

COMUNICADO DE PRENSA

Comunicado de Prensa: 2017-68

Fecha: 1 de Agosto de 2017

Cal/OSHA resalta la importancia de vigilar a los trabajadores y reconocer los primeros síntomas de una enfermedad causada por el calor mientras que el Valle Central experimenta temperaturas sofocantes

Oakland—Cal/OSHA quiere recordarles a los empleadores a vigilar a sus empleados que laboran en un intenso calor en busca de señales y síntomas de enfermedades causadas por el calor. [El Servicio Meteorológico Nacional está pronosticando temperaturas peligrosamente altas](#) para gran parte del Valle Central durante el resto de la semana.

Los síntomas de la exposición excesiva al calor incluyen dolor de cabeza, cansancio, mareo, confusión, calambres, agotamiento, y desmayo. Ocurre una enfermedad causada por el calor cuando el cuerpo no puede enfriarse cuando esta sobrecalentado.

"La exposición al calor cuando se trabaja al aire libre puede causar una enfermedad grave o la muerte", dijo Juliann Sum, la directora de Cal/OSHA. "Es importante para quienes trabajen al aire libre, especialmente durante olas de calor, saber protegerse a sí mismos contra las enfermedades causadas por el calor".

Cal/OSHA insta a los trabajadores que puedan estar experimentando el recalentamiento tomar un descanso preventivo para refrescarse a la sombra hasta que los síntomas hayan desaparecido. Los trabajadores con problemas de salud o condiciones médicas preexistentes que reducen la tolerancia al calor, como la diabetes, tienen que estar especialmente alertas. Algunos medicamentos para la presión arterial alta y los antiinflamatorios también pueden aumentar el riesgo de enfermedades causadas por el calor de los trabajadores.

Mantenerse bien hidratado cuando trabaja es uno de los métodos más efectivos para evitar una enfermedad causada por el calor. Cal/OSHA alienta a los trabajadores a beber un cuarto de galón de agua cada hora, preferiblemente bebiendo un vaso de agua de 8 onzas cada 15 minutos. Bebidas como soda, bebidas deportivas, café, bebidas energéticas o té helado no son recomendables para hidratarse. También, los efectos persistentes de las bebidas alcohólicas pueden deshidratar rápidamente el cuerpo cuando hace mucho calor.

Además de los pasos básicos descritos en la [norma de calor de California](#) para empleadores con trabajadores que laboran al aire libre, una temperatura de 95 grados Fahrenheit o más requiere precauciones [adicionales](#). Entre otras medidas, es importante que los trabajadores sean vigilados activamente en busca de señales de enfermedades causadas por el calor. Esto ayuda a asegurar que los trabajadores enfermos reciban tratamiento inmediato y que los síntomas no se conviertan en una enfermedad grave o la muerte.

En caso de que un trabajador se enferme, los supervisores y compañeros de trabajo deben ser capacitados en los procedimientos de emergencia necesarios para garantizar que el trabajador enfermo obtenga tratamiento de inmediato y no se desarrolle una enfermedad grave.

Cal/OSHA inspecciona los lugares de trabajo al aire libre en agricultura, construcción, jardinería y otras operaciones durante la temporada de calor.

El programa Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor de Cal/OSHA, el primero de énfasis especial de su tipo en la nación, incluye la aplicación de normas de calor, así como un programa multilingüe de alcance y capacitación para los empleadores y empleados de California. Información en línea sobre los requisitos de prevención de enfermedades causadas por el calor y materiales de capacitación están disponibles en la [página web de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor](#) de Cal/OSHA y el [sitio de la campaña Agua. Descanso. Sombra](#). Una [herramienta electrónica de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor](#) también está disponible en el sitio web de Cal/OSHA.

Cal/OSHA ayuda a proteger a los trabajadores contra los peligros laborales de la salud y seguridad en casi todos los lugares de trabajo en California. Los empleadores y trabajadores que tienen preguntas o necesitan asistencia con programas de salud y seguridad en el lugar de trabajar pueden llamar a los [Servicios de Consulta de Cal/OSHA](#) al 800-963-9424.

Las denuncias sobre peligros para la salud y seguridad en el lugar de trabajo pueden ser presentadas confidencialmente en las [oficinas de distrito de Cal/OSHA](#). Los empleados con preguntas o quejas relacionadas con el trabajo pueden llamar al Centro de Atención Telefónica del DIR en inglés o español al 844-LABOR-DIR (844-522-6734).

Para consultas de medios, contacte a Erika Monterroza o Paola Laverde al (510) 286-1161. Se recomienda a los medios [suscribirse para recibir alertas por correo electrónico](#) sobre los comunicados de prensa u otras actualizaciones departamentales del DIR.

###



El [Departamento de Relaciones Industriales de California](#), creado en 1927, protege y mejora la salud, seguridad y bienestar económico de más de 18 millones de trabajadores y ayuda a sus empleadores a cumplir con las leyes laborales estatales. El DIR es parte de la [Agencia del Trabajo y Desarrollo de la Fuerza Laboral](#). Para consultas no relacionadas con los medios contacte al Centro de atención telefónica de Comunicaciones del DIR al 1-844-LABOR-DIR (1-844-522-6734) para obtener ayuda para localizar la [división o programa](#) en nuestro departamento.