

El calor mata

Un soldador fue contratado para ayudar a construir la expansión de una fábrica en Kentucky. En su segundo día de trabajo, en vez de ponerlo a soldar, le pidieron cortar y construir moldes de madera para bases de concreto.

El día de trabajo comenzó a las 7 a.m. y la temperatura ascendió alrededor de 90 grados con un punto de condensación de 69 grados cargados de humedad. El soldador llegó vestido para soldar y no para el trabajo más extenuante de construir moldes para concreto. Llevaba unos jeans pesados y una pesada camisa de mangas largas encima de una camiseta. También portaba un casco y un bolso de herramientas y todo el día trabajó con un martillo, una sierra circular y un mazo.

La cuadrilla tenía agua a su disposición y también tenía un remolque con aire acondicionado en caso los trabajadores sintieran demasiado calor. La cuadrilla interrumpió el trabajo para almorzar entre el mediodía y las 12:30. Los trabajadores notaron que el soldador bebió agua pero no comió nada.

El trabajo terminó a las 5 p.m. Un capataz le ofreció al soldador darle un aventón hasta su carro y lo dejó en un extremo del área de trabajo. Media hora después, otro empleado notó al soldador tirado sobre el suelo del estacionamiento. Se lo informó a su supervisor y llamó a una ambulancia.

Las cuadrillas de emergencia cortaron las ropas del soldador, arrojaron agua fría sobre su torso y aplicaron compresas frías en su cara y cuello. Una ambulancia llevó al soldador al hospital donde el personal médico midió su temperatura interna en 108 grados. Falleció al siguiente día debido al golpe de calor.

El asesino invisible

A diferencia de los cortes y las heridas por impactos violentos, el estrés por calor, incluyendo calambres, golpes de calor y agotamiento por calor, pueden ser difíciles de detectar. Hay dos elementos que contribuyen a los males causados por el calor. La temperatura del aire y la humedad son importantes, pero la cantidad de ejercicio físico – el calor que el cuerpo genera internamente debido al trabajo duro – es también clave.

El golpe de calor suele ser fatal. A nivel nacional, 30 trabajadores han muerto y 4,120 han caído enfermos debido a causas relacionadas con el calor. Los síntomas a los que hay que estar atentos incluyen aquellos en que la persona:

- Deja de sudar
- Se marea o está desorientada o confundida
- Muestra un pulso acelerado, náusea o dolor de cabeza
- Tiene una temperatura corporal interna de 103 gra-



Illustration by Don Lomax

dos o más

- Tiene temblor en las manos o en los miembros
- Sufre desmayos

Si usted sospecha que un trabajador sufre problemas relacionados con el calor:

- Llame al supervisor
- Mueva a la persona a un área sombrada o a un punto con aire acondicionado
- Permanezca con la persona hasta que lleguen a asistirle
- Rocíe agua sobre la persona y abaníquela
- Dele de tomar agua
- Si la persona se siente confusa, vomita o se desmaya ello puede ser un signo del golpe de calor. Llame de inmediato al 911.

Precauciones y recomendaciones

- Empiece temprano su día de trabajo, a la primera luz del día si es posible, y deje de trabajar a las 2:30 o 3 pm, antes de que el calor llegue a su punto más alto.
 - Programe las tareas que demandan un esfuerzo pesado para la parte fresca del día.
 - Capacite a todos los empleados para que reconozcan los síntomas de los males ocasionados por el calor. Establezca un sistema de apoyo mutuo en el que los trabajadores se vigilen entre sí regularmente durante el día, atentos a los síntomas de los males ocasionados por el calor.
 - En los días calurosos permita a los trabajadores tomar numerosos descansos, y abastézcalos de abundante agua fresca y líquidos hidratantes.
 - Asegúrese de que los empleados están vestidos apropiadamente con camisas y pantalones largos o cortos de algodón que sean sueltos y ligeros, y sombreros de ala ancha si ello resulta apropiado.

Para más información, lea el Reporte FACE de Kentucky #03KY053 en:

www.cdc.gov/niosh/face/stateface/ky/03ky053.html

Para información en español sobre males causados por el calor, visite el sitio web de la OSHA:

www.osha.gov/SLTC/heatillness/spanish/index_sp.html **EW**

Fecha de la charla de seguridad: _____ Líder: _____
Asistentes: _____

