

Protégete del Sol

Siempre toma precauciones cuando trabajas en condiciones de sol o calor excesivo

Los trabajadores agrícolas se encuentran entre los trabajadores más vulnerables al calor y al sol extremo.

National Institute of Health

RIESGOS de Exposición al Sol o al Calor Excesivo

- Quemaduras de sol
- Quemaduras por tocar equipos calientes
- Pérdida de agarre de herramientas y equipos por manos sudorosas
- Visión limitada por el uso de anteojos o gafas de seguridad empañadas
- Mareo debido al calor o a la exposición del sol incrementando el riesgo de caídas u otros accidentes
- Sarpullidos, calambres, agotamiento o accidentes cardiovasculares relacionados con el calor excesivo

CONSEJOS para la Seguridad de los Trabajadores

- Limitar el tiempo bajo el sol, usar protector solar
- Modificar los horarios de trabajo a horas más tempranas o más tarde para reducir la exposición al sol y al calor excesivo
- Utilizar ropa ancha, ligera, y que refleje la luz
- Proveer adecuados suministros de agua fría (59 °F/15 °C) y limpia
 - Mantenerla cerca del área del trabajo
 - Motivar a los trabajadores a beber agua de forma seguida
- Proveer áreas frescas para descansar y aumentar los periodos de descanso
- Aumentar el flujo de aire con el uso de ventiladores
- Capacite a los supervisores y trabajadores sobre las enfermedades generadas por el exceso de calor y sus síntomas
- Utilice el sistema de compañeros para buscar y avisar sobre signos de enfermedades


170,000
trabajadores
experimentan lesiones
relacionadas con el calor
excesivo cada año*



35x
más alta la probabilidad
para un trabajador
agrícola en los USA de
morir por estrés térmico
comparador con el resto
de trabajadores**

Conoce los SÍNTOMAS de Enfermedades Relacionadas con el Calor Excesivo

- Dolor de cabeza, mareos, náuseas, desmayos, confusión, dificultad para hablar
- Pequeños brotes rojos con ampollas
- Calambres o dolor muscular
- Piel muy caliente, pero seca o sudoración intensa
- Asintomático/a - recuerde que algunas personas pueden padecer una enfermedad causada por calor excesivo y no presentar ningún síntoma hasta que sea demasiado tarde.

EFI brinda capacitación y un lugar para que los trabajadores tengan voz en la operación agrícola. Los equipos de colaboración entre trabajadores y gerentes juegan un papel vital en la creación de lugares de trabajo más seguros y saludables. Conoce más en equitablefood.org.

