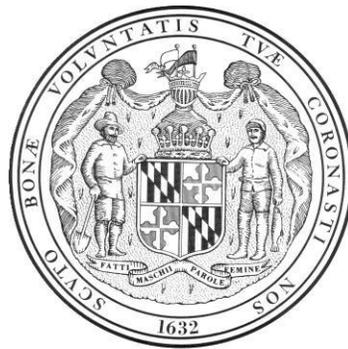


CÓDIGO DE REGLAMENTOS DE MARYLAND



Título 09

DEPARTAMENTO DE TRABAJO DE MARYLAND

Aviso: Todos los productos comprados son solo para uso individual. La reventa u otra transferencia con fines lucrativos de la información en forma impresa o electrónica es un propósito comercial prohibido (consulte el artículo del gobierno estatal, §7-206.2, Código Anotado de Maryland). Al comprar un producto, el comprador acepta que la compra es solo para uso individual y no venderá ni entregará el producto a otra persona o entidad.

CÓDIGO DE REGLAMENTOS DE MARYLAND

**A. Publicación de la
DIVISIÓN DE DOCUMENTOS ESTATALES**

**Cámara de Representantes
Annapolis, MD 21401**

**Con oficinas ubicadas en
16 Francis Street,
Annapolis, Maryland**

OFICINA DE LA SECRETARÍA DE ESTADO

© División de Documentos Estatales 1977

Título 09
DEPARTAMENTO DE TRABAJO DE MARYLAND
Subtítulo 12 DIVISIÓN DEL TRABAJO Y LA INDUSTRIA
Capítulo 32 Estándares de estrés térmico

09.12.32 Estándares de estrés térmico

- .01 Propósito.
- .02 Alcance.
- .03 Definiciones.
- .04 Plan de prevención y manejo de enfermedades relacionadas con el calor.
- .05 Aclimatación.
- .06 Disponibilidad de sombra.
- .07 Agua potable.
- .08 Procedimientos a altas temperaturas.
- .09 Respuesta de emergencia.
- .10 Capacitación.

Esta página se dejó en blanco intencionalmente

Título 09
DEPARTAMENTO DE TRABAJO DE MARYLAND
Subtítulo 12 DIVISIÓN DEL TRABAJO Y LA INDUSTRIA
Capítulo 32 Estándares de estrés térmico

Autoridad: Artículo sobre trabajo y empleo, §§2-106 (b) (5) y 5-1201 (b), Código Anotado de Maryland

.01 Objetivo.

El propósito de este capítulo es establecer requisitos mínimos para que los empleadores protejan a los empleados de las enfermedades relacionadas con el calor causadas por el estrés térmico en el lugar de trabajo.

.02 Alcance.

A. Este capítulo se aplica a un empleador con empleados cuyas actividades laborales, interiores o exteriores, exponen a los empleados a un índice de calor en el área donde el empleado trabaja que iguala o supera los 80 grados Fahrenheit.

B. Este capítulo no se aplica a:

- (1) Operaciones de emergencia y servicios esenciales tal como se definen en la Regulación .03B (4) de este capítulo que implican la protección de la vida o la propiedad;
- (2) Exposiciones incidentales cuando un empleado no está obligado a realizar actividades laborales durante más de 15 minutos consecutivos por hora; o
- (3) Establecimientos, estructuras y vehículos que tienen un sistema de ventilación mecánica o un ventilador que mantiene el índice de calor por debajo de los 80 grados.

.03 Definiciones.

A. En este capítulo, los siguientes términos tienen los significados que se indican.

B. Términos definidos.

- (1) Por “aclimatación” se entiende la adaptación temporal del cuerpo al trabajo en condiciones de calor que se produce cuando una persona está expuesta a lo largo del tiempo.
- (2) Por “medidas alternativas de refrigeración y control” se entiende los controles de ingeniería, prácticas laborales, administrativos o de otro tipo para gestionar el calor, incluidos la rotación laboral, los sistemas de ventilación mecánica, los equipos de nebulización, los chalecos refrigerantes, las prendas refrigeradas por aire o agua y el acceso al agua recreativa.
- (3) Por “agua potable” se entiende el agua apta para el consumo que es segura para beber y que tiene una temperatura fría.
- (4) Por “operaciones de emergencia y servicios esenciales” se entiende el trabajo relacionado con una emergencia que requiere la participación de las fuerzas del orden, los servicios médicos de emergencia, las operaciones de extinción de incendios, rescate y evacuación o el restablecimiento de emergencia de servicios públicos o telecomunicaciones esenciales.
- (5) Por “índice de calor” se entiende una medida del calor que se siente cuando se tiene en cuenta la humedad relativa junto con la temperatura real del aire, que se puede extrapolar a partir de la temperatura y la humedad relativa utilizando la calculadora del índice de calor del Servicio Meteorológico Nacional.
- (6) Por “condiciones de alta temperatura” se entiende las condiciones de trabajo en las que el índice de calor del área de trabajo es igual o superior a 90 grados Fahrenheit.
- (7) Por “sombra o áreas sombreadas” se entiende la obstrucción de la luz solar directa.

.04 Plan de prevención y manejo de enfermedades relacionadas con el calor.

A. El empleador debe controlar el índice de calor durante todo el turno de trabajo en las áreas donde los empleados realizan trabajos utilizando uno de los siguientes métodos:

- (1) Medición directa de la temperatura y la humedad al mismo tiempo y lugar en las áreas donde los empleados realizan su trabajo;
- (2) Uso de datos meteorológicos locales reportados por el Servicio Meteorológico Nacional u otra fuente reconocida para determinar el índice de calor; o
- (3) Uso de la aplicación de herramientas de seguridad térmica del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional para determinar el índice de calor.

09.12.32.05

B. Un empleador cuyos empleados trabajen en establecimientos y estructuras que no tengan un sistema de ventilación mecánica debe medir directamente la temperatura y la humedad al mismo tiempo y en el mismo lugar en las áreas donde los empleados trabajan.

C. El empleador debe desarrollar, implementar y mantener por escrito un plan efectivo de prevención y manejo de las enfermedades relacionadas con el calor.

D. El plan de prevención y tratamiento de las enfermedades relacionadas con el calor debe contener los siguientes elementos:

- (1) Cómo se proporcionarán cantidades suficientes de agua potable;
- (2) Cómo se brindarán a los empleados suficientes oportunidades y estímulos para mantenerse hidratados bebiendo agua;
- (3) Cómo reconocer los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor, incluidos el agotamiento por calor y el golpe de calor;
- (4) Cómo responder a la sospecha de una enfermedad relacionada con el calor, incluidos el agotamiento por calor y el golpe de calor;
- (5) Cómo se proporcionará a los empleados tiempo y espacio suficientes para descansar en áreas con sombra o frescas y con clima controlado para refrescarse;
- (6) Cómo implementará el empleador los horarios de descanso según sea necesario;
- (7) Cómo considerará el empleador las condiciones ambientales, la carga de trabajo, la ropa requerida, el equipo de protección personal,

y medidas alternativas de refrigeración y control al determinar los horarios de los descansos;

- (8) Cómo se alentará a los empleados a tomar descansos según sea necesario para prevenir las enfermedades relacionadas con el calor;
- (9) Cómo se capacitará a los empleados sobre los peligros de la exposición al calor y las medidas necesarias para prevenir las enfermedades relacionadas con el calor;
- (10) El uso y el mantenimiento de medidas alternativas de refrigeración y control utilizadas para gestionar el calor;
- (11) Procedimientos para la aclimatación al calor de conformidad con la Regulación .05 de este capítulo;
- (12) Procedimientos para condiciones de altas temperaturas de conformidad con la Regulación .08 de este capítulo; y
- (13) El plan de respuesta a emergencias de acuerdo con la Regulación .09 de este capítulo.

E. El plan escrito se pondrá a disposición y será accesible para:

- (1) Empleados; y
- (2) Seguridad y salud ocupacional de Maryland (MOSH, en inglés) si lo solicita.

.05 Aclimatación.

A. El empleador deberá garantizar la aclimatación de los empleados expuestos durante un período de hasta 14 días:

- (1) Cuando un empleado se expone recientemente al calor en el lugar de trabajo; y
- (2) Cuando un empleado vuelve a trabajar después de 7 o más días consecutivos de ausencia del lugar de trabajo.

B. El empleador supervisará a los empleados durante el período de aclimatación para detectar signos de enfermedades relacionadas con el calor mediante una comunicación regular a través de:

- (1) teléfono o radio;
- (2) un sistema de compañeros; o
- (3) otros medios efectivos de observación.

C. El empleador debe desarrollar e implementar un programa de aclimatación que cumpla con uno de los siguientes requisitos:

- (1) Un programa que aumenta gradualmente el tiempo de exposición durante un período de 5 a 14 días, con un aumento máximo del 20 por ciento cada día;
- (2) Un cronograma que utiliza las recomendaciones actuales del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional para aclimatación; o

(3) Un cronograma que utiliza una combinación de introducción gradual y medidas alternativas de refrigeración y control que aclimatan al empleado al calor.

D. El cronograma de aclimatación se hará por escrito y tendrá en cuenta los siguientes elementos:

- (1) Empleados aclimatados y no aclimatados;
- (2) Las condiciones ambientales y la carga de trabajo prevista;
- (3) El impacto de la ropa y el equipo de protección personal requeridos en la carga térmica de los empleados;
- (4) Los factores de riesgo personales que hacen que un empleado corra un mayor riesgo de contraer enfermedades relacionadas con el calor;
- (5) Volver a aclimatar a los empleados según sea necesario, de conformidad con el artículo A de esta regulación; y
- (6) El uso de medidas alternativas de refrigeración y control.

.06 Disponibilidad de sombra.

A. Salvo lo dispuesto en los artículos C y D de esta regulación, el empleador proporcionará áreas con sombra a los empleados expuestos lo más cerca posible del área de trabajo.

B. Las áreas con sombra deberán:

- (1) Estar al aire libre, abierto y expuesto al aire por al menos tres lados;
- (2) Evitar que las fuentes de calor que contribuyen reduzcan la eficacia;
- (3) Tener el tamaño suficiente para la cantidad de empleados que utilizan el área de sombra;
- (4) Organizarse en una configuración que permita a los empleados sentarse en una postura normal; y
- (5) Permitir retirar y almacenar el equipo de protección personal durante los períodos de uso.

C. Si se demuestra que la creación de sombra exterior es inviable o insegura en el área de trabajo, el empleador implementará medidas alternativas de refrigeración y control que brinden una protección equivalente a la sombra.

D. Un empleador puede proporcionar refrigeración con un sistema de ventilación mecánica interior como alternativa a la sombra exterior, siempre que el espacio interior cumpla con los requisitos de los artículos B (2) a (5) de esta regulación.

.07 Agua potable.

A. El empleador deberá:

- (1) Proporcionar agua potable sin costo alguno a los empleados expuestos tan cerca del área de trabajo como sea posible; y
- (2) Poner a disposición al menos 32 onzas de agua potable por hora para cada empleado expuesto por día de trabajo.

B. El empleador no está obligado a proporcionar todo el suministro de agua potable al comienzo del turno de un empleado, pero debe hacer que el agua potable esté disponible en todo momento mientras se realiza el trabajo.

.08 Procedimientos a altas temperaturas.

A. El empleador debe implementar procedimientos a altas temperaturas cuando el índice de calor alcance o supere los 90 grados Fahrenheit en el área donde se está realizando el trabajo.

B. Los procedimientos a altas temperaturas deben incluir un cronograma de trabajo y descanso para proteger a los empleados de las enfermedades relacionadas con el calor que se ajuste a las condiciones ambientales, la carga de trabajo y el impacto de la ropa o el equipo de protección personal requeridos.

C. Salvo lo dispuesto en el artículo D de este reglamento, los procedimientos a altas temperaturas deberán incluir:

(1) Ambos:

(a) Un período mínimo de descanso de 10 minutos por cada 2 horas trabajadas cuando los empleados estén expuestos a un índice de calor superior a 90 e inferior a 100 grados Fahrenheit; y

(b) Un período mínimo de descanso de 15 minutos por cada hora trabajada cuando los empleados estén expuestos a un índice de calor superior a 100 grados Fahrenheit; o

(2) Un período de descanso según lo dispuesto en las recomendaciones actuales del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional para los horarios de trabajo y descanso a fin de controlar la exposición al calor.

D. Si un empleador puede demostrar una gestión eficaz del calor y una protección contra las enfermedades relacionadas con el calor mediante medidas alternativas de refrigeración y control, es posible que no se exijan los horarios de trabajo y descanso establecidos en la sección C de esta regulación.

09.12.32.05

- E. Si un empleador utiliza medidas alternativas de refrigeración y control en virtud del artículo D de esta regulación, las medidas:
- (1) Deberán estar fácilmente disponibles y accesibles para los empleados en todo momento en que se realice el trabajo;
 - (2) Se documentarán por escrito; y
 - (3) No pueden reemplazar ningún otro requisito de este capítulo.
- F. Un empleador puede hacer coincidir los períodos de descanso con un período programado de descanso o comida.
- G. Los períodos de descanso se tomarán a la sombra de conformidad con la regulación.06 de este capítulo.
- H. Un empleador no puede disuadir a los empleados de tomar los descansos necesarios para prevenir enfermedades relacionadas con el calor.
- I. Cuando estén en vigor procedimientos de alta temperatura, el empleador controlará a los empleados expuestos para detectar signos de enfermedades relacionadas con el calor mediante una comunicación regular a través de:
- (1) teléfono o radio;
 - (2) un sistema de compañeros; o
 - (3) otros medios efectivos de observación.
- J. El empleador pondrá a disposición por escrito los procedimientos de altas temperaturas en un idioma y de una manera que todos los empleados puedan entender.

.09 Respuesta de emergencia.

El empleador debe implementar un plan de respuesta de emergencia que incluya procedimientos para lo siguiente:

- A. Garantizar medios de comunicación eficaces y accesibles en todo momento en el lugar de trabajo para que un empleado pueda ponerse en contacto con un supervisor o con los servicios médicos de emergencia;
- B. Responder a los signos y síntomas de posibles enfermedades relacionadas con el calor en los empleados;
- C. Monitorear y brindar atención a los empleados que presenten síntomas de enfermedades relacionadas con el calor; y
- D. Ponerse en contacto con los servicios médicos de emergencia y, si es necesario, transportar a los empleados a un lugar accesible para los servicios médicos de emergencia.

.10 Capacitación.

A. El empleador deberá:

- (1) Brindar capacitación inicial sobre el estrés térmico a los empleados y supervisores cubiertos por este capítulo antes de la primera exposición del empleado al calor;
- (2) Volver a capacitar a los empleados y supervisores al menos:
 - (a) Anualmente antes de la exposición; e
 - (b) Inmediatamente después de cualquier incidente en el lugar de trabajo que implique una enfermedad presunta o confirmada relacionada con el calor;
- (3) Presentar la capacitación en un idioma y una manera que todos los empleados y supervisores puedan entender;
- (4) Asegúrese de que la capacitación incluya al menos:
 - (a) Las condiciones laborales y ambientales que afectan a las enfermedades relacionadas con el calor;
 - (b) Los factores de riesgo personales que afectan a las enfermedades relacionadas con el calor;
 - (c) El concepto, la importancia y los métodos de aclimatación;
 - (d) La importancia del consumo frecuente de agua y de los descansos para prevenir las enfermedades relacionadas con el calor;
 - (e) Los tipos de enfermedades relacionadas con el calor, los signos y síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor y las medidas de primeros auxilios y respuesta de emergencia apropiadas;
 - (f) La importancia y los procedimientos para que los empleados le informen inmediatamente al empleador sobre los signos y síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor; y
 - (g) Los procedimientos del empleador y los requisitos para cumplir con este capítulo; y
- (5) Mantener los registros de capacitación durante un año a partir de la fecha en que se realizó la capacitación.

B. Los registros de capacitación requeridos por esta regulación deberán incluir:

- (1) Los nombres de las personas capacitadas;
- (2) Las fechas de las sesiones de capacitación; y
- (3) Un resumen o esquema del contenido de las sesiones de capacitación.

C. Los registros de capacitación se pondrán a disposición del MOSH si así lo solicita.

Historial administrativo

Fecha de entrada en vigor: 16 de enero de 1984 (11:1 Md. R. 43)

Capítulo recodificado del COMAR 09.12.32C al 09.12.32 (13:11 Md. R. 1272)

Capítulo revisado en vigencia a partir del 28 de noviembre de 1988 (15:24 Md. R. 2768)

Regulación 01-.16 del 09.12.32 Norma de seguridad y salud ocupacional de Maryland para la exposición ocupacional al plomo en las obras de construcción, en vigencia a partir del 28 de marzo de 1994 (21:6 Md. R. 466)

Las nuevas regulaciones .01—.10 en virtud de las normas sobre estrés térmico en vigencia a partir del 30 de septiembre de 2024 (51:19 Md. R. 854)

Esta página se dejó en blanco intencionalmente