

Prevención de enfermedades por calor

PROYECTO / OBRA	FECHA	CHARLA DIRIGIDA POR

EL PELIGRO

El calor se acumula durante un turno y durante una semana. El golpe de calor es una emergencia médica, y quien lo sufre suele ser el último en darse cuenta.

QUÉ SALE MAL

- Trabajadores nuevos o que regresan puestos a rendimiento completo en su primer día de calor.
- Agua disponible pero demasiado lejos para tomarla sin perder tiempo.
- Alguien callado y trabajando más lento, y nadie lo revisa.
- Trabajar durante la parte más calurosa del día porque el programa se atrasó.

CONTROLES: ANTES DE EMPEZAR

- Tome agua con regularidad durante el turno, antes de sentir sed.
- Tome descansos en sombra real, y mueva el trabajo pesado a las horas más frescas del día.
- Acostumbre a los trabajadores nuevos y a los que regresan durante varios días en vez de empezar a ritmo completo.
- Observe a sus compañeros para detectar las señales tempranas: calambres, sudoración excesiva, dolor de cabeza, mareo, confusión.
- Si alguien deja de sudar, se confunde o se desmaya, llame al 911 y empiece a enfriarlo de inmediato.

PREGUNTE A LA CUADRILLA

1. ¿Dónde están el agua y la sombra en esta obra, y a qué distancia estamos trabajando de ellas?
2. ¿Quién es nuevo o regresa de tiempo libre esta semana?
3. ¿Cuáles son los síntomas tempranos que buscaría en la persona a su lado?
4. ¿Qué hacemos si alguien cae por el calor, y quién hace la llamada?

REGISTRO DE ASISTENCIA

Todos los presentes firman abajo. Esta hoja es el registro de la charla.

NOMBRE EN LETRA DE MOLDE	FIRMA
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
SUPERVISOR / PERSONA COMPETENTE	FIRMA