

Heat-Illness Prevention Information & Resources



Many workers spend part of their work day in a hot environment. Outdoor jobs, foundries, laundries, construction sites, restaurants and bakeries are just a few workplaces that may subject workers to potential heat illness.

Training is the key to the effectiveness of a heat-illness prevention program and should include managers, supervisors and employees so they will know what measures to take during hot conditions.

The online version of this Heat Illness Resource Kit includes links. Access at TheZenith.com/heatillness.

Zenith's Online Resources

[Preventing Heat Illness](#) Risk Management Bulletin

[Zenith's Resource Library](#) (account login is required) offers a variety of paycheck stuffers, posters and videos free to policyholders on how to recognize and treat heat exhaustion and heat stroke.

Need to sign up for online access? Please visit us at TheZenith.com/signup.

TheZenith.com/Safety offers more information on heat-illness prevention and other safety topics.

Online Heat-Illness Prevention Resources

OSHA Safety and Health Administration (OSHA) offers a number print and online materials.

- Campaign to Prevent Heat Illness in Outdoor Workers ([English](#)) ([Spanish](#))
- Heat-Illness Prevention Training Guide ([English](#)) ([Spanish](#))
- Low English literacy [fact sheets and posters](#)
- [Social media toolkit](#) with suggestions and ideas for posts and tweets
- [Smartphone app](#), "Heat Safety Tool" (iPhone or Android) calculates the heat index and risk level at your work site



Heat Index	Risk Level	Protective Measures
Less than 91°F	Lower (Caution)	Basic heat safety and planning
91° to 103°F	Moderate	Implement precautions and heighten awareness
103° to 115°F	High	Additional precautions to protect workers
Greater than 115°F	Very High to Extreme	Triggers even more aggressive protective measures

Cal/OSHA's website contains the elements of an effective heat-illness prevention program, training materials and effective work practices.

- The California Heat-Illness Prevention Campaign "*Water, Rest, Shade.*" ([English](#)) ([Spanish](#))
- Heat-Illness Prevention E-Tool ([English](#)) ([Spanish](#))
- Heat safety training kit contains posters, worker fact sheets, trainer's guide, supervisor's daily checklist in [English](#) and [Spanish](#)
- Videos and discussion guides are also available in multiple languages

[Centers for Disease Control](#) (CDC) website contains NIOSH fact sheets and information on heat stress.

[Washington State Department of Labor and Industries](#) website contains instructor training kits, videos, publications and additional tools on heat illness.



Images courtesy of OSHA

Zenith Insurance Company assists employers in evaluating workplace safety exposures. Any recommendations and related services are not and should not be construed as legal advice or be used as a substitute for legal advice. Employee protection is ultimately the responsibility of the employer.

Información y recursos para la prevención de las enfermedades causadas por el calor (hipertermia)

Muchos trabajadores pasan parte de su día de trabajo en un ambiente caluroso. Los trabajos al aire libre, fundiciones, lavanderías, zonas de construcción, restaurantes y panaderías son solo unos de los pocos lugares de trabajo que pueden someter a los trabajadores a posibles enfermedades causadas por el calor. La capacitación es la clave para asegurar la efectividad del programa de prevención de las enfermedades causadas por el calor y debe incluir a los gerentes, supervisores y empleados para que sepan qué medidas deben tomar durante condiciones calurosas.



Imágenes cortesía de OSHA

La información electrónica “Recursos para la Prevención de Enfermedades causadas por El Calor” tiene varios enlaces en Internet. El acceso esta en la siguiente página: TheZenith.com/heatillness.

Recursos disponibles en el sitio Zenith

[Información y recursos para la prevención de las enfermedades causadas por el calor](#)

[La Biblioteca de recursos de Zenith](#) (se requiere acceso a su cuenta) ofrece una variedad de folletos para entregar junto con el cheque, pósters y videos gratis para nuestros clientes sobre cómo reconocer y tratar enfermedades causadas por el calor.

¿Necesita inscribirse al acceso en línea? Visitenos en TheZenith.com/signup.

[TheZenith.com/Safety](#) ofrece más información sobre la prevención de las enfermedades causadas por el calor y otros temas sobre seguridad.

Recursos en el internet para la prevención de enfermedades causadas por el calor

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) ofrece un número de materiales impresos y en el internet.

- Campaña para prevenir las enfermedades causadas por el calor en los trabajadores al aire libre ([Español](#))
- Guía del instructor sobre la prevención de las enfermedades causadas por el calor ([Español](#))
- Información en un nivel de comprensión básico en inglés [Hojas y pósters](#)
- Visite la [Aplicación para smartphone](#) "Heat Safety Tool" (iPhone o Android). Esta aplicación calcula niveles de calor y riesgo en su area de trabajo



Índice de calor	Nivel de riesgo	Medidas de protección
Menos de 91°F	Bajo (precaución)	Seguridad ante el calor y planificación básica
De 91°F a 103°F	Moderado	Aplicar medidas de precaución y aumentar la concientización
De 103°F a 115 °F	Elevado	Precauciones adicionales para proteger a los trabajadores
Más de 115 °F	Muy elevado - extremo	Hay que tomar medidas de protección aún más agresivas

El sitio web de Cal/OSHA contiene los elementos de un programa de prevención efectivo para las enfermedades causadas por el calor, materiales de capacitación y prácticas laborales efectivas.

- La Campaña de prevención de las enfermedades causadas por el calor de California "Agua, Descanso, Sombra." ([Español](#))
- Recursos en el internet para la prevención de enfermedades causadas por el calor ([Inglés](#)) ([Español](#))
- El paquete de capacitación sobre la prevención de riesgos por el calor contiene pósters, hojas informativas para los trabajadores, guía para el instructor, lista diaria de verificación del supervisor en [Inglés](#) y [Español](#)
- También están disponibles vídeos y guías de conversacion en varios idiomas

El sitio web de los [Centros para Prevención de Enfermedades](#) (CDC) contiene las hojas informativas NIOSH e información sobre enfermedades causadas por el calor.

El sitio web del [Washington State Department of Labor and Industries](#) (Departamento de Trabajo e Industrias del Estado de Washington) contiene paquetes de capacitación para el instructor, videos, publicaciones y materiales adicionales sobre las enfermedades causadas por el calor.

Encuentre el paquete de prevención de enfermedades causadas por el calor en TheZenith.com/heatillness

La Compañía de Seguros Zenith ayuda a los empleadores a evaluar los riesgos que representan los peligros en el trabajo. Cualquier recomendación y servicios relacionados no deben interpretarse como consejos legales o deban usarse como sustituto a los consejos legales. El empleador es el que, por último, tiene la responsabilidad de proteger al empleado.