

## **GOLDEN RAIN FOUNDATION**

# **Programa de Prevención de Enfermedades Causadas por el Calor**

---

### **PROPÓSITO**

El propósito de este Programa de Prevención de Enfermedades por Calor (HIPP, por sus siglas en inglés) es comunicar y crear conciencia para los empleados de GRF sobre los peligros para la salud relacionados con el calor. El HIPP describe los procedimientos y las medidas de prevención para abordar el impacto de las enfermedades causadas por el calor en entornos de trabajo de GRF al aire libre y en interiores. También proporciona información sobre orientación y recursos para mantenerse a salvo, tanto en interiores como en exteriores, cuando las temperaturas suben a niveles que pueden representar tales peligros para la salud.

### **CESIÓN DE RESPONSABILIDAD**

La autoridad y responsabilidad general para implementar las disposiciones de este programa en GRF es Eric Wong, Director de Recursos Humanos en asociación con Ann Mottola, Directora de Servicios Comunitarios y Jeroen Wright, Director de Operaciones Mutuas.

Además, todos los gerentes y supervisores son responsables de implementar y mantener el HIPP en sus áreas de trabajo asignadas y de garantizar que los trabajadores reciban respuestas a sus preguntas sobre estos procedimientos de seguridad.

Todos los empleados son responsables de utilizar prácticas de trabajo seguras; seguir todas las directivas, políticas y procedimientos; y ayudar a mantener un entorno de trabajo seguro.

### **CAPACITACIÓN**

Se brindará capacitación a todos los empleados de GRF que trabajen en ambientes exteriores o interiores que corran el riesgo de exposición a altas temperaturas. Se mantendrán registros de capacitación e incluirán la fecha de la capacitación, quién realizó la capacitación, los asistentes a la capacitación y los temas tratados. Los registros de capacitación se mantendrán en el departamento de Recursos Humanos.

1. Todos los Supervisores Gerentes, Líderes Superiores y Capataz (también denominados Líderes de Supervisión para los fines administrativos del HIPP)

recibirán capacitación inicial sobre el HIPP y la importancia de sus funciones y responsabilidades para garantizar el éxito del Programa. Los nuevos líderes de supervisión serán capacitados antes de ser asignados para supervisar a otros trabajadores. La capacitación incluirá los procedimientos escritos de GRF y los pasos que deben seguir los líderes supervisores cuando los empleados presentan síntomas consistentes con enfermedades causadas por el calor.

2. Todos los empleados que trabajen en ambientes exteriores e interiores que corran el riesgo de contraer enfermedades causadas por el calor recibirán capacitación sobre el HIPP. Es responsabilidad de la Fundación proporcionar agua, acceso a áreas de enfriamiento o sombra, descansos preventivos para refrescarse y primeros auxilios. Todos los empleados de GRF tienen derecho a ejercer sus derechos en virtud del HIPP sin temor a represalias.
3. Los líderes supervisores recibirán capacitación en primeros auxilios apropiados y/o respuesta de emergencia a diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor y se les informará que las enfermedades causadas por el calor pueden progresar rápidamente de signos y síntomas leves a una enfermedad grave y potencialmente mortal.
4. Se instruirá a los Líderes de Supervisión sobre cómo se utilizará la información meteorológica revisada por la Alta Dirección para modificar los horarios de trabajo, aumentar el número de pausas para beber agua y descansar, o cesar el trabajo antes de tiempo si es necesario.
5. Los líderes supervisores recibirán capacitación relacionada con la seguridad antes de trabajar. La capacitación incluirá todos los aspectos de la implementación de los procedimientos escritos de esta empresa, incluido el acceso a suficiente agua y sombra o áreas de enfriamiento, descansos para enfriarse, procedimientos de altas temperaturas, procedimientos de respuesta a emergencias, medidas de control, importancia del consumo frecuente de agua, diferentes tipos de enfermedades causadas por el calor, signos y síntomas comunes de las enfermedades causadas por el calor y procedimientos de aclimatación. Los empleados y los líderes de supervisión también recibirán capacitación sobre los factores de riesgo ambientales y personales de las enfermedades causadas por el calor, así como la carga de calor en el cuerpo causada por el esfuerzo, la ropa y el equipo de protección personal. Se hará especial hincapié en la importancia de informar inmediatamente sobre los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor (*véase el Apéndice B*).
6. Además de la capacitación inicial, los trabajadores serán reentrenados o recordados anualmente sobre los procedimientos de HIPP, incluida la conciencia y las expectativas de seguridad durante los días de calor excesivo.
7. Los empleados designados recibirán capacitación sobre los pasos para obtener asistencia o comunicarse con los servicios médicos de emergencia, y la importancia de permanecer en la escena para reunirse y ayudar a dirigir a los servicios de emergencia a la ubicación de un empleado que pueda enfermarse debido al estrés relacionado con el calor.

8. En los días de calor excesivo, los empleados recibirán recordatorios para reforzar la prevención de enfermedades causadas por el calor, recordatorios para beber agua con frecuencia durante el día y la importancia de reponer los suministros de agua según sea necesario a través de recursos en el lugar. Se discutirá la ubicación de los recursos de agua potable en el lugar. También se recordará a los empleados sobre las áreas de sombra o enfriamiento, y se les recordará que deben estar atentos a los signos y síntomas de enfermedades causadas por el calor entre los compañeros de trabajo.
9. Además, se instruirá a los nuevos trabajadores para que se comuniquen con un capataz u otro representante de la gerencia del departamento interno o externo para obtener ayuda.

## **SUMINISTRO DE AGUA**

1. Se proporcionará a los trabajadores agua fresca, pura y convenientemente fría de forma gratuita. Los empleados pueden acceder al agua en cualquiera de las instalaciones de la sala de descanso de GRF.
  - A. Para los empleados que trabajan al aire libre en el campo, se llevarán recipientes de agua potable de un mínimo de 5 galones cada uno al lugar de trabajo en los días de calor excesivo para que al menos 2 cuartos de galón de agua por empleado estén disponibles durante todo el día. Todos los empleados tendrán acceso a agua potable en las instalaciones donde comience su turno.
  - B. Para los empleados que están asignados a trabajar al aire libre, se proporcionarán recipientes de agua de plástico de 1 cuarto (como mínimo) a cada empleado para uso personal y para llenar con los recipientes de agua que se llevan a los lugares de trabajo. Se anima a los empleados a escribir sus nombres en sus contenedores para no confundirlos con los contenedores de otros empleados y mantenerlos limpios.
2. Los Líderes Supervisores se asegurarán de que el agua sea fresca, pura y adecuadamente fresca a través de instrucciones sobre dónde ubicar o recuperar el agua potable de los recursos de dispensación apropiados. Durante el clima cálido o las condiciones de trabajo de alto calor en interiores, el agua estará más fría que la temperatura ambiente, pero no tanto como para causar molestias.
3. Los empleados podrán acceder al agua en todos los lugares de trabajo asignados y en las proximidades de lugares sombreados o instalaciones de enfriamiento mediante el uso de recipientes de agua portátiles.
4. Se recordará y alentará a los trabajadores a consumir con frecuencia pequeñas cantidades de agua al comienzo de su turno y durante todo el día.

5. Todos los recipientes de agua se mantendrán en condiciones sanitarias. El agua suministrada a través de un recurso no potable no es aceptable.
6. Para los lugares de trabajo al aire libre, cuando la temperatura sea igual o superior a 95 grados Fahrenheit, o durante una ola de calor, se comunicarán reuniones o recordatorios previos al turno antes del comienzo del trabajo para alentar a los empleados a beber mucha agua y recordarles su derecho a tomar descansos para refrescarse cuando sea necesario. Además, se aumentará el número de pausas para beber agua según corresponda para prevenir enfermedades individuales por calor de los empleados. Los líderes supervisores predicarán con el ejemplo y recordarán a los trabajadores durante todo el turno de trabajo que beban agua. (Consulte los Procedimientos de calor alto a continuación).

## **ACCESO A LA SOMBRA**

En situaciones en las que se utilizan sombras de edificios, árboles u otra vegetación para proporcionar sombra, se evaluará el grosor y la forma del área sombreada antes de asumir que se está proyectando suficiente sombra para proteger a los empleados.

1. Antes de construir sombra, árboles u otra vegetación que proporcione sombra, se evaluará el grosor y la forma del área sombreada para garantizar que se proyecte suficiente sombra para proteger a los trabajadores durante toda la jornada laboral, a medida que la sombra se mueve.
  2. La sombra estará lo más cerca posible de los trabajadores cuando la temperatura exterior sea igual o superior a 80 grados Fahrenheit. Si no hay sombra disponible a través de lugares de enfriamiento o estructuras de sombra y si las temperaturas están por debajo de los 80 grados Fahrenheit, a solicitud del empleado, se obtendrá asistencia médica.
  3. Habrá suficiente sombra disponible en el sitio o se proporcionará un lugar de enfriamiento para acomodar a todos los trabajadores que estén en un descanso en cualquier momento. Durante los períodos de comida, habrá suficiente sombra para todos los trabajadores que elijan permanecer en el área general de trabajo o en las áreas designadas para períodos de recuperación y descanso. Si la sombra no está disponible, los empleados serán dirigidos a otro lugar que proporcione sombra adecuada o a una de las varias opciones de ubicación de enfriamiento de GRF. Para garantizar que la sombra proporcionada sea suficiente, los empleados pueden rotar dentro y fuera de los descansos, incluidos los períodos de comida, y los períodos de recuperación y descanso, si el número de trabajadores en la tripulación es mayor que el número de trabajadores que pueden caber cómodamente bajo la sombra.

4. Se informará a los trabajadores de los lugares de sombra o enfriamiento y se les alentará a tomar un descanso de cinco minutos para enfriarse. Dicho acceso estará permitido en todo momento. Un empleado que tome un descanso preventivo para refrescarse será monitoreado, se le alentará a permanecer en la sombra y se le preguntará si experimenta síntomas de enfermedad por calor. En ningún caso se ordenará al trabajador que regrese al trabajo hasta que los signos y síntomas de la enfermedad causada por el calor hayan disminuido.
5. Si no se dispone de sombra adecuada o si los empleados no están a una distancia accesible de un lugar de refrigeración, las estructuras de sombra pueden instalarse y reubicarse para que se coloquen lo más cerca posible de los empleados que trabajan al aire libre, de modo que se proporcione acceso a la sombra en todo momento. Para garantizar que esto se haga, los líderes supervisores del departamento determinarán si se necesita una estructura de sombra. Todos los trabajadores en recuperación, descanso o período de comida tendrán acceso completo a la sombra para que puedan sentarse en una postura normal sin tener que estar en contacto físico entre sí.

## **ACCESO A LAS ZONAS DE ENFRIAMIENTO**

Las áreas de enfriamiento están ubicadas en las salas de descanso de los empleados en cada centro de trabajo de los empleados, incluidos los edificios de oficinas Gateway y Mutual Operations (MOD). La sala de descanso de las instalaciones de Golf Landscape también está disponible para estos fines y está abierta / accesible a través de la puerta del almacén. El personal acuático también puede utilizar la oficina administrativa ubicada en Tice Creek Fitness Center para tales fines. La temperatura en las áreas interiores de enfriamiento de GRF se mantendrá a menos de 82 grados Fahrenheit mediante el uso de sistemas de aire acondicionado.

Las áreas de enfriamiento estarán disponibles para acomodar colectivamente a todos los empleados que estén en un descanso en cualquier momento y tendrán suficiente espacio para que todos los trabajadores en descanso puedan sentarse en una postura normal en el área de enfriamiento sin tener que estar en contacto físico entre sí.

Se informará a los trabajadores de la ubicación de las áreas de enfriamiento y se les permitirá y alentará a tomar descansos para enfriarse cuando consideren que deben hacerlo para fomentar la prevención de enfermedades causadas por el calor. Un empleado que tome un descanso preventivo para enfriarse será monitoreado y se le preguntará si está experimentando síntomas de enfermedad por calor. En ningún caso se ordenará al empleado que regrese al trabajo hasta que los signos o síntomas de la enfermedad causada por el calor hayan disminuido. Si un empleado presenta signos o síntomas de enfermedad

por calor mientras se encuentra en un descanso preventivo para refrescarse, se le proporcionarán los primeros auxilios o los servicios de emergencia adecuados. Los períodos de descanso preventivo para el enfriamiento serán de al menos 5 minutos, además del tiempo necesario para acceder al área de enfriamiento.

## **CONTROL DE LA TEMPERATURA EXTERIOR E INTERIOR**

### Temperaturas exteriores

Los Líderes de Supervisión serán capacitados e instruidos para verificar el pronóstico del tiempo extendido con anticipación. Los pronósticos meteorológicos se verificarán para verificar las condiciones climáticas y los pronósticos a través del sistema de monitoreo meteorológico

(<https://owc.enterprise.earthnetworks.com/OnlineWeatherCenter.aspx?aid=4591>) de *Earth Networks*, que está disponible a través de Internet y ciertos dispositivos móviles. Los Líderes de Supervisión también pueden verificar las condiciones climáticas poniéndose en contacto con un Gerente Senior o Recursos Humanos, quienes verificarán los pronósticos meteorológicos y las temperaturas utilizando el mismo recurso de información.

1. Antes de cada día de trabajo, se revisará la temperatura y la humedad pronosticadas para el lugar de trabajo y se compararán con la Tabla del Índice de Calor (Apéndice A) para evaluar el nivel de riesgo de exposición a enfermedades causadas por el calor. Se determinará la probabilidad de que los empleados estén expuestos a temperaturas y humedad caracterizadas como "precaución extrema" o "peligro extremo" para las enfermedades causadas por el calor.
2. Cuando se esperan temperaturas superiores a 95 grados, se implementarán procedimientos de calor alto que incluyen métodos de comunicación, recordatorios continuos y monitoreo cercano de los miembros del equipo.

### Temperaturas interiores

Se utilizará un termómetro de interior en lugares de trabajo interiores para controlar las temperaturas o el índice de calor. Estos entornos de trabajo incluyen lugares interiores que no tienen sistemas de aire acondicionado para proporcionar un enfriamiento adecuado. Los termómetros se mantendrán de acuerdo con las recomendaciones del fabricante y los instrumentos utilizados para medir el índice de calor se basarán en la tabla de índice de calor como se indica en el Apéndice A del HIPP. Las ubicaciones de los termómetros de temperatura interior son:

A. Piscina de Tice Creek

B. Taller mecánico de transporte

C. Almacén de Golf

1. El índice de temperatura o calor será medido y registrado por los Líderes Supervisores.
2. Los registros de las mediciones de temperatura o índice de calor, el valor que sea mayor, se conservarán durante 1 año o hasta que se tomen las próximas mediciones, lo que ocurra más tarde, y se pondrán a disposición de los empleados o representantes designados que lo soliciten en los lugares de trabajo enumerados anteriormente. Los registros incluirán la fecha, la hora y la ubicación específica de todas las mediciones. Los gerentes de departamento son responsables de mantener estos registros.
3. Las mediciones iniciales de la temperatura o del índice de calor se deben tomar en el lugar donde trabajan los empleados y en momentos durante el turno de trabajo cuando se espera que la exposición de los trabajadores sea mayor, y cuando se anticipa que las temperaturas sean iguales o superiores a 82 grados Fahrenheit.
4. Las mediciones se tomarán nuevamente cuando se espere razonablemente que sean 10 grados Fahrenheit o más por encima de las mediciones anteriores donde trabajan los empleados y en momentos durante el turno de trabajo cuando se espera que las exposiciones de los empleados a temperaturas más altas sean mayores.

## **MEDIDAS DE CONTROL PARA LUGARES DE TRABAJO INTERIORES**

Se implementarán medidas de control cuando ocurra alguna de las siguientes situaciones:

1. La temperatura interior o el índice de calor es de 87 grados Fahrenheit o más.
2. La temperatura interior es de 82 grados Fahrenheit o más y los trabajadores:
  - Usar ropa que restrinja la eliminación de calor o
  - Trabajar en un área con alto calor radiante.

Los empleados que trabajen en la mayoría de las instalaciones de trabajo en interiores tendrán acceso a temperaturas de aire controladas mediante el uso de sistemas de aire acondicionado. Los ventiladores de enfriamiento también están disponibles para soporte adicional.

Para los empleados que trabajen en lugares interiores sin aire acondicionado o uso efectivo de ventiladores de enfriamiento, se permitirá la frecuencia de los descansos y según sea

necesario para que los empleados puedan descansar en un ambiente más fresco, como un lugar sombreado o un edificio con aire acondicionado.

Si las operaciones no permiten aumentar la frecuencia de los descansos, el departamento seguirá el Apéndice C - Procedimientos operativos de GRF en los días de calor excesivo.

Además, los horarios de trabajo pueden modificarse a discreción del Gerente Superior para incluir turnos más cortos; turnos más temprano en la mañana; o en otros momentos en los que no se espera que las temperaturas interiores superen los índices de calor indicados anteriormente y para ayudar a evitar la exposición excesiva al calor.

## **PROCEDIMIENTOS DE ALTA TEMPERATURA**

Los procedimientos de altas temperaturas son medidas preventivas adicionales que la Fundación Golden Rain utilizará cuando la temperatura sea igual o superior a 95 grados Fahrenheit en lugares de trabajo al aire libre.

1. Se utilizará la comunicación efectiva a través de la comunicación en persona o el uso de dispositivos de comunicación electrónica para que los empleados en el lugar de trabajo puedan comunicarse con un supervisor cuando sea necesario, cuando la comunicación cara a cara no sea posible.
2. Se mantendrá una comunicación frecuente con los empleados que trabajen solos o en grupos más pequeños a través del contacto en persona o a través de dispositivos electrónicos de comunicación. Se instruirá a los empleados para que estén atentos a los posibles síntomas de las enfermedades causadas por el calor (consulte el Apéndice B). Los empleados que trabajan en el campo serán supervisados regularmente y con la mayor frecuencia posible o trabajarán en equipos, ya que es posible que un trabajador en apuros no pueda pedir ayuda por sí solo.
3. La comunicación efectiva y la observación directa del estado de alerta y los signos y síntomas de la enfermedad por calor se llevarán a cabo con frecuencia. Cuando los Líderes Supervisores no estén disponibles, el Supervisor Gerente designará a una persona responsable alternativa con anticipación y la persona responsable será asignada para observar y buscar signos y síntomas de enfermedades causadas por el calor. Si un Líder de Supervisión o cualquier empleado reporta cualquier signo o síntoma de enfermedad por calor en cualquier empleado, la persona con responsabilidades de comunicación tomará medidas inmediatas proporcionales a la gravedad de la enfermedad (consulte Procedimientos de Respuesta a Emergencias).
4. Se les recordará a los empleados durante su turno de trabajo que beban mucha agua y tomen descansos preventivos para refrescarse cuando sea necesario. Esto será fomentado a lo largo del día por los Líderes de Supervisión u otra persona designada por la gerencia.



5. Se proporcionará información antes del comienzo del trabajo o en previsión de días con calor excesivo para revisar los procedimientos de calor alto de HIPP, alentar a los trabajadores a beber mucha agua y recordarles a los trabajadores su derecho a tomar un descanso para enfriarse cuando sea necesario.

## **PROCEDIMIENTOS DE OLAS DE CALOR PARA LUGARES DE TRABAJO AL AIRE LIBRE**

Se considera ola de calor cualquier día en el que la temperatura máxima prevista para el día sea de al menos 80 grados Fahrenheit y al menos 10 grados Fahrenheit más alta que la temperatura máxima diaria promedio de los cinco días anteriores.

1. Durante una ola de calor, todos los trabajadores serán observados de cerca por un Líder Supervisor u otras personas designadas por la gerencia para detectar signos visuales de enfermedades relacionadas con el calor. La comunicación verbal también se utilizará para verificar la salud y la seguridad y para garantizar que los empleados no experimenten síntomas relacionados con las enfermedades causadas por el calor.
2. Durante una ola de calor o pico de calor y antes de comenzar a trabajar, se llevarán a cabo reuniones u otra comunicación en persona para revisar los estándares HIPP de GRF, el pronóstico del tiempo y los procedimientos de respuesta a emergencias. Además, si las modificaciones del horario no son posibles, se proporcionará a los trabajadores un mayor número de descansos para beber agua y descansar y se les observará de cerca para detectar signos y síntomas de enfermedades causadas por el calor.
3. Se alentará a cada trabajador a ser un "amigo" de los demás, y a estar atento a los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor y a asegurarse de que se inicien los procedimientos de emergencia cuando alguien muestre posibles signos o síntomas de enfermedades causadas por el calor.

## **PROCEDIMIENTOS PARA LA ACLIMATACIÓN**

La aclimatación es la adaptación temporal del cuerpo al trabajo en el calor que se produce gradualmente cuando una persona está expuesta a temperaturas más altas. El cuerpo necesita tiempo para adaptarse cuando las temperaturas aumentan repentinamente, y un trabajador corre el riesgo de enfermarse por calor al no adaptarse adecuadamente cuando se produce una ola de calor o un pico de calor, o cuando comienza un nuevo trabajo que expone al trabajador al calor al que el cuerpo del trabajador aún no se ha adaptado. La aclimatación inadecuada puede ser significativamente más peligrosa en condiciones de mucho calor y estrés físico. Los siguientes son procedimientos de protección adicionales

que se implementarán cuando las condiciones resulten en una exposición repentina al calor a la que los empleados no están acostumbrados:

1. El clima será monitoreado diariamente. Los líderes supervisores estarán atentos a las olas de calor, picos de calor o temperaturas a las que los empleados no hayan estado expuestos durante varias semanas o más.
2. Los nuevos empleados y aquellos que han sido asignados recientemente a un área de alto calor serán observados de cerca por la persona designada por la gerencia de los Líderes Supervisores durante al menos los primeros 14 días. La comunicación verbal se utilizará para recordar a los trabajadores las normas de prevención de enfermedades causadas por el calor, verificar el estado de salud y seguridad, y garantizar que los empleados no experimenten síntomas relacionados con las enfermedades causadas por el calor.
3. Para las áreas de trabajo interiores, este período de observación de 14 días se aplica cuando la temperatura o el índice de calor son iguales o superiores a 87 grados Fahrenheit, o cuando la temperatura o el índice de calor son iguales o superiores a 82 grados Fahrenheit cuando un trabajador usa ropa que restringe la eliminación de calor o cuando un trabajador trabaja en un área de calor radiante alto.
4. Se capacitará a los empleados sobre la importancia de la aclimatación, cómo se desarrolla y cómo estos procedimientos de HIPP abordan la necesidad de preparación y concienciación.

## **PROCEDIMIENTOS PARA LA RESPUESTA A EMERGENCIAS**

1. Los medios y procesos efectivos para llevar servicios de emergencia a un empleado que los necesite, o a un empleado que necesite servicios médicos de emergencia, serán garantizados por el Líder Supervisor u otra persona designada por la gerencia responsable.
2. El personal debidamente capacitado y equipado a través de Securitas brindará primeros auxilios en el lugar y ayudará a determinar si se debe llamar a los servicios médicos de emergencia externos para obtener ayuda médica.
3. Para garantizar que se pueda llamar a los servicios médicos de emergencia, todos los Líderes de Supervisión tendrán acceso o llevarán consigo dispositivos de comunicación como un teléfono celular o dispositivos de comunicación bidireccional. Estos dispositivos de comunicación serán revisados antes de cada turno para asegurarse de que están en funcionamiento.
4. Cuando un empleado muestra signos o síntomas de una enfermedad grave por calor, se llamará a los servicios médicos de emergencia y se tomarán medidas de inmediato para mantener al trabajador afectado fresco y cómodo para evitar la progresión a una enfermedad más grave. En ningún caso se dejará desatendido al trabajador afectado.

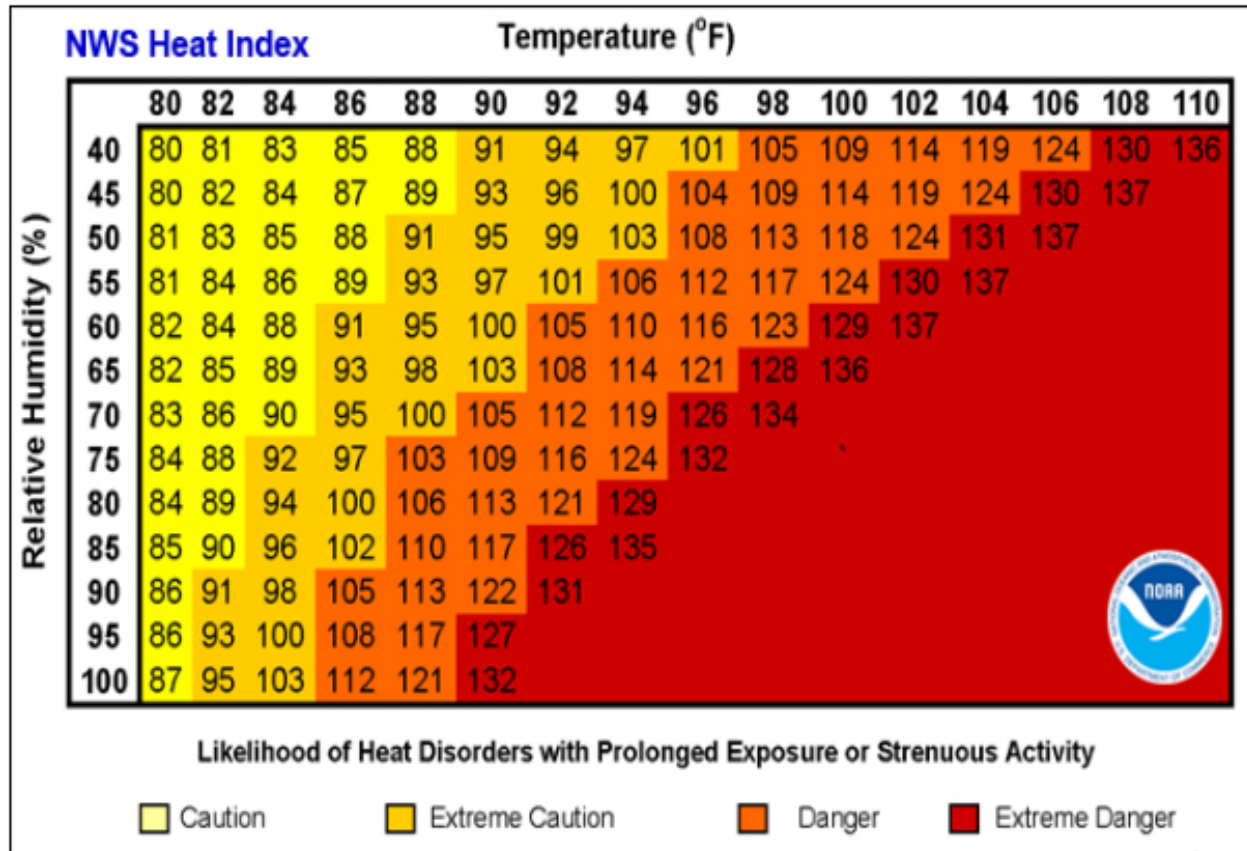
5. Durante una ola de calor, un pico de calor o temperaturas altas, se recordará y alentará a los trabajadores a informar de inmediato a su líder supervisor cualquier signo o síntoma que estén experimentando.
6. Los Líderes de Supervisión serán capacitados en estos procedimientos escritos para la respuesta a emergencias.

## **PROCEDIMIENTOS PARA AUXILIAR A UN EMPLEADO AFECTADO POR UNA ENFERMEDAD CAUSADA POR EL CALOR**

1. Cuando un empleado muestra posibles signos o síntomas de enfermedad por calor, un Líder Supervisor u otra persona designada por la gerencia evaluará al trabajador enfermo y determinará si descansar en un área sombreada o refrescante apropiada y beber agua fría será suficiente, o si será necesario llamar a los proveedores de servicios de emergencia. Se hará referencia al Apéndice B para obtener información adicional y apoyo para la toma de decisiones. Un empleado enfermo no quedará desatendido hasta que se establezca o hasta que se brinde asistencia médica.
2. Cuando un empleado muestra posibles signos o síntomas de enfermedad por calor y no hay un trabajador de primeros auxilios capacitado o un líder supervisor disponible en el lugar de trabajo, los proveedores de servicios de emergencia serán llamados por el gerente del departamento, el gerente superior, el personal de Recursos Humanos o cualquier empleado disponible que pueda ayudar.
4. Tenga en cuenta que, en situaciones de mucho calor, es importante que los empleados se preocupen por el bienestar de los demás, independientemente de su posición. En este sentido, se alienta a todos los empleados a ser "amigos" entre sí, y a estar atentos a los signos y síntomas de las enfermedades causadas por el calor y a asegurarse de que se inicien los procedimientos de emergencia cuando alguien muestre posibles signos o síntomas de enfermedades causadas por el calor.
3. Se llamará a los proveedores de servicios de emergencia de inmediato si un empleado muestra signos o síntomas de una enfermedad grave por calor (p. ej., disminución del nivel de conciencia, tambaleo, vómitos, desorientación, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones, cara roja y caliente), no se ve bien o no mejora después de beber agua fría y descansar en la sombra. Mientras los servicios de emergencia están en camino, se iniciarán los primeros auxilios (p. ej., enfriar al trabajador colocándolo en la sombra, quitarle el exceso de capas de ropa y/o abanicar a la víctima).
4. Si un empleado muestra signos o síntomas de enfermedad grave por calor (p. ej., disminución del nivel de conciencia, tambaleo, vómitos, desorientación, comportamiento irracional, habla incoherente, convulsiones, cara roja y caliente), se llamará a los proveedores de servicios de emergencia, se les comunicarán los signos y síntomas de la víctima y se solicitará una ambulancia.
5. Un representante de la gerencia o la persona designada permanecerá con el

empleado hasta que sea entregado al cuidado de un proveedor de servicios de emergencia.

## APÉNDICE A – GRÁFICO DEL ÍNDICE DE CALOR




Classification	Heat Index	Effect on the body
Caution	80°F - 90°F	Fatigue possible with prolonged exposure and/or physical activity
Extreme Caution	90°F - 103°F	Heat stroke, heat cramps, or heat exhaustion possible with prolonged exposure and/or physical activity
Danger	103°F - 124°F	Heat cramps or heat exhaustion likely, and heat stroke possible with prolonged exposure and/or physical activity
Extreme Danger	125°F or higher	Heat stroke highly likely

## APÉNDICE B – SIGNOS, SÍNTOMAS Y TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CALOR

### HEAT-RELATED ILLNESSES

WHAT TO LOOK FOR	WHAT TO DO
<b>HEAT STROKE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>High body temperature (103°F or higher)</li> <li>Hot, red, dry, or damp skin</li> <li>Fast, strong pulse</li> <li>Headache</li> <li>Dizziness</li> <li>Nausea</li> <li>Confusion</li> <li>Losing consciousness (passing out)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Call 911 right away-heat stroke is a medical emergency</li> <li>Move the person to a cooler place</li> <li>Help lower the person's temperature with cool cloths or a cool bath</li> <li>Do not give the person anything to drink</li> </ul>
<b>HEAT EXHAUSTION</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Heavy sweating</li> <li>Cold, pale, and clammy skin</li> <li>Fast, weak pulse</li> <li>Nausea or vomiting</li> <li>Muscle cramps</li> <li>Tiredness or weakness</li> <li>Dizziness</li> <li>Headache</li> <li>Fainting (passing out)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Move to a cool place</li> <li>Loosen your clothes</li> <li>Put cool, wet cloths on your body or take a cool bath</li> <li>Sip water</li> </ul> <p><b>Get medical help right away if:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>You are throwing up</li> <li>Your symptoms get worse</li> <li>Your symptoms last longer than 1 hour</li> </ul>
<b>HEAT CRAMPS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Heavy sweating during intense exercise</li> <li>Muscle pain or spasms</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stop physical activity and move to a cool place</li> <li>Drink water or a sports drink</li> <li>Wait for cramps to go away before you do any more physical activity</li> </ul> <p><b>Get medical help right away if:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cramps last longer than 1 hour</li> <li>You're on a low-sodium diet</li> <li>You have heart problems</li> </ul>
<b>SUNBURN</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Painful, red, and warm skin</li> <li>Blisters on the skin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stay out of the sun until your sunburn heals</li> <li>Put cool cloths on sunburned areas or take a cool bath</li> <li>Put moisturizing lotion on sunburned areas</li> <li>Do not break blisters</li> </ul>
<b>HEAT RASH</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Red clusters of small blisters that look like pimples on the skin (usually on the neck, chest, groin, or in elbow creases)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stay in a cool, dry place</li> <li>Keep the rash dry</li> <li>Use powder (like baby powder) to soothe the rash</li> </ul>



## **APÉNDICE C – PROCEDIMIENTOS OPERATIVOS DE GRF EN DÍAS DE CALOR EXCESIVO**

*(A partir del 21 de agosto de 2024)*

Las siguientes normas se aplican a todos los empleados de GRF que trabajan en entornos que son susceptibles al calor excesivo y pueden estar sujetos a cambios periódicamente y según sea necesario:

- Cuando las temperaturas superan los 95 grados Fahrenheit según lo informado por el Centro Meteorológico en línea de Earth Networks:

*(<https://owc.enterprise.earthnetworks.com/OnlineWeatherCenter.aspx?aid=4591>)*

O, cuando la temperatura interior de una instalación no acondicionada alcanza los 95 grados Fahrenheit, los empleados que trabajan en puestos sensibles al calor pueden, con la aprobación del Gerente del Departamento, irse voluntariamente por el resto de su turno de trabajo. Los empleados pueden optar por utilizar el tiempo de vacaciones acumulado o tomar la parte restante de su turno de trabajo programado como tiempo libre no remunerado.

- Cuando las temperaturas alcanzan los 102 grados Fahrenheit según lo informado por el Centro Meteorológico en línea de Earth Networks, o cuando la temperatura interior de una instalación no acondicionada alcanza los 102 grados Fahrenheit, a discreción de la Alta Dirección, los Gerentes de Departamento pueden: 1) asignar a los empleados que trabajan en puestos afectados por condiciones de calor extremo a otros proyectos de trabajo o tareas para los que están calificados para realizar, en un ambiente más fresco y sombreado; o 2) determinar si los empleados deben ser enviados a casa.
- En caso de que la alta gerencia decida enviar a los empleados afectados a casa por el resto del día debido al calor excesivo a 102 grados Fahrenheit o más, recibirán el pago a su tarifa por hora regular por el resto de su horario no trabajado. No se otorga tiempo pagado para los empleados en esos días que no se presentan a trabajar para su turno programado regularmente.

- Cualquier empleado que experimente dificultades físicas como resultado de las altas temperaturas debe comunicarse de inmediato con su Líder de Supervisión o con el Gerente Senior para analizar las necesidades y opciones de seguridad.