

# Acerca de Nosotros

Este folleto fue realizado debido a una colaboración entre la organización sin fines de lucro, Lomakatsi-Centro de los Trabajadores Forestales del Noroeste, y la Universidad Estatal de Oregon - Extensión. Nuestra misión es promover condiciones de trabajo seguras y equitativas para los trabajadores forestales en el noroeste del Pacífico. **Para más información sobre qué hacer si se lesiona en el trabajo, los derechos de trabajadores visados H-2B, o las leyes laborales de Oregon, visite nuestro sitio web o escanee el código QR.**



Fundado por US Department of Agriculture, Agriculture and Food Research Initiative; Grant #2021-68006-34030

## Contáctenos

Para más información sobre sus derechos o para evaluar su caso con confidencialidad llame a Lomakatsi al

**1-541-821-3377**

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) protege a trabajadores de represalias por ejercer sus derechos bajo la ley de OSHA. Si tiene preguntas o para hacer una queja llame al

**1-800-321-6742**

**Es ilegal que su empleador tome represalias contra usted porque usted denunció o se opuso a una violación de salud o seguridad.**



**Escanee el código QR para conocer más sobre sus derechos laborales.**



## Derechos de Trabajadores Forestales

**Leyes en Oregon  
Seguridad Sobre el  
Calor y Exposición  
al Humo en el Lugar  
de Trabajo**

# Protección contra el humo causado por los incendios forestales

Las reglas permanentes adoptadas por Oregon OSHA (OAR 437-002-1081 y OAR 437-004-9791) se aplicarán a los empleadores cuyos empleados estén expuestos a niveles insalubres o peligrosos de humo causado por los incendios forestales.

## Su empleador debe:

Revisar la calidad del aire (AQI por sus siglas en inglés) a lo largo del día y comunicarlo a los trabajadores.



Proporcionar capacitación sobre los síntomas de la exposición al humo, cómo recibir tratamiento médico y cómo proteger a los trabajadores



Cuando el AQI es igual o más de 101-250, proporcionar mascarillas filtrantes aprobadas por NIOSH (como las N95) para uso voluntario.



Cuando el AQI es igual o más de 251, es obligatorio el uso de mascarillas filtrantes aprobadas por NIOSH (como las N95).



## Conoce los dos tipos de enfermedades por calor:

### Agotamiento

Los síntomas pueden incluir:

- Piel pálida y húmeda (mucho sudor)
- Dolor de cabeza
- Mareos
- Debilidad
- Náuseas y vómitos



### Insolación

Los síntomas pueden incluir:

- Piel colorada, caliente, y seca (no suda)
- Temperatura alta
- Desorientación
- Convulsiones o ataques
- Desmayo

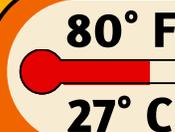


## Índice Actual de Calidad del Aire (AQI, por sus siglas en inglés)



# Prevención de enfermedades relacionadas con el calor

Las normas de Oregon OSHA para prevenir enfermedades causadas por el calor se aplican a los lugares de trabajo cuando un empleado está trabajando y la temperatura es igual o superior a 80 grados Fahrenheit. Se aplican más requisitos cuando la temperatura supera los 90 grados Fahrenheit.



Cuando la temperatura supera los **80 grados** Fahrenheit, empleadores deben:

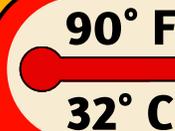
Establecer una o más áreas de sombra donde se pueda descansar.



Proporcionar agua potable fresca o fría.



Dar capacitación que permita a los empleados conocer los síntomas de la enfermedad por calor.



Cuando la temperatura supera los **90 grados** Fahrenheit, empleadores deben:

Garantizar que cada empleado se tome descansos para prevenir la enfermedad por calor.



Implementar un plan médico de emergencia para responder a la enfermedad por calor.



Mantener una comunicación efectiva con un supervisor cuando sea necesario.

