

SEKIRITE NAN FÈM LAN: PWOTEJE ANPLWAYE W KONT MALADI CHALÈ

Lwa sou Sekirite ak Sante nan Travay (OSH) egzije pou anlwayè yo bay anlwaye yo "travay nan yon espas ki pa gen okenn danje ki ka la vi yo andanje oswa bay yo domaj fizik grav." Yo rele sa kloz devwa Jeneral la. Travay yon kote ki fe cho anpil se youn nan danje sa yo. Ekspozisyon nan tanperati ki wo nan travay la ka mennen maladi ki gen rapò ak chalè ak konjesyon serebral, ki ka menen nan lanmò. Estrès chalè ki pwovoke pa ekspozisyon nan tanperati ki wo ogmante tou risk pou aksidan nan espas travay.

Fèy enfòmasyon sa a eksplike aksyon ou ka pran pou pwoteje anlwaye ou yo kont kout chalè, epi li rezime egzijans federal pou sa ki gen pou wè ak sekirite moun nan travay. Chak Eta gen règ pa yo. Eta w la ka genyen lòt règ ki pi sevè. Pou kondisyon ki pi resan yo, kontakte ajans sekirite travay ou a oswa biwo OSHA lokal ou a. Pou biwo OSHA lokal ou a, vizite: <https://www.osha.gov/contactus/bystate>

Kenbe sa nan tèt ou: Tanperati se pa sèlman faktè ki mete moun nan risk pou maladi ki gen rapò ak chalè. Gwo imidite, Kanpe nan solèy, mank van ak chaj lou nan travay se anpe eleman ki ka ogmante risk pou moun yo viktim kout chalè. Anplis de sa, moun yo ka gen kèk faktè risk pèsònèl. Yon moun ki fè travay lou ka pran kout chalè nan tanperati ki ka parèt konfòtab pou yon moun ki pap fe aktivite.

Responsablite anlwayè yo

Genyen yon kantite bagay enpòtan ou ka fè kòm yon anlwayè pou pwoteje anlwaye ou yo kont maladi ki vini ak chalè. Men kèk nan sa règleman federal yo mande yo. Jan nou te dil pi wo a, eta kote w ye a yo ka gen lòt règ ou dwe swiv. Men si pwoteksyon sa yo pa obligatwa, eleman nou pral site la yo, ap ede w kenbe yon espas travay ki an sekirite jan kloz sèvis jeneral la mande sa:

- ❖ Dlo
- ❖ Lonbraj
- ❖ Kote pou moun repoze
- ❖ Aklimatizasyon
- ❖ Twalèt ak enstalasyon lave men
- ❖ Fòmasyon nan prevansyon ak repons
- ❖ Siveyans ak kominikasyon
- ❖ Plan prevansyon maladi chalè
- ❖ Plan repons pou ijans



Materyèl sa a te pwodwi anba Nimewo Sibvansyon SH-000034-SH3 nan Administrasyon Sekirite ak Sante nan Travay, Depatman Travay Etazini. Li pa nesèsman reflekte opinyon oswa politik Depatman Travay Ameriken an, ni masyone non komès, pwodwi komèsyal, oswa òganizasyon. Gouvènman Ameriken an pa okouran de sa ki di nan dokiman an.



Definisyon

- ❖ **Aklimatizasyon:** Pwosis kote kò yon moun adapte pou travay nan chalè, diminye (men pa elimine) risk pou maladi chalè.
- ❖ **Estrès Chalè:** Yon kondisyon kote kò a pa ka debarase l de chalè ki depase a epi tanperati debaz kò a ap monte.
- ❖ **Maladi ki mache ak Chalè:** Gen ladanl afeksyon tankou kranp chalè, gratèl chalè, fatig chalè, senkop chalè ak kou chalè, ki pwovoke pa estrès chalè.
- ❖ **Kout chalè:** Yon ijans medikal kote tanperati kò a monte epi kò a pèdi kapasite li pou kontwole tanperati li. Yon moun ki devlope oswa ki te devlope yon kou chalè ka gen vètij, kè plen, maltèt, konfizyon oswa konpòtman biza, yon tanperati kò ki wo anpil ak pèt konesans. Si yo pa trete, konjesyon serebral chalè a fatal.

Pwoteksyon nan espas travay

Pratik sa yo gen entansyon pwoteje travayè agrikòl kont estrès chalè. Kèk eta ka gen kondisyon pi sevè ke patwon yo dwe swiv. Pou plis enfòmasyon, gade *Estanda Eta* a nan paj 5

• **Dlo.** Prensip asenisman nan OSHA mande pou patwon yo bay anplwaye yo dlo ki:

- ❖ Potab
- ❖ Byen apwopriye
- ❖ Plase kote tout anplwaye ka jwen li fasilman
- ❖ Yo entèdi moun pataje tas ak louch (kiyè yo itilize pou retire dlo nan yon veso pou ranpli tas endividyèl). Se sak fè yo distribiye gode moun pa sipoze itilize plis ke yon fw

Pou jwenn lis konplè egzijans yo, gade Estanda Sanitasyon OSHA a (CFR 1928.110). Anplis de sa, Enstiti Nasyonal pou Sekirite ak Sante nan Travay (NIOSH) rekòmande pou patwon yo bay ase dlo fre pou chak anplwaye ka bwè omwen **4 tas (32 oz.) pou chak èdtan**. Tanperati ki rekòmande pou dlo potab **mwens pase 59 ° F**. Bwason pou espòtif ki gen elektwolit ekilibre yo rekòmande tou pou moun ki ap swe pandan plizyè èdtan, men ase dlo pou bwè ta dwe toujou fasilman disponib.

• **Lonbraj.** Etabli youn oswa plizyè zòn ki gen lonbraj osi pre posib kote anplwaye yo ap travay. Yon zòn lonbraj adekwat si li ouvè sou lè deyò a epi li bloke limyè solèy la pou objè yo pa voye yon lonbraj. Asire w ke pa gen obstak oswa nwizans ki ta ka anpeche anplwaye yo repoze nan lonbraj la (pa egzanp, si lonbraj la te lokalize toupre enstalasyon twalèt yo, atravè yon wout chaje, oswa toupre yon sous chalè). Sipoze genyen ase lonbraj pou tout anplwaye ki sou repo oswa an poz nenpòt ki lè ka repoze chita nòmalman nan lonbraj la.

• **Repo.** Repoze enpòtan pou pèmèt kò a refwadi. Pou poz yo efikas, travayè yo bezwen repoze nan lonbraj. Depi yon moun santi sentòm chalè (siy estrès chalè oswa maladi chalè) li gen dwa poze nan lonbraj pou pi piti 10 minit. Travayè a pa sipoze retounen travay nan jaden tan ke sentòm yo pa ale. Si yon moun montre sentòm ki pi grav (anvi vomi, vomi, vètij, konfizyon, endispoze) li pa ta dwe travay ankò jou sa a. Travayè ki mete rad doub kouch, lou, ki pa pran dlo oswa ki pa respire, oswa ekipman pwoteksyon pèsònèl (PPE), yo gen plis risk pou pran kout chalè epi yo bezwen repo pi souvan. Yo dwe retire PPE pandan repo yo.

Ki moun ki gen pi gwo risk pou maladi ki chalè? Travayè ki pi gran, ki twò gwo oswa ki obèz (gwo depase), ki pa aklimatè, ki ansent, ki gen maladi tankou dyabèt oswa maladi kè, ki konsome dwòg (ilegal) oswa alkòl, ki pran sèten medikaman, ki kon gen malèz lè chalè anvan, oswa ki mete rad oswa PPE ki kenbe chalè.

• **Aklimatizasyon.** Devlope yon plan aklimatasyon ekri. Nouvo travayè yo epi tou lòt travayè ki pa travay nan chalè pou yon semèn ou pi plis dwe gen tan pou yo abitye travay piti piti nan tanperati ki pi wo. Peryòd aklimatizasyon an ta dwe dire ant 7 ak 14 jou. NIOSH rekòmande orè aklimatizasyon sa yo pou travayè ki anfòm fizikman:

- ❖ Travayè ki gen eksperyans anvan nan travay la: pa plis pase 50% nan dire abityèl travay nan chalè nan jou 1, 60% nan jou 2, 80% nan jou 3, ak 100% nan jou 4.
- ❖ Nouvo travayè: **pa plis** pase 20% nan dire abityèl travay nan chalè nan jou 1, ogmante pa plis pase 20% chak jou.

Moun ki pa anfòm ka bezwen anviwon **50% plis tan** pou yo aklimatè. Lè w ap aklimatize travayè yo, ou dwe konsidere tou faktè risk pèsònèl chak moun (gade Kiyès ki gen pi gwo risk pou maladi chalè, pi wo a), kalite rad yo mete, ak chanjman nan move tan.

• **Twalèt ak enstalasyon pou lave men yo.** Estanda Sanitasyon sou teren an **egzije** tou:

- ❖ Yon twalèt ak yon enstalasyon pou lave men pou **ven (20)** anlwaye oswa yon fraksyon ladan l.
- ❖ Yo dwe lokalize yon fason ki aksesib; twalèt ak enstalasyon lave men yo dwe tou pre youn ak lòt.
- ❖ Yo dwe lokalize nan yon distans ki pa depase 0.4 kilomèt (400 mè) kote chak travayè ap travay la. Sa ta vle di ou pa sipoze mache pi plis ke 5 minit.

Anlwaye sipoze genyen aksè a bon twalèt epi dlo pwòp an kantite pou yo kapab bwè tout lajounen. Pou plis detay, gade Estanda Sanitasyon OSHA a (CFR 1928.110).

• **Fòmasyon nan prevansyon ak repons.** Li enpòtan pou fòmè anlwaye ou yo, sitou sipèvizè yo, sou fason pou anpeche moun gen maladi ki gen rapò ak chalè. Fòmasyon yo ta dwe bay anvan tanperati yo rive nan nivo segondè, epi rapèl yo ta dwe bay nan jou ki cho yo. Fòmasyon sa yo ta dwe gen ladan yo, yon diskisyon sou kòz maladi ki vini ak chalè; enpòtans konsomasyon dlo, lonbraj, repo ak aklimatasyon; risk adisyonèl ki te koze pa sèten kalite rad ak PPE; ki jan yo rekonèt

premye siy maladi chalè ak ki jan yo kontwole lòt moun pou sentòm yo; enpòtans pou rapòte sentòm maladi chalè yo bay yon sipèvizè; kijan pou reponn lè yo oswa yon kòlèg travay montre sentòm; ki jan pou bay premye swen; ki lè ak ki jan pou rele anbilans; plan repons pou ijans chalè anplwayè a; ki jan yo atire atansyon dirijan yo sou kondisyon danjere ki genyen nan espas yo a; ak ki pwoteksyon travayè yo gen dwa nan espas travay la; ak kijan pou fè yon plent sekirite bay OSHA. Fòmasyon yo ta dwe bay nan yon lang anplwaye yo konprann.

Fòm sipèvizè yo sou fason pou yo aklimatè travayè yo, kijan pou asire travayè yo ap resevwa ase dlo ak repo, sa pou yo fè lè yon moun montre siy malady ki vini ak chalè; kijan pou reponn a yon ijans, epi kijan pou kontwole epi reponn byen ak bilten metewolojik ak avètisman sou chalè. Kenbe tou dosye fòmasyon anplwaye ak sipèvizè.

• **Siveyans ak kominikasyon.** Devlope yon plan ekri pou kontwole anplwaye yo nan objektif pou detekye siy maladi chalè. Sa a ta dwe gen ladan siveyans sipèvizè ak yon "sistèm parenaj" kote anplwaye yo deziyen pou yo veye youn oswa plizyè lòt travayè pou premye sentòm maladi chalè, epi asire ke anplwaye sa yo evalye epi, si sa nesèsè, bay premye swen ak atansyon medikal san pèdi tan. Asire ke yon moun nan chak zòn travay gen yon mwayen pou rele pou èd si yon anplwaye vin malad (telefòn selilè, radyo, elatriye). Asire ke okenn anplwaye pa travay pou kont li, san lòt moun pa wè l. Fòmè tout sipèvizè ak anplwaye nan siveyans ak kominikasyon.

• **Plan prevansyon maladi ki vini chalè.** Devlope yon plan alekri pou prevansyon maladi ki vini ak chalè epi deziyen yon sipèvizè ki byen fòmè oswa yon lòt moun ki gen otorite pou asire aplikasyon li. Sa a ta dwe yon plan pou bay omwen pwoteksyon nou sot pale pi wo yo (dlo, lonbraj, repo, aklimatasyon, pwovizyon twalèt ak enstalasyon lave men, fòmasyon, siveyans ak kominikasyon). Jan sa di deja, fòmè tout anplwaye ak sipèvizè sou eleman plan an.

• **Plan repons pou ijans.** Devlope yon plan ekri sou fason pou reponn a yon ijans ki enplike maladi chalè. Fòmè tout anplwaye yo (tankou sipèvizè yo) sou fason pou egzekite plan repons pou ijans lan. Plan an ta dwe gen ladan pwosedi pou:

- ❖ Premye swen pou diferan kalite maladi i vini chalè
- ❖ Kominikasyon an ka ta gen yon ijans chalè
- ❖ Asire ke yo pral rele sèvis medikal ijans (EMS) lè sa nesèsè
- ❖ Asire w ap bay EMS direksyon ki apwopriye pou lokalize sit ijans lan
- ❖ Transpòte anplwaye yo nan yon zòn kote EMS ka jwenn yo si sa nesèsè
- ❖ Kenbe tout ekipman pou premye swen ki nesèsè yo ak ekipman kominikasyon ki disponib fasilman pou anplwaye yo pou asire yon repons alè

Estanda Leta yo

Sa ki anba la a se yon rezime estanda chalè Leta ki egziste deja depi desanm 2022. Pou plis detay ak dènye egzijans yo, konsilte ajans sekirite ak sante travayè Leta kote w ap viv la oswa [biwo lokal OSHA federal la](#).

Tanpri sonje: Eta yo ka genyen tou kondisyon **konsènan si yo dwe peye repo yo**. Konsilte ministè travay Leta w la konsènan règ ki anvigè nan Leta pa w la.

• **Kalifòni.** Estanda chalè Kalifòni an (T8 CCR 3395) mande pou patwon yo bay lonbraj depi tanperati a depase 80 °F. Nan tanperati ki pi ba pase **80 °F**, patwon yo dwe bay aksè rapid ak lonbraj sou demann yon anplwaye si li pa disponib deja. Nòm lan kouvri tou pwosedi pou repo refwadisman, siveyans anplwaye ki gen sentòm maladi ki vini chalè, aklimatasyon, fòmasyon travayè ak sipèvizè, ak yon plan repons pou maladi chalè. Anplwayè yo dwe pran tout mezi pou anpeche travayè yo pran kout chalè nan moman y ap travay la. Sitou lè tanperati a depase 95 °F, sa ki ka lakòz anplwayè yo chanje kondisyon travay yo tankou: chanje orè repo yo, fè kominike pi souvan pou atire atensyon travayè sou chalè a, epi, pran lòt dispozisyon ki adapte ak sikonstans la. Kalifòni tou gen pwòp nòm asenisman I (T8 CCR 3457).

• **Kolorado.** Estanda chalè Kolorado a fè pati Règ Kondisyon Travay Agrikòl Eta a (7 CCR 1103-15) epi li pran efè nan jou lè tanperati a **80°F oswa pi wo**. Li gen dispozisyon konsènan dlo potab pou bwè, lonbraj, ak poz pou bwè ak itilizasyon twalèt. Lè tanperati a wo oubyen mezire **omwen 95 °F**, pwosedi ogmantasyon risk an vigè, epi anplwayè yo dwe bay anplwaye yo yon repo omwen 10 minit chak dezèdtan epi enfòmasyon yo sou dwa yo an fonksyon règ la. Règ la tou gen dispozisyon pou anplwaye ki pa aklimatè, anplwaye ki mete PPE, kominikasyon, siveyans, repons pou ijans, mezi prevantif ak fòmasyon.

• **Oregon.** Dispozisyon estanda chalè Oregon (OAR 437-002-1131) anvigè lè endèks chalè a se 80°F oswa pi plis. Li gen egzijans konsènan dlo pou bwè ak lòt bwason, lonbraj, plan medikal ijans, plan aklimatasyon, plan prevansyon maladi chalè, ak fòmasyon sipèvizè ak anplwaye yo. Yon endèks chalè 90°F ou pi plis deklanche yon egzijans pou pratik gwo chalè konsènan orè repo, kominikasyon, siveyans ak repons pou ijans. Nòm Oregon sou Lojman Travay Agrikòl ak Enstalasyon (OAR 437-004-1120) genyen tou kondisyon konsènan prevansyon ak repons maladi ki pwovoke pa chalè.

• **Washington.** Nivo aksyon tanperati nan estanda chalè Washington (WAC 296-307-097) baze sou kalite rad anplwaye yo mete (ki pa respire: 52°F; tout lòt rad 80°F). Li gen ladann egzijans konsènan dlo pou bwè, lonbraj, peryòd repo ki peye pou refwadisman, aklimatasyon, repons pou maladi chalè, pwogram sekirite ekspozisyon nan chalè, fòmasyon sipèvizè ak anplwaye, kominikasyon ak siveyans anplwaye yo.