MIGRANT CLINICIANS NETWORK MCN

Antonio Tovar-Aguilar, PhD
La Asociación Campesina de Florida y
Emory University

¿Qué saben sobre el estrés causado por el calor?

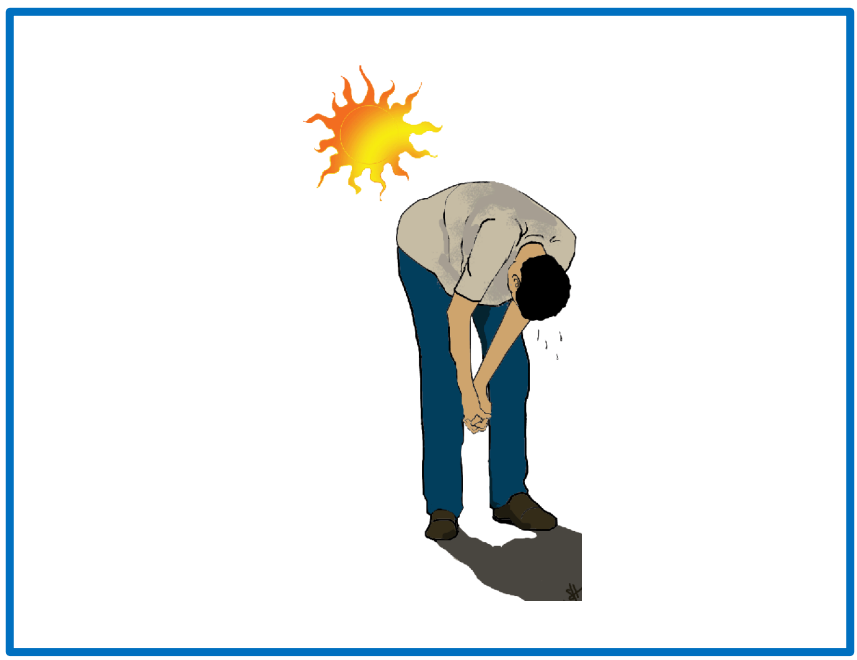
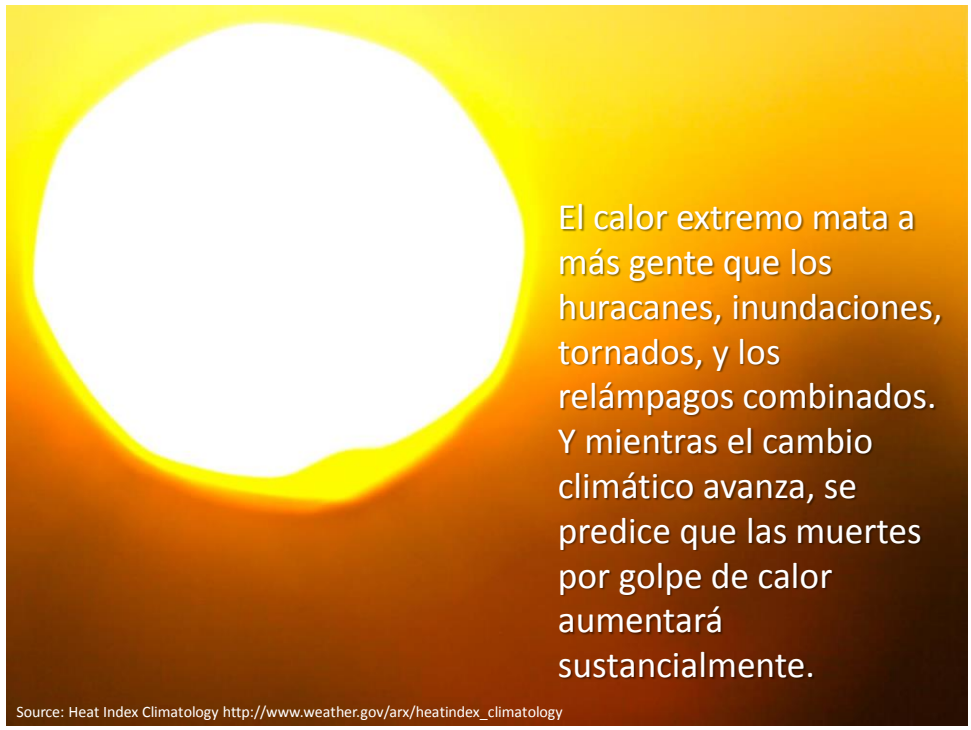


Image via: http://treatingheatstroke.com/heat-stroke-symptoms/

El estrés causado por el calor es cuándo su cuerpo se calienta demasiado y su cuerpo no tiene manera de compensar ese calentamiento.

Total de muertes relacionadas con el calor, 2008-2013

Durante este período de 5 años, un promedio de 28 trabajadores murieron por año..


El calor extremo mata a más gente que los huracanes, inundaciones, tornados, y los relámpagos combinados. Y mientras el cambio climático avanza, se predice que las muertes por golpe de calor aumentará sustancialmente.
Source: Heat Index Climatology http://www.weather.gov/arx/heatindex_climatology

© www.earldotter.com

© www.earldotter.com

© www.earldotter.com

¿Cuál de los siguientes son los síntomas de la insolación?

Síntomas

- Sed extrema
- Erupciones en la piel
- Calambres
- Visión borrosa
- Fatiga y debilidad
- Nausea o mareos
- Sudoración excesiva
- Escalofríos
- Dolor de cabeza
- Piel seca y caliente
- Desmayo

El estrés causado por el calor puede rápidamente convertirse en algo muy serio.

Y si no se trata a tiempo puede causar problemas-a veces muy serios de la salud, incluso la muerte.

Images Via: State of California, Department of Industrial Relations, Heat Illness Prevention 2010 Employer Training PowerPoint

¿Cuáles de los siguientes no son maneras para prevenir el estrés causado por el calor?

Tomar descansos en la sombra durante el día.

Tomar agua potable antes, durante y después del trabajo.

Comience el trabajo temprano y tome un descanso durante la parte más caliente del día.

¡Las camisas de algodón con mangas largas, los pantalones de algodón y un sombrero con un borde grande pueden protegerle mejor!

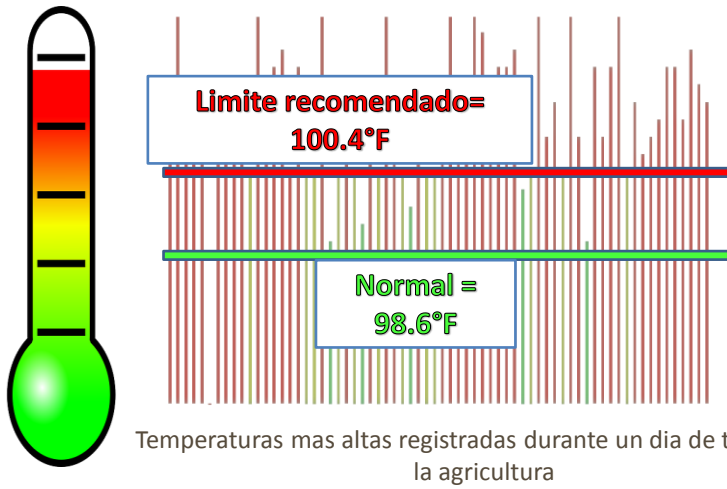
Asegúrense seguir usando botas y guantes para protegerse contra los pesticidas.

Una Historia

¿Que podríamos haber hecho diferente en este caso?

¿Qué se debe hacer si un trabajador está experimentando síntomas del estrés causado por el calor?

Temperatura interna

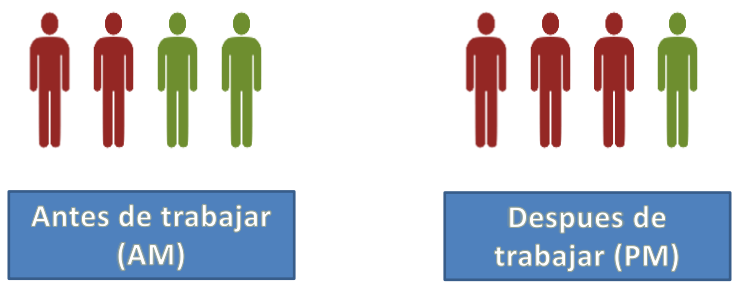


Temperaturas mas altas registradas durante un dia de trabajo en la agricultura

4 de cada 5 trabajadores registraron mas de100.4°F

Deshidracion

Deshidratacion clinica = Gravidad de la Urina ≥ 1.02



La mitad de los trabajadores estaban deshidratados antes de ir a trabajar, y las tres cuartas partes regresaron deshidratados.

Tratamiento

- Muévase a un área con sombra.
- Afloje o quitese ropa.
- Tome agua potable.
- Echerse agua fresca en el cuerpo- especialmente en el pecho.
- ¡BUSQUE ATENCIÓN MÉDICA!

Images Via: State of California, Department of Industrial Relations, Heat Illness Prevention 2010 Employer Training PowerPoint

El estrés causado por el calor y OSHA

Por Ley:

- ✓ El jefe debe dar a sus trabajadores entrenamiento sobre el estés causado por el calor.

- ✓ Se les debe pagar por el tiempo que usted toma participando en el entrenamiento.

OSHA no tiene un estándar general relacionado con el estrés por calor, pero los empleadores son responsables de proporcionar lugares de trabajo libre de calor excesivo.

Indice de calor	Nivel de riesgo	Medidas de protección
Menos de 91°F	Más bajo (Precaución)	Seguridad ante el calor y planificación básica
91°F a 103°F	Moderado	Aplicar medidas de precaución y aumentar la concientización
103°F a 115°F	Alto	Precauciones adicionales para proteger a los trabajadores
Mayor de 115°F	Muy Alto a Extremo	Origina medidas de protección aún más enérgicas

Ejemplos de Medidas de Protección

Nivel de riesgo: Más Bajo

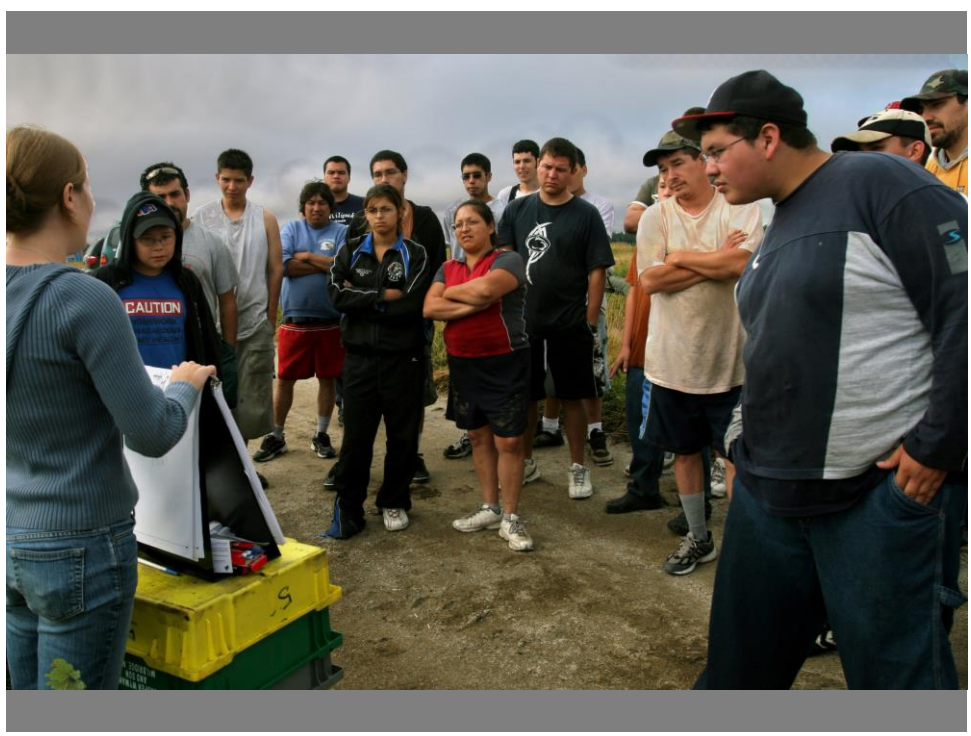
- Suministro de agua potable
- Disponibilidad adecuada de servicios médicos.
- Planifique cuando se trate de un índice mayor de calor, proporcione capacitación a los trabajadores
- Recomiende a los trabajadores que usen protector solar

Nivel de riesgo: Moderado

Además de los pasos anteriores:

- Repase cómo reconocer las enfermedades relacionadas al calor, cómo prevenirlas y qué hacer si alguien se enferma
- Programe descansos frecuentes en un lugar fresco y a la sombra
- Los trabajadores deben aclimatizarse
- Establezca un sistema de compañeros

Nivel de riesgo: Alto
Además de los pasos anteriores
• Alerte a los trabajadores sobre las condiciones de riesgos
• Limite los esfuerzos físicos, ajuste las actividades laborales (por ejemplo, uso de elevadores mecánicos)
• Establezca y asegúrese de que se cumplan los horarios de trabajo/descanso
Nivel de riesgo: Extremo
Además de los pasos anteriores:
• Lleve a cabo monitoreo fisiológico (por ejemplo, pulso, temperatura, etc.)
• Detenga el trabajo si los métodos esenciales de control no son suficientes o no están disponibles.


CAUTION

Spring Water
Spring Water

El Rol de los Promotores de Salud

- El golpe de calor puede ser mortal, pero es prevenible.
- Muchos trabajadores piensan que se gasta demasiado tiempo en tomar un descanso y tomar agua.
- Los promotores pueden alertar a los trabajadores sobre los peligros del calor y como prevenir una enfermedad, mantener la productividad, y evitar la muerte.

¡Gracias por su participación!

Antonio Tovar-Aguilar, PhD
tonytovar@hotmail.com

Para más información:

Juliana Simmons, MSPH, CHES
Environmental and Occupational Health Program Manager
Migrant Clinicians Network
jsimmons@migrantclinician.org
512.579.4538

Kerry Brennan
Environmental and Occupational Health Program Manager
Migrant Clinicians Network
Kbrennan@migrantclinician.org
512.579.4536

Por favor complete la evaluación
de los participantes

By popular demand,
CHW webinar series in English!
Helping workers stay
safe on the job
A THREE PART SERIES
JUNE 8 - AUGUST 17, 2016
WEBINAR FOR MCN

References

- U.S. Department of Labor. Occupational Safety and Health Administration. Occupational Heat Stress. Retrieved April 28, 2016. https://www.osha.gov/SLTC/heatstress/ https://www.osha.gov/SLTC/heatstress/prevention.html

- Farmworker Justice. *Seguridad y Salud en el Ámbito Laboral para los Trabajadores Agrícolas. Riesgo de Pesticidas, Sanidad en el Campo y Enfermedades Causadas por el Calor*. Retrieved April 28, 2016. http://www.farmworkerjustice.org/sites/default/files/FJpesticidetrainingspanish2016.pdf

This presentation is adapted from*: Pesticide Hazards, Field Sanitation, and Heat Stress for Farmworkers: A Training Curriculum for Lay Health Educators* was created for the Project -Institutionalizing Capacity to Improve Occupational Safety and Health of Farmworker Communities Nationwide. The curriculum and materials were developed by Farmworker Justice with support from Occupational Safety and Health Administration (OSHA)

FARMWORKER JUSTICE

Produced under grant number DOL OSHA SH 27640 SH5 from the Occupational Safety and Health Administration, U.S. Department of Labor. It does not necessarily reflect the views or policies of the U.S. Department of Labor, nor does mention of trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by the U.S. Government.