un pico de calor, el trabajo se evaluará y se considerará reducir la jornada laboral (por ejemplo, terminar la jornada de trabajo a las 12 p.m.); de ser posible, se reprogramará el trabajo (por ejemplo, se trabajará por la noche o durante las horas más frescas del día) o, de ser posible, se suspenderá por ese día.
- Cuando se trate de empleados nuevos, se debe disminuir la intensidad del trabajo durante un período de adaptación de dos semanas (por ejemplo, programar para las horas más calurosas del día, el trabajo que requiera menos esfuerzo físico y que pueda realizarse más lentamente, y el trabajo más pesado durante las horas más frescas del día, es decir, primeras horas de la mañana o por la tarde
- El supervisor/mayordomo o persona designada debe prestarles mucha atención a los empleados nuevos y estar atento a la aparición de síntomas relacionados con enfermedades causadas por el calor. Un supervisor/mayordomo o una persona designada debe observar de cercas a un empleado que ha sido asignado recientemente a un área de altas temperaturas durante los primeros 14 días de trabajo del empleado.
- A los empleados nuevos se les asignará un “compañero” o colega con más experiencia para que se vigilen mutuamente y estén atentos a cualquier malestar o síntoma de enfermedades causadas por el calor.
- Durante una ola de calor, se debe observar atentamente a todos los empleados (o mantener una comunicación fluida por teléfono o radio), y estar atento a posibles síntomas de enfermedades causadas por el calor.
- Los empleados y supervisores recibirán una capacitación sobre la importancia de la aclimatación, cómo se logra y qué disponen sobre este tema los procedimientos de la compañía.

IX. ENTRENAMIENTO

Al inicio de cada temporada, los empleados, mayordomos y supervisores que trabajan al aire libre, son entrenados en los siguientes temas sobre prevención de enfermedades causadas por el calor:

1. Factores de riesgo ambientales para enfermedades causadas por el calor. “**Factores de riesgo ambientales para enfermedades causadas por el calor**” significa condiciones de trabajo que crean la posibilidad de que puedan ocurrir enfermedades causadas por el calor, incluyendo la temperatura del aire, humedad relativa, calor radiante por el sol y otras fuentes; fuentes conductoras de calor como el suelo, movimiento del aire, severidad y duración de la carga de trabajo, ropa protectora y equipo personal de protección de trabajo de los empleados.
2. Factores de riesgo personales para enfermedades causadas por el calor. “**Factores de riesgo personales para enfermedades causadas por el calor**” significa factores tales como la edad del trabajador, su grado de aclimatación, salud, consumo de agua, consumo de alcohol, consumo de cafeína, y uso de medicamentos que afectan la retención de agua del cuerpo, u otras respuestas fisiológicas al calor.
3. Los procedimientos de la compañía, para cumplir con los estándares para la prevención de enfermedades causadas por el calor, incluyendo entre otros (la responsabilidad del empleador de proporcionar agua, sombra, descansos para refrescarse y acceso a primeros auxilios, así como también el derecho de los empleados de ejercer sus derechos bajo esta norma sin temor a represalias).
4. La importancia de consumir agua frecuentemente en cantidades pequeñas, de 3 a 4 vasos de agua por hora, incluyendo al inicio de la jornada, a fin de re-emplazar el agua perdida al sudar.
5. La importancia de la aclimatación. **Aclimatación** es el proceso en el que una persona gradualmente se adapta a trabajar en el calor cuando se expone a este. Para la mayoría de las personas, la aclimatación toma de 4 a 14 días de trabajo regular bajo el calor, trabajando por lo menos dos horas por día. **Los supervisores /mayordomos o persona designada** deben observar y monitorear señales de enfermedades causadas por el calor, especialmente durante los primeros días de trabajo en altas temperaturas. **Los empleados** también deben tener especial cuidado sobre las señales de estrés causado por el calor, hasta en tanto se hayan aclimatado con el calor.
6. Los empleados deben usar ropa apropiada para el trabajo que realizan, siguiendo las siguientes guías:
Vestir ropa de colores claros de tela que sea permeable al aire y floja, como el algodón. Muchos materiales sintéticos no proveen ventilación adecuada.
Generalmente, es deseable no vestir tanta ropa en ambientes calientes, excepto cuando la temperatura del aire excede 95 grados Fahrenheit, o cuando una persona se encuentra a un lado de una fuente de calor radiante o expuesto al sol; en esas circunstancias, beneficia el cubrirse la piel para reducir el estrés y las quemaduras causadas por el calor.
Utilice zapatos apropiados para trabajo. Las sandalias con los dedos de los pies descubiertos no se pueden usar en el lugar de trabajo.
7. Los diferentes tipos de enfermedades, señales y síntomas causadas por el calor:

- a) Calambres por el calor: usualmente debido a trabajo pesado y consiste en dolor en músculos como piernas, muslos, estómago y hombros.
 - b) Agotamiento por Calor: dolor de cabeza, mareo, desmayo; debilidad, piel húmeda; cambio de humor como irritabilidad o confusión; malestar estomacal o vómito.
 - c) Insolación: piel seca y caliente sin sudor, confusión mental o pérdida del conocimiento, convulsiones o comportamiento irracional.
8. La importancia de reportar de inmediato a un compañero, mayordomo o supervisor, síntomas o señales de enfermedades por el calor que sienta el empleado o que observe en otro compañero. El reconocimiento y reporte oportuno de síntomas permitirá que se tomen las medidas apropiadas, desde un periodo preventivo para recuperación hasta la atención médica de emergencia.
 9. Procedimientos para responder a síntomas de posible enfermedad causada por el calor, incluyendo como se proveerán los servicios médicos de emergencia en caso de ser necesario.
 10. Procedimientos para contactar los servicios médicos de emergencia, asegurándose de que se darán a los servicios de emergencia, direcciones claras y precisas de cómo llegar al lugar de trabajo, y de ser necesario, para transportación de empleados a un punto donde los servicios médicos de emergencia puedan encontrarlos.
 11. El entrenamiento será conducido en el lenguaje que los empleados puedan entender. El entrenamiento inicial será reforzado con reuniones breves frecuentes.