Estándar de estrés térmico: Resumen de los requisitos fundamentales de Maryland

Los estándares de estrés térmico de Maryland en materia de seguridad y salud ocupacional (MOSH, en inglés) se aplican tanto a los lugares de trabajo interiores como exteriores donde los empleados están expuestos a un índice de calor igual o superior a 80 grados Fahrenheit. El objetivo de este documento es brindar orientación sobre los estándares de estrés térmico de Maryland. Los empleadores deben consultar el Código de Regulaciones de Maryland (COMAR, en inglés) 09.12.32 para conocer todos los requisitos de las normas.

Monitorización del índice de calor:
El índice de calor debe monitorearse mediante mediciones directas, datos meteorológicos locales o la aplicación de la herramienta seguridad contra el calor NIOSH.

Plan de prevención y manejo de enfermedades relacionadas con el calor:
Se debe desarrollar, implementar y mantener un plan escrito. El plan debe estar disponible y accesible para los empleados y el MOSH que lo soliciten.

Aclimatación:
Los empleados que hayan estado expuestos recientemente al calor o que regresen después de 7 o más días de ausencia deben recibir aclimatación durante un período de hasta 14 días. Durante el período de aclimatación, los empleados deben ser monitoreados de cerca mediante observación y/o comunicación regulares. El cronograma de aclimatación debe ponerse por escrito.

Sombra:
Se deben proporcionar áreas con sombra para los períodos de descanso de los empleados. Si se demuestra que un área con sombra es inviable o insegura, se deben implementar métodos alternativos de refrigeración y control. Como alternativa, se puede utilizar la refrigeración con un sistema de ventilación mecánica interior.

Agua potable:
Se debe proporcionar agua potable adecuadamente fría a los empleados sin costo y ubicada lo más cerca posible del área de trabajo. Cada empleado debe tener al menos 32 onzas de agua disponibles por hora.

Procedimientos de altas temperaturas:
Cuando el índice de calor alcance o supere los 90 °F, se implementarán procedimientos de alta temperatura. Esto incluye los períodos de descanso de los empleados o las medidas alternativas de refrigeración y control, y la supervisión obligatoria de los empleados. Los períodos de descanso deben seguir la tabla siguiente o las recomendaciones del NIOSH.

Índice de calor	Periodo de descanso
Por encima de 90 °F y por debajo de 100 °F	Mínimo de 10 minutos cada 2 horas
Por encima de 100 °F	Mínimo de 15 minutos cada hora

Los empleadores deberán implementar un plan de respuesta de emergencia. Este plan debe incluir procedimientos para la comunicación, la respuesta, el monitoreo y la atención, el contacto de emergencia y el transporte.

Capacitación:
Los empleados y supervisores deberán estar informados antes de la exposición inicial al calor. La recapacitación se realizará anualmente e inmediatamente después de un incidente en el lugar de trabajo en el que se sospeche o se confirme una enfermedad relacionada con el calor. La capacitación debe presentarse de manera que los empleados puedan entender. Los registros de capacitación se mantendrán durante un año y se entregarán al MOSH a pedido.

Seguridad y salud ocupacional de Maryland (MOSH)
10946 Golden West Drive, Suite 160
Hunt Valley, Maryland 21031
Teléfono: (410) 527-4499
Correo electrónico: MOSH.Complaints@Maryland.gov
https://www.labor.maryland.gov/labor/mosh/

Maryland
DEPARTMENT OF LABOR
DIVISION OF LABOR AND INDUSTRY