










Trabajadores Agrícolas: Sus Derechos Cuando Trabaja en el Calor Extremo al Aire Libre



Cuando la temperatura exterior es **89 grados Fahrenheit o más (o 31 grados Centígrados o más)**, su empleador está obligado a:

-  Animarle a consumir agua u otras bebidas aceptables con frecuencia para asegurar la hidratación.
-  Permitirle y animarle a tomar tiempo adicional de descanso pagado para enfriarse y evitar el sobrecalentamiento.
-  Monitorearlo para determinar si necesita atención médica cuando muestre signos o síntomas de una enfermedad relacionada con el calor.
-  Asegurarse de que una cantidad suficiente de agua potable adecuadamente fresca es fácilmente accesible para usted en todo momento.
-  Liberarle de sus deberes laborales y proporcionarle los medios suficientes para reducir su temperatura corporal si usted muestra signos o síntomas de una enfermedad relacionada al calor.
-  Proporcionar un **entrenamiento*** en un idioma que usted entienda antes de trabajar en temperaturas exteriores que exceden los 89 grados.
-  Asegurarse de que usted tenga la oportunidad de beber al menos un litro de agua potable por hora.

Cuando la temperatura exterior es **100 grados Fahrenheit o más (o 37 grados Centígrados o más)**, su empleador está obligado a:

-  Siempre tener al menos un área con sombra **adecuada**** que esté abierta al aire, provista de ventilación y enfriamiento, u otros medios suficientes para que usted enfríe la temperatura de su cuerpo.
-  Asegurarse de que usted tenga un **período de descanso de enfriamiento pagado** de al menos 10 minutos *cada dos horas*.

*El **entrenamiento debe incluir**: (a) Los factores ambientales que contribuyen al riesgo de enfermedades relacionadas con el calor; (b) Conocimiento general de los factores personales que pueden aumentar la susceptibilidad a enfermedades relacionadas con el calor, incluidos, entre otros, la edad, el grado de aclimatación, condiciones médicas, el consumo de agua potable, el consumo de alcohol, el consumo de cafeína, el consumo de nicotina y el consumo de medicamentos que afectan la respuesta del cuerpo al calor. Esta información es para uso personal del empleado; (c) El procedimiento del empleador para proporcionar a los empleados medios suficientes para reducir la temperatura corporal para el preventivo descanso de enfriamiento y el requisito de períodos de descanso preventivo durante calor extremadamente alto; (d) La importancia de quitarse el equipo de protección personal que retiene el calor, como la ropa resistente a productos químicos no transpirable, durante todos los descansos; (e) La importancia del consumo frecuente de pequeñas cantidades de agua potable u otras bebidas aceptables; (f) La importancia de la aclimatación; (g) Los diferentes tipos de enfermedades relacionadas con el calor, los signos y síntomas comunes de las enfermedades relacionadas con el calor; y (h) La importancia de informar inmediatamente a la persona a cargo los signos o síntomas de enfermedades relacionadas con el calor, ya sea en ellos mismos o en sus compañeros de trabajo, y los procedimientos que el empleado debe seguir, incluidos los procedimientos de respuesta de emergencia apropiados.

La **sombra no es adecuada cuando el calor en el área de sombra anula el propósito de la sombra, que es permitir que el cuerpo se enfríe. Por ejemplo, un automóvil sentado al sol no proporciona una sombra aceptable para una persona en su interior, a menos que el automóvil esté funcionando con aire acondicionado. La sombra puede ser proporcionada por cualquier medio natural o artificial que no exponga a los empleados a condiciones inseguras o insalubres y que no disuada ni desaliente el acceso o uso.