

NUESTROS DERECHOS EN EL TRABAJO:

¡INSOPORTABLE!

**CALOR EXCESIVO, COMIDA RÁPIDA Y EL CAMINO
HACIA UN LUGAR DE TRABAJO MÁS SEGURO**



**Worksafe
California Fast Food Workers Union, SEIU**

Agosto 2025



ACERCA DE LOS AUTORES



Worksafe

Worksafe es una organización con sede en California dedicada a promover y proteger el derecho básico de todas las personas a un lugar de trabajo seguro y saludable.

info@worksafe.org

<https://worksafe.org/>



Sindicato de Trabajadores de Comida Rápida de California, SEIU

El Sindicato de Trabajadores de Comida Rápida de California une a trabajadores de comida rápida de todas las marcas y ubicaciones, y es el primero de su tipo en el país. Este sindicato histórico surgió

de más de una década de organización de trabajadores de comida rápida en todo California, comenzando con la Lucha por \$15 y un Sindicato. Nuestro Sindicato está luchando por la justicia racial y económica y transformar los trabajos de la comida rápida en el Estado Dorado, luchando por salarios justos, lugares de trabajo seguros y saludables y una voz para todos los trabajadores en la industria de comida rápida. A través de nuestra lucha por una voz en el trabajo, estamos mostrando a los trabajadores de bajos salarios en todas partes que cuando nos organizamos, hacemos huelgas y construimos un movimiento, todos podemos ganar un asiento en la mesa y mejorar nuestras vidas y comunidades.

<https://californiafastfoodworkersunion.org/es>

1200 Wilshire Blvd Suite 206

Los Angeles CA 90017

TABLA DE CONTENIDO

Prólogo
página 3

Resumen Ejecutivo
página 5

Hallazgos Claves de la Encuesta
página 8

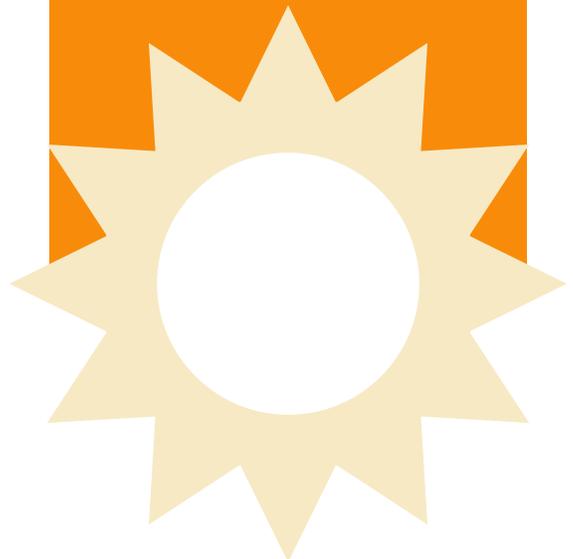
Acerca de la Encuesta
página 12

Resultados de la Encuesta
página 18

Leyes y Protecciones contra el Calor Interior
página 36

Recomendaciones
página 43

Notas Finales
página 45





CARTA DE ANNEISHA WILLIAMS, MIEMBRO DEL CONSEJO DE COMIDA RÁPIDA DE CALIFORNIA

El aire acondicionado en la cocina de comida rápida donde trabajo apenas sopla aire y se descompona frecuentemente. Tan recientemente como el 15 de julio de 2025, la temperatura en la cocina estaba en los 90 grados y vi a una de las cocineras marearse por el calor – tuvo que apoyarse contra la pared para mantenerse de pie. Me preocupé por ella, así que usé el agua fría de la fuente de sodas para mojar una toalla y se la puse en la cabeza debajo de su gorra, para tratar de refrescarla. Si te desmayas en la cocina, podrías golpearte contra la parrilla o la freidora, o en el piso muy duro.

Como miembro del Consejo Estatal de Comida Rápida, sé que el estándar de Prevención de Enfermedades Causadas por Calor en los Lugares de Trabajo Interiores entró en vigencia el año pasado, requiriendo que los empleadores, incluyendo los de comida rápida, entrenen a todos los trabajadores sobre cómo prevenir enfermedades por calor y qué hacer si experimentamos síntomas. Si las temperaturas suben, la gerencia debe alentarnos a mantenernos hidratados y proporcionar descansos para tomar agua y descansos para refrescarse. La gerencia donde trabajo no hace ninguna de estas cosas.

Los resultados de una nueva encuesta de más de 300 trabajadores de comida rápida en toda California, publicada aquí, muestran que mis compañeros de trabajo y yo no estamos solos. De los trabajadores de comida rápida encuestados, casi 3 de cada 5 experimentaron calor excesivo en el trabajo durante el último año, y casi la mitad experimentó síntomas de enfermedad por calor en el trabajo como dolores de cabeza, mareos, calambres musculares y desmayos. Además, solo el 9% de los trabajadores encuestados que experimentaron calor excesivo en el trabajo reportaron que sus empleadores cumplieron con los requisitos más básicos para prevenir enfermedades por calor. Aunque algunos empleadores sí alientan a los trabajadores a beber agua y la proporcionan, muy pocos proporcionan el tiempo o un lugar fresco para beberla.

Las enfermedades por calor en comida rápida son prevenibles. Los trabajadores de comida rápida de California lucharon por la promulgación del estándar de Prevención de Enfermedades Causadas por Calor en los Lugares de Trabajo Interiores, y ahora estamos luchando para hacer reales sus protecciones. Ya que los empleadores de comida rápida en general no cumplen con el estándar, hacemos un llamado a los legisladores para que apoyen programas piloto en la Ciudad Los Ángeles y el Condado de Santa Clara para proporcionarnos entrenamientos de Saber Sus Derechos por organizaciones independientes en las que podamos confiar. Necesitamos entrenamientos de día completo, interactivos y pagados para proporcionar información sobre qué hacer cuando hace demasiado calor y nos sentimos enfermos o enfrentamos otros peligros y violaciones, y cómo obtener ayuda cuando la gerencia nos ignora o toma represalias contra nosotros.

Se necesita urgentemente acción a nivel estatal y local para apoyar a los más de 630,000 trabajadores de comida rápida de California para acceder a entrenamientos independientes de Saber Sus Derechos, y para aumentar la aplicación de la salud y seguridad en el lugar de trabajo. Con las regulaciones federales de salud y seguridad en el lugar de trabajo bajo ataque, y el miedo apoderándose de gran parte de la fuerza laboral de comida rápida de California, muchos de los cuales son inmigrantes o tienen familiares nacidos en el extranjero, el entrenamiento independiente de Saber Sus Derechos es vital para asegurar que todos los trabajadores de comida rápida conozcamos nuestros derechos y cómo defenderlos.

En unidad,



PRÓLOGO

El 23 de julio de 2025 fue el primer aniversario de la implementación del Estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de California. Aunque esta regulación potencialmente salvadora de vidas fue una victoria importante y significativa, está claro que la exposición al calor extremo, tanto al aire libre como en interiores, todavía pone a los trabajadores en grave riesgo de enfermedades por calor que amenazan la vida.

Este informe de WorkSafe y el Sindicato de Trabajadores de Comida Rápida de California presenta resultados de una encuesta de julio de 2025 de trabajadores de comida rápida que capturó sus experiencias desde la aprobación de la regulación californiana. Documenta que en muchos lugares de trabajo de comida rápida las protecciones obligatorias aún no están en su lugar. Más de la mitad de los trabajadores encuestados continúan expuestos a temperaturas altas peligrosas y casi la mitad reporta síntomas de enfermedad por calor. Y, alarmantemente, casi la mitad reportó que la gerencia no había implementado ninguna de las medidas de seguridad básicas requeridas por el estándar.

En este informe, trabajadores de comida rápida de todo el estado también comparten sobre el costo que sigue tomando el calor interior excesivo, y sus luchas para acceder a la información y entrenamiento que necesitan para estar seguros en el trabajo. Myno, quien trabajaba en Ono Hawaiian BBQ en la Ciudad de Los Ángeles, describe despertarse en la parte trasera de una ambulancia después de desmayarse por el calor excesivo en la cocina y regresar directamente al trabajo, temeroso de que lo despidieran por ser “demasiado débil” para desempeñar su trabajo. Myno agrega que incluso después de ese incidente, la gerencia no arregló el problema del calor ni entrenó a los trabajadores sobre qué hacer si tienen síntomas. Auxiliadora, quien tiene un embarazo de alto riesgo, dice que se apoya contra la pared cuando se mareo por el calor, y que los entrenamientos en el El Pollo Loco donde trabaja son solo un papel que tienen que firmar, sin ninguna explicación u oportunidad de hacer preguntas.

Trabajadores de comida rápida como Myno y Auxiliadora estuvieron en la primera línea de la campaña que resultó en la aprobación del estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de California. Como miembro del Consejo de Estándares de Seguridad y Salud de California (la agencia que establece los estándares dentro de Cal/OSHA) durante 12 años, tuve la oportunidad de presenciar el poder y la valentía de los trabajadores que arriesgaron represalias para compartir sus experiencias personales. Su testimonio conmovió a los miembros del Consejo a entender que proteger a los trabajadores es un asunto moral, y que tomar acción para apoyar a los trabajadores es simplemente lo correcto y lo único que hay que hacer.

En ningún lugar fue esto más claro que durante las audiencias sobre el estándar de calor interior. Los trabajadores describieron sus experiencias trabajando en calor extremo, en detalle vívido y doloroso – trabajando “en movimiento constante,” estando “empapados en sudor todo el día,” y a menudo sintiéndose con náuseas y mareos. Debido a este poderoso testimonio, la regulación pasó unánimemente en junio de 2024.

Todavía hay mucho trabajo por hacer. La regulación de calor interior de California exenta a los trabajadores de prisiones que tienen la misma exposición al calor peligrosamente alto que otros trabajadores de interior. Y, cómo este informe documenta, en muchos lugares de trabajo las protecciones no se están implementando: los trabajadores no han recibido el entrenamiento requerido; a los trabajadores expuestos a alto calor no se les ha permitido o animado a tomar descansos de enfriamiento/agua; y, muchos temen represalias por expresar preocupaciones. Sabemos que cualquier regulación sólo es tan buena como se haga cumplir, y hay una necesidad continua de fortalecer la aplicación de Cal/OSHA. A nivel federal, las regulaciones de calor interior todavía se necesitan urgentemente para proteger a los trabajadores de toda la nación. 2024 fue el año más cálido registrado, y los científicos predicen que los períodos de calor extremo serán más intensos y más frecuentes.¹

Este informe establece recomendaciones críticas para proteger a los trabajadores de enfermedades por calor. Incluyen: aplicación vigorosa de las regulaciones de calor existentes; proporcionar a Cal/OSHA los recursos para abordar la escasez de personal que limita la aplicación; implementar un programa de entrenamiento independiente e interactivo de Saber Sus Derechos en idiomas que los trabajadores entiendan, para que los trabajadores tengan las habilidades e información necesarias para ser participantes activos en la prevención de enfermedades por calor y sepan cómo reportar a empleadores que no están cumpliendo con la ley; y, hacer cumplir medidas fuertes contra represalias.

El cambio de política puede tomar tiempo, pero para los trabajadores de comida rápida en California, no tenemos tiempo que perder. Las temperaturas están subiendo y los empleadores deben cumplir con la ley para proteger las vidas de sus trabajadores. Las voces e historias de trabajadores en este informe presentan testimonio poderoso. Todos necesitamos escuchar y tomar acción para apoyarlos.

Laura Stock, MPH
Directora Emérita, Programa de Salud Ocupacional Laboral
Centro de Salud Ocupacional y Ambiental, UC Berkeley
Ex miembro del Consejo de Estándares de Cal/OSHA, 2012-24

RESUMEN EJECUTIVO

“El 27 de junio de 2025, abrí la puerta para empezar mi turno de las 4 am, y se sintió como si hubiera un fuego ardiendo dentro de la tienda. Un termómetro mostró 93 grados en la cocina a las 4:30 am, 100 grados a las 7:30 am, y se sintió mucho más caliente cuando mi turno terminó alrededor del mediodía,” describe Angelica Hernández, una cocinera en McDonald’s en Monterey Park. “Pensé que me iba a desmayar, y mis compañeros de trabajo y yo estábamos sufriendo dolores de cabeza, mareos, náuseas y sudor empapante por el calor,” agrega Angelica.

Para trabajadores de comida rápida como Angelica, el primer aniversario del estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de California es motivo tanto de celebración como de frustración. Bajo el estándar, los empleadores deben proteger a los trabajadores de enfermedades por calor, un peligro en el lugar de trabajo potencialmente mortal, y cumplir con requisitos específicos respecto al entrenamiento de trabajadores y respuesta de la gerencia. Sin embargo, la promesa de estas protecciones permanece incumplida para muchos trabajadores, incluyendo en comida rápida.

Una nueva encuesta sobre calor excesivo en comida rápida muestra que las experiencias de Angelica y sus compañeros de trabajo no son para nada únicas. La encuesta fue tomada en julio de 2025 por 338 trabajadores de más de 200 ubicaciones de comida rápida en toda California. Los resultados indican que la industria de comida rápida está ampliamente fuera de cumplimiento con el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior, con 58% de trabajadores de comida rápida encuestados reportando trabajar en calor excesivo en el año previo, y 48% reportando experimentar síntomas de enfermedad por calor.

Los trabajadores de comida rápida están pidiendo entrenamientos de derechos de trabajadores administrados por organizaciones calificadas e independientes para asegurar que los trabajadores entiendan sus derechos, y cómo mantenerlos. En esta industria de alta violación y bajos salarios, tales entrenamientos independientes son vitales para asegurar que los 630,000 trabajadores de comida rápida de California, el segundo grupo más grande de trabajadores de bajos salarios en el estado, sepan qué hacer si enfrentan condiciones de trabajo inseguras y otros abusos. Las protecciones federales en el lugar de trabajo están bajo ataque, y los efectos desalentadores



UN AÑO DESPUÉS DE LA PROMULGACIÓN DEL NUEVO ESTÁNDAR DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDAD POR CALOR INTERIOR, ANGELICA Y COMPAÑEROS EN MCDONALD’S CONTINÚAN SUFRIENDO CALOR EXCESIVO EN EL TRABAJO

“Cuando el aire acondicionado se descompuso de nuevo el 27 de junio de 2025, levanté un plato de panqueques y traté de usarlo como abanico, pero el aire estaba tan caliente que me dio más calor. En la cocina estaba a más de 100 grados, el lobby también estaba terriblemente caliente, y el baño estaba peor que la cocina,” describe

Angélica Hernández, una cocinera de McDonald's por más de 20 años. “El gerente nos dijo que el aire acondicionado estaba descompuesto. Ésta es una tienda de 24 horas con 5 parrillas y 9 freidoras. Sin aire acondicionado funcionando, la tienda se pone peligrosamente caliente muy rápidamente.”

“Durante años, mis compañeros de trabajo y yo hemos reportado a la gerencia que el aire acondicionado se descompone frecuentemente, hasta enfermándonos por el calor, y reportamos incidentes de calor excesivo a Cal/OSHA en 2021 y 2023. Pero ahora, un año completo después de que se implementó el nuevo estándar de Prevención de Enfermedades Causadas por Calor en los Lugares de Trabajo Interiores de Cal/OSHA – estableciendo claramente cómo se requiere que los empleadores protejan a trabajadores como nosotros de las enfermedades por calor interior – muchos empleadores, incluyendo el nuestro, aún están fallando en proporcionar el entrenamiento y las protecciones que la ley requiere, y muchos trabajadores aún no saben qué hacer cuando enfrentan calor peligroso y otros riesgos en el trabajo,” agrega Angélica.

del aumento de la aplicación de inmigración y el miedo a represalias del empleador disuaden a los trabajadores de hablar sobre peligros y abusos en el trabajo. Los entrenamientos independientes de Saber Sus Derechos proporcionarán a los trabajadores de comida rápida de California – en gran parte mujeres y personas de color, con más de un cuarto inmigrantes² – acceso a los derechos ya promulgados para protegerlos.

La exposición al calor excesivo puede causar síntomas inmediatos que, si no se abordan, pueden progresar rápidamente de deshidratación a agotamiento por calor, golpe de calor e incluso muerte. Más allá de estos riesgos obvios, el alto calor puede causar impactos de salud serios adicionales. Las temperaturas más calientes aumentan significativamente la probabilidad de lesiones en el trabajo, incluyendo accidentes que no están directamente relacionados con el calor, probablemente debido al impacto del calor en la cognición y concentración.³ Basado en análisis de reclamos de compensación al trabajador, los investigadores estiman que las temperaturas más calientes causaron aproximadamente 360,000 lesiones adicionales en California durante el período 2001-2018, o aproximadamente 20,000 por año. La exposición al calor excesivo también puede llevar a brotes de condiciones crónicas como migraña, artritis, asma, enfermedad renal, hipertensión, diabetes tipo 2, y enfermedad cardiovascular, así como empeorar la salud mental, y aumentar la posibilidad de contraer una infección o de tener un ataque cardíaco.⁴

Las brechas de cumplimiento y aplicación hacen vital el entrenamiento independiente de Saber Sus Derechos para proteger la salud y seguridad del trabajador.

Mientras que los estándares de calor en el lugar de trabajo de California establecen protecciones comprensivas para trabajadores, Cal/OSHA enfrenta vacantes sustanciales de personal y deficiencias de proceso, limitando su capacidad de asegurar el cumplimiento de parte del empleador con los estándares de la seguridad de calor y otros.⁵ Una nueva auditoría estatal publicada el 17 de julio de 2025 encontró que Cal/OSHA tenía una tasa de vacantes del 32 por ciento en el año fiscal 2023-24, con tasas más altas en ciertas oficinas de distrito y posiciones de inspector.⁶ Entre los hallazgos claves de la auditoría, que revisó una muestra de archivos de quejas y accidentes: algunas inspecciones de quejas y accidentes tomaron semanas o incluso meses para iniciar, y casos fueron cerrados sin documentación de razones suficientes para cerrarlos.

El reporte de auditoría destaca un caso en el que Cal/OSHA falló en realizar una inspección en persona para una segunda queja de alto calor con el mismo empleador, donde las temperaturas de la cocina del restaurante supuestamente estaban en los 90 grados debido a que el aire acondicionado estaba descompuesto, y un trabajador fue llevado a urgencias en ambulancia para tratamiento médico.⁷ La auditoría del caso encontró que Cal/OSHA había enviado dos veces una carta al empleador en lugar de inspeccionar el sitio, y que según los registros del caso, el empleador no proporcionó evidencia, como facturas de reparación, para mostrar que habían corregido el peligro.

California debe invertir en fortalecer la capacidad de alcance, inspección y aplicación de Cal/OSHA, incluyendo aplicación anti-represalias. Además, los funcionarios públicos deberían apoyar los programas piloto propuestos de entrenamiento de Saber Sus Derechos para trabajadores de comida rápida en la Ciudad de Los Ángeles y el Condado de Santa Clara. Las brechas de cumplimiento y aplicación hacen que el entrenamiento comprensivo, independientemente administrado de Saber Sus Derechos para trabajadores de comida rápida sea tanto urgente como esencial.

Este entrenamiento de Saber Sus Derechos empodera a los trabajadores para abogar por su propia seguridad, equipándolos con el conocimiento y sabiduría que podría salvar vidas cuando enfrenten calor excesivo y otras violaciones en el trabajo. La combinación de aplicación mejorada y una fuerza laboral empoderada e informada puede mejorar el cumplimiento en toda la industria de comida rápida y reforzar la responsabilidad para empleadores que violan la ley.

HALLAZGOS CLAVES

Entre trabajadores de comida rápida de California encuestados sobre calor en el trabajo durante el período de un año desde que el Estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de California entró en vigencia el 23 de julio de 2024:

TODAVÍA DEMASIADO CALIENTE

58%

3 de cada 5 reportaron calor excesivo en el trabajo en el año previo

DOLORES DE CABEZA, MAREOS, VÓMITOS EN EL TRABAJO

48%

La mitad reportó experimentar síntomas de enfermedad por calor en el trabajo en el año previo, incluyendo: dolor de cabeza, fatiga, mareos, confusión, dolor muscular y espasmos, ritmo cardíaco elevado, sudoración intensa, piel caliente y seca, náuseas, vómitos y desmayos

TODOS LOS TRABAJADORES DE COMIDA RÁPIDA POTENCIALMENTE EN RIESGO

Trabajadores de comida rápida reportando calor excesivo dijeron que hacía demasiado calor:

- 96% en la cocina
- 40% en el drive-thru
- 43% en el frente
- 29% en el lobby
- 46% en la parte atrás en la tienda

NO ENTRENADOS QUÉ HACER SOBRE ALTO CALOR

18%

Muy pocos reportaron ser entrenados sobre qué hacer si hace demasiado calor en el trabajo, y cómo prevenir síntomas de enfermedad por calor

NO INFORMADOS SOBRE EL ESTÁNDAR DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES POR CALOR INTERIOR DE Cal/OSHA

12%

Muy pocos fueron informados por la gerencia sobre el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de Cal/OSHA

NO ENTRENADOS PARA MONITOREAR SÍNTOMAS O CÓMO BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA DE EMERGENCIA

12%

Muy pocos reportaron recibir entrenamiento requerido sobre cómo monitorear síntomas de enfermedad por calor, y cuándo y cómo buscar atención médica de emergencia cuando hacía demasiado calor en el trabajo

Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio de 2025.

TRABAJADORES REPORTANDO QUE HACÍA DEMASIADO CALOR EN EL TRABAJO DIJERON:

AIRE ACONDICIONADO DESCOMPUESTO

79%

4 de cada 5 reportaron problemas con el aire acondicionado

55% Más de la mitad de los que reportaron problemas con el aire acondicionado dijeron que la gerencia no arregló el aire acondicionado de manera oportuna

50% La mitad de los que reportaron problemas con el aire acondicionado dijeron que la gerencia comentó que era “demasiado caro” arreglar permanentemente el aire acondicionado

CALIENTE ADENTRO EN DÍAS CALIENTES

73%

3 de cada 4 dijeron que hace demasiado calor dentro de la tienda en días calientes o durante olas de calor

FALTA DE ATENCIÓN MÉDICA URGENTE

13%

Muy pocos trabajadores de los que reportaron necesitar atención urgente por enfermedad por calor dijeron que la gerencia la proporcionó.

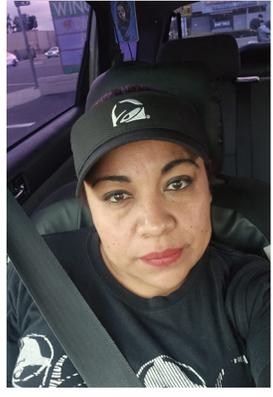
FALTA DE AGUA Y DESCANSOS PARA REFRESCARSE

9%

Muy pocos trabajadores dijeron que la gerencia implementó todos de 4 requisitos básicos de Cal/OSHA para prevenir enfermedad por calor durante alto calor: animar a los trabajadores a beber agua; proporcionar agua potable gratis, limpia y fresca; proporcionar un área de enfriamiento; y animar a los trabajadores a tomar descansos para refrescarse

46%

Casi la mitad dijo que la gerencia no implementó ninguno de estos requisitos



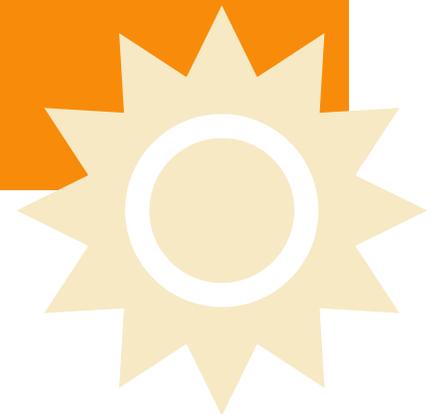
Le dije al gerente que mi compañera de trabajo estaba vomitando por el calor y necesitaba irse a casa, pero el gerente dijo que no había nadie para cubrirla, así que tuvo que regresar a trabajar inmediatamente. Yo sentí agotamiento intenso y mi ropa estaba humedecida.

El lobby estaba mucho más fresco que la cocina, pero no sabíamos que la gerencia tiene que permitirnos tomar descansos para refrescarnos. Ni siquiera nos permitieron tomar nuestros descansos de 10 minutos ese día porque no había nadie para cubrirnos.

Muchos factores contribuyeron al calor excesivo en la cocina ese día. Era un día inusualmente caluroso para marzo (2025), y el aire acondicionado no estaba suficientemente fuerte para enfriar la cocina en días calurosos. Teníamos poco personal porque faltaba uno de los cocineros, así que tuvimos que movernos muy rápido para mantenernos al corriente con las órdenes, lo que nos dio aún más calor. Era fin de semana, así que había muchas órdenes, además había una promoción, así que estaba extra ocupado, había filas en el drive-thru y el lobby, más órdenes de Doordash y UberEats. Una tienda ocupada significa más calor y vapor en la cocina. Estos factores pueden suceder en cualquier momento.

Aprendí del Sindicato de Comida Rápida de California que hay una nueva ley para protegernos de las enfermedades por calor. La gerencia nunca nos entrenó sobre la ley, o qué hacer cuando hace demasiado calor. **Los trabajadores de comida rápida como nosotros necesitamos entrenamiento sobre qué hacer cuando hace demasiado calor en el trabajo, y qué hacer si la gerencia nos hace trabajar en situaciones peligrosas.**

-María, trabajadora de Taco Bell, Los Ángeles



RECOMENDACIONES CLAVE

Hay que hacer que en los lugares de trabajo de comida rápida cumplan con el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior, con aumento de la aplicación del estándar y mecanismos mejorados para proteger a los trabajadores de represalias por ejercer su derecho a estar seguros en el trabajo.

Además, se necesita urgentemente entrenamiento de Saber Sus Derechos, de alta calidad, administrado independientemente, para dar a los trabajadores de comida rápida el conocimiento y herramientas para enfrentar el peligro del calor interior excesivo. Estos entrenamientos también prepararán a los trabajadores para navegar otros peligros y abusos que son extensos en la industria de comida rápida, como robo de salario, acoso, discriminación y represalias.⁸

Recomendaciones:

1

Los empleadores de comida rápida deben cumplir con el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior, incluyendo mantener temperaturas de aire interior seguras, proporcionar medidas preventivas requeridas como descansos para refrescarse y agua potable gratuita, limpia y fresca, y proporcionar respuesta de emergencia apropiada.

2

La aplicación del estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior debería ser fortalecida, incluso a través de mantener niveles de personal adecuado en Cal/OSHA.

3

Los mecanismos para proteger a los trabajadores de represalias por ejercer sus derechos, incluyendo los derechos a reportar peligros de salud y seguridad como calor excesivo y a rechazar trabajo que es inseguro, deberían ser fortalecidos a niveles estatales y locales, para que los trabajadores no tengan que escoger entre su salud y seguridad, y su sustento.

4

Los trabajadores de comida rápida necesitan entrenamiento de Saber Sus Derechos, presentado por organizaciones calificadas e independientes con experiencia en proporcionar entrenamiento a trabajadores de bajos ingresos, incluyendo trabajadores nacidos en el extranjero. Estos programas deben ser presentados en persona, en un ambiente de confianza, donde los trabajadores se sientan seguros haciendo preguntas.⁹ Los trabajadores necesitan ser pagados por un día cada año para asistir a estos entrenamientos.

5

El entrenamiento independiente de alta calidad de Saber Sus Derechos debe incluir información clave respecto a derechos, protecciones, programas y beneficios para todos los trabajadores de comida rápida, independientemente del estatus migratorio.

6

Los formuladores de políticas deberían apoyar esfuerzos para pilotar entrenamiento independiente de Saber Sus Derechos para trabajadores de comida rápida en la Ciudad de Los Ángeles y el Condado de Santa Clara.

ACERCA DE LA ENCUESTA DE TRABAJADORES DE COMIDA RÁPIDA DE CALIFORNIA

La Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California (julio de 2025) preguntó sobre la experiencia de los trabajadores con el calor excesivo en sus trabajos de comida rápida durante el período de un año después de la promulgación del estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de Cal/OSHA,

ACERCA DE LA ENFERMEDAD POR CALOR

La enfermedad por calor es una condición médica seria causada por exposición al calor excesivo y resultado de la incapacidad del cuerpo para hacer frente a una carga particular de calor.¹⁰ Los tipos de enfermedad por calor incluyen calambres por calor, agotamiento por calor, síncope por calor (desmayo), y golpe de calor, que puede llevar a la muerte. Mientras más tiempo una persona experimenta síntomas de enfermedad por calor sin recibir asistencia, más probable es que se enferme seriamente.

Los síntomas de enfermedad por calor incluyen:

- * Dolor de cabeza
- * Fatiga
- * Mareos
- * Confusión
- * Dolor muscular y espasmos
- * Ritmo cardíaco elevado
- * Sudoración intensa
- * Piel caliente/seca
- * Náuseas/vómitos
- * Desmayo/inconsciencia

que entró en vigencia el 23 de julio de 2024. La encuesta fue conducida por trabajadores de alcance bilingües en julio de 2025, un año después de que las nuevas reglas de calor interior entraran en vigencia. Un total de 338 trabajadores de más de 200 ubicaciones de comida rápida en 67 ciudades a través de California participaron en la encuesta. Los encuestados trabajan en restaurantes en 34 diferentes marcas principales de comida rápida incluyendo McDonald's, Jack In The Box, Burger King, Carl's Jr., Subway, KFC y Taco Bell. A los trabajadores se les hizo una serie de preguntas en profundidad sobre el alcance del problema del calor excesivo en el trabajo, y sobre el cumplimiento de la gerencia con el nuevo estándar de calor interior, incluyendo requisitos respecto a la respuesta del empleador a incidentes de calor excesivo, y entrenamiento para prevenir y responder a enfermedades por el calor.¹¹

ACERCA DE LOS TRABAJADORES DE COMIDA RÁPIDA DE CALIFORNIA

Más de 630,000 trabajadores están empleados en la industria de comida rápida en California a partir de 2025.¹² Aproximadamente el ochenta por ciento de estos trabajadores son personas de color, el sesenta por ciento son latinos/as, y más de una cuarta parte son inmigrantes.¹³ Dos de cada tres son mujeres.¹⁴ Los trabajadores de comida rápida en California constituyen la segunda fuerza laboral más grande de trabajadores con bajos salarios en el estado.¹⁵

Los trabajadores de comida rápida en California sufren violaciones frecuentes de sus derechos en el lugar de trabajo y a menudo se enfrentan a condiciones de trabajo peligrosas, insalubres y hostiles. Tan solo en los últimos cinco años, con el apoyo del Sindicato de

Trabajadores de Comida Rápida de California, los trabajadores han presentado más de 500 denuncias con agencias estatales y locales documentando los peligros de salud y seguridad, el robo de salario, y las violaciones de derechos civiles y del trabajo de menores en los lugares de trabajo de comida rápida en California.¹⁶ Numerosos estudios confirman que estos peligros y abusos son persistentes.¹⁷ Además, los trabajadores que ejercen sus derechos o denuncian violaciones en el lugar de trabajo a menudo enfrentan despidos, recortes de horas y otras acciones disciplinarias – a pesar de las prohibiciones legales sobre represalias.¹⁸

Después de más de una década de organización para abordar estos problemas, incluyendo huelgas de trabajadores en más de 450 ubicaciones de comida rápida en California, los trabajadores de comida rápida ganaron una victoria histórica con la aprobación de AB 1228 en 2023.¹⁹ Esta ley histórica estableció el Consejo de Comida Rápida de California, que proporciona a los trabajadores un asiento en la mesa con empleadores y gobierno para mejorar las condiciones de trabajo y estándares en la industria, y estableció un nuevo salario mínimo de \$20 por hora en la industria de comida rápida en California, que entró en vigencia el 1 de abril de 2024.²⁰

El peligro serio, extendido y prevenible del calor extremo en los lugares de trabajo de comida rápida en California está entre los problemas de salud y seguridad más importantes alrededor de los cuales los trabajadores de comida rápida se han organizado para ganar mejoras en su industria.²¹ Los trabajadores de comida rápida en California lucharon junto con trabajadores en otras industrias de alto riesgo por el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de Cal/OSHA, que entró en vigencia el 23 de julio de 2024, después de años de retrasos.²²

Un año después de que el estándar fue promulgado, los trabajadores de comida rápida reportan que los problemas extensos con calor excesivo en el trabajo continúan, y que sus empleadores están en gran parte fuera de cumplimiento con las nuevas reglas.²³ Los trabajadores de comida rápida ahora están presionando por acción urgente a niveles estatales y locales para apoyar políticas que harán estas protecciones necesarias una realidad, incluyendo políticas para asegurar que los trabajadores tengan acceso a entrenamientos independientes de Saber Sus Derechos que les proporcionen la información necesaria y apoyo para enfrentar apropiadamente el calor excesivo y otros peligros y abusos en el trabajo, y para proteger a los trabajadores de represalias por reportar estos problemas.

FACTORES DE RIESGO POR ENFERMEDAD POR CALOR

Muchos trabajadores de comida rápida tienen una o más condiciones o factores de riesgo asociados con mayor vulnerabilidad al calor excesivo. Estos factores incluyen:

- * **Condiciones médicas** - Enfermedad cardíaca, presión arterial alta, diabetes, obesidad y otras condiciones de salud pueden aumentar la vulnerabilidad al calor excesivo, así como cuando toman ciertos medicamentos.²⁴ Muchas de estas condiciones de salud están sobrerrepresentadas entre personas viviendo en pobreza, y entre poblaciones hispanas, negras e inmigrantes, que conforman una mayoría de la fuerza laboral en comida rápida.²⁵
- * **Edad** - Con la edad, el cuerpo típicamente es menos eficiente enfriándose, aumentando la vulnerabilidad a la exposición al calor excesivo.²⁶
- * **Embarazo** - Las trabajadoras embarazadas tienen más probabilidad de sufrir síntomas de enfermedad por calor, y tienen más probabilidad de deshidratarse, lo que también aumenta la vulnerabilidad a enfermedad por calor.²⁷ La fuerza laboral de comida rápida es predominantemente femenina, y muchas trabajadoras de comida rápida están en edad fértil.
- * **Llegando al trabajo acalorados** - Trabajadores que experimentan viajes calientes caminando o en bicicleta bajo el sol, o tomando transporte público abarrotado, y/o que no pueden refrescarse en casa debido a la falta de aire acondicionado asequible y funcionando, pueden llegar al trabajo ya acalorados y son más vulnerables al calor excesivo en el trabajo.
- * **Islas de calor** - Muchos trabajadores de comida rápida enfrentan temperaturas comparativamente más calientes en casa y en sus comunidades debido a los efectos de temperatura aumentada por la actividad urbana y el entorno construido, que se sienten desproporcionadamente en comunidades de bajos ingresos, inmigrantes y minorías.²⁸ Los factores que elevan las temperaturas en áreas urbanas incluyen la densidad de personas y actividades; y la distribución de superficies que absorben calor, como carreteras y cemento, vs. aquellas que protegen del calor, como árboles y áreas verdes.
- * **Falta de vivienda e inseguridad habitacional** - Las personas que carecen de vivienda estable son particularmente vulnerables al calor excesivo debido a su falta de acceso a refugio, sistemas de enfriamiento e hidratación, y muchas enfrentan riesgos de salud compuestos debido a condiciones crónicas existentes u otras vulnerabilidades asociadas con la falta de vivienda e inseguridad habitacional.²⁹ Los trabajadores de comida rápida están sobrerrepresentados entre las poblaciones sin hogar e inseguras habitacionalmente en California. Un estudio de 2023 encontró que 11 por ciento de los trabajadores sin hogar del estado estaban empleados en comida rápida.³⁰



El aire acondicionado se descompuso y hacía más de 100 grados dentro de la tienda, y tenía tanto calor que tuve que ponerme agua con hielo en el cuerpo mientras trabajaba.

La gerencia no nos dejó tomar descansos para beber agua o refrescarnos. Tengo diabetes, así que el calor excesivo me afecta mucho.”

-Gilberta, trabajadora de Taco Bell, San José

ACERCA DE LA INDUSTRIA DE COMIDA RÁPIDA DE CALIFORNIA

California es hogar de aproximadamente 47,000 ubicaciones de comida rápida – aproximadamente una de cada seis de los 300,000 establecimientos de la industria a nivel nacional.³¹ La industria de comida rápida de California ha crecido significativamente durante la década pasada, tanto en términos de empleo como de número de establecimientos.³² Durante el mismo período, muchas de las corporaciones más grandes de la industria de comida rápida han aumentado precios a tasas que superan la inflación.³³ Los precios de comida rápida han aumentado a nivel nacional en un 47 por ciento entre 2014 y 2023, comparado con 29 por ciento para todos los artículos de consumo.³⁴ Un estudio de 2024 del Instituto Roosevelt encontró que las diez compañías de comida rápida más grandes que cotizan en bolsa tuvieron casi \$21 mil millones en ganancias operativas totales en 2023.³⁵

Bajo el modelo de negocio de franquicia de la industria de comida rápida, las corporaciones globales establecen requisitos de operación de restaurantes, pero los franquiciados individuales son responsables de cubrir los costos para cumplirlos. Este sistema crea desincentivos financieros para que los franquiciados de comida rápida cumplan con las leyes laborales, y recompensa a operadores que recortan gastos en protecciones de salud y seguridad o usan robo de salarios y represalias contra trabajadores como herramientas para controlar costos.³⁶ La falla constante para prevenir y abordar el peligro del calor excesivo de parte de los empleadores de comida rápida en California ejemplifica esta cultura de incumplimiento a nivel de la industria y los peligros que presenta para los trabajadores.³⁷



El aire acondicionado estaba descompuesto por más de un mes, el calor dentro de la tienda - de 90 a 100 grados - nos estaba enfermando, y no sabíamos qué hacer.

Un amigo de otro restaurante de comida rápida nos dijo que habláramos con el Sindicato de Trabajadores de Comida Rápida de California, y así fue como aprendimos sobre nuestros derechos.

Presentamos una queja ante Cal/OSHA sobre el aire acondicionado descompuesto y las enfermedades por calor en el trabajo y nos fuimos a huelga por eso. Nuestro empleador trajo algunos ventiladores y aire acondicionado temporal, y luego arregló el aire acondicionado.

Todos los trabajadores de comida rápida necesitamos saber sobre nuestros derechos y qué hacer si la gerencia está ahorrando dinero a costa de nuestra seguridad y nos está enfermando.

-Silvia, Taco Bell worker, San Jose

Además de fortalecer a niveles estatales y locales los mecanismos de cumplimiento para empleadores que violan la ley a lo largo de la industria de comida rápida, se necesitan pólizas específicas para asegurar que los trabajadores de comida rápida sepan sobre sus derechos en el lugar de trabajo, sepan qué hacer cuando experimentan peligros como el calor excesivo y otros abusos, y estén empoderados para tomar acción para protegerse a sí mismos y a sus compañeros de trabajo, sin temor a represalias.



He trabajado en comida rápida durante 11 años. Hasta el día de hoy, recuerdo cuando tenía 17 años, en mi primer trabajo, el aire acondicionado no estaba funcionando y yo estaba entrenando a alguien nuevo para trabajar en la parrilla. Cuando me di la vuelta para mirarlo, se había desmayado en el piso. No sabía qué hacer..

-Erika, ex trabajadora de comida rápida, Los Ángeles

FACTORES DE RIESGO DE ENFERMEDAD POR CALOR EN LA INDUSTRIA DE COMIDA RÁPIDA

El calor interior excesivo es un peligro conocido de salud y seguridad en los lugares de trabajo de comida rápida. Los factores de riesgo de enfermedad por calor excesivo en comida rápida incluyen problemas de equipo y diseño y prácticas de gerencia, tales como:

- ✱ **Fuentes de calor radiante alto** - Parrillas, freidoras y hornos están entre los equipos de cocina en comida rápida que pueden causar áreas de alto calor.
- ✱ **Aire acondicionado que es inadecuado, descompuesto o apagado** - Las unidades de AC más viejas son a menudo débiles y vulnerables a descomponerse, especialmente durante olas de calor. Los empleadores pueden no querer pagar por reparación o reemplazo de AC, o pueden limitar el uso para ahorrar dinero.
- ✱ **Deshidratación** - La deshidratación es un factor de riesgo de enfermedad por calor. En comida rápida, múltiples factores pueden contribuir a la deshidratación, incluyendo: falta de acceso a agua potable gratis y fresca, falta de descansos requeridos para beber agua y usar el baño, y falta de conocimiento y entrenamiento.
- ✱ **Falta de ventilación** - Los drive-thrus y otras áreas de trabajo pueden estar mal ventiladas. La ventilación natural puede no ser una opción cuando las temperaturas exteriores son altas, o cuando ventanas y puertas se mantienen cerradas por seguridad contra la violencia.
- ✱ **Áreas de trabajo concurridas, personal que se mueve rápido** - Las áreas de trabajo son típicamente pequeñas por diseño, lo que puede intensificar el calor debido al abarrotamiento. Altos niveles de esfuerzo, especialmente durante horas muy ocupadas y cuando los niveles de personal son bajos, también pueden causar que las temperaturas corporales aumenten.
- ✱ **Falta de descansos preventivos para refrescarse** - Los trabajadores de comida rápida pueden no saber sobre descansos preventivos para refrescarse o no tener permitido tomarlos, y la gerencia a menudo falla en proporcionar un área fresca en la cual puedan tomar descansos – como requiere la ley.
- ✱ **Falta de entrenamiento acerca de síntomas, monitoreo y respuesta** - Los trabajadores de comida rápida a menudo carecen de conocimiento de cómo monitorearse a sí mismos y a sus compañeros de trabajo por síntomas de enfermedad por calor, y carecen de procedimientos para reportar síntomas y buscar atención médica urgente.
- ✱ **Falta de aclimatación** - Los trabajadores nuevos pueden ser asignados a trabajar en áreas de alto calor, como alrededor de parrillas, freidoras y hornos, sin el período de aclimatación requerido y monitoreo.

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

EL CALOR EXCESIVO SIGUE SIENDO EXTENSO EN COMIDA RÁPIDA

El calor excesivo es un peligro conocido en los lugares de trabajo de comida rápida. Los trabajadores de comida rápida en todo California han presentado quejas ante Cal/OSHA documentando temperaturas de 90 y 100 grados en el trabajo, y han organizado huelgas y protestas sobre este peligro.³⁸ En la Encuesta de Peligros en el Lugar de Trabajo de Comida Rápida de California 2023, publicada en el informe “¡Aguántate! Calor, peligros e indiferencia hacia la seguridad en los restaurantes de comida rápida de California,” la mayoría de los trabajadores de comida rápida encuestados reportaron experimentar calor excesivo en el trabajo.³⁹

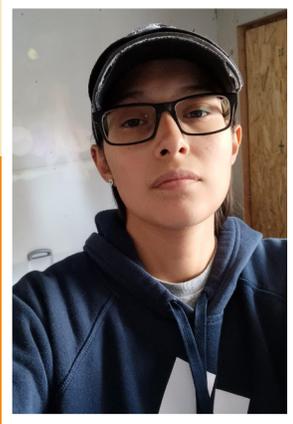
Un año completo después de que el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores promulgado el 23 de julio de 2024, los trabajadores de comida rápida en toda California continúan reportando exposición a calor excesivo en el trabajo.

58%

Casi 3 de cada 5 trabajadores de comida rápida encuestados reportaron calor excesivo en el trabajo en el año previo, desde julio de 2024



Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



No vi a mi compañera de trabajo desmayarse, pero la vi después de que golpeó el suelo. Vi llegar la ambulancia y vi a los socorristas levantarla, aún inconsciente, y llevarla al hospital.

Se desmayó por el calor excesivo, porque el aire acondicionado estaba descompuesto. Esto pasó a principios de septiembre de 2024. Ella había estado trabajando en el lobby, haciendo mantenimiento.

Me sentí enojada porque sabía que hacía demasiado calor dentro de la tienda, y la gerencia sabía que hacía demasiado calor, pero no hicieron nada al respecto, incluso después de que mi compañera de trabajo se desmayó. Tuvimos que seguir trabajando con el aire acondicionado descompuesto por varios días más.

-Amalinalli, ex trabajadora de McDonald's, Los Ángeles

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

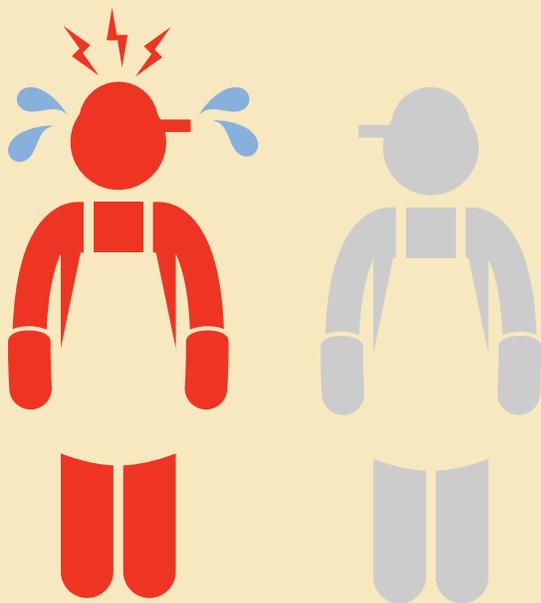
LA MITAD REPORTA SÍNTOMAS DE ENFERMEDAD POR CALOR EN EL AÑO PREVIO

El estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores de Cal/OSHA se estableció para prevenir enfermedades por calor, y requiere que los empleadores mantengan temperaturas seguras y tomen medidas preventivas si las temperaturas suben.

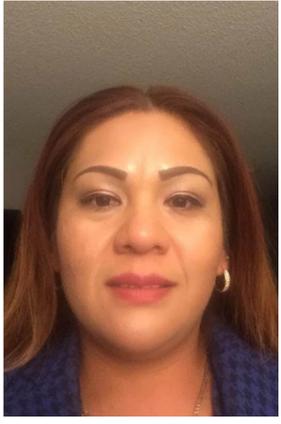
Un año completo después de que este estándar entró en vigencia, los trabajadores de comida rápida encuestados reportan que continúan experimentando síntomas de enfermedad por calor en el trabajo, como dolor de cabeza, fatiga, mareos, confusión, dolor y espasmos musculares, ritmo cardíaco elevado, sudoración excesiva, piel caliente y seca, náuseas, vómito y desmayos.

48%

La mitad de los trabajadores de comida rápida encuestados reportaron experimentar síntomas de enfermedad por calor en el trabajo en el año previo, incluyendo dolor de cabeza, fatiga, mareos, confusión, dolor y espasmos musculares, ritmo cardíaco elevado, sudoración excesiva, piel caliente y seca, náuseas, vómito y desmayos



Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



El 11 de julio de 2024 hacía más de 90 grados en la cocina y me sentí ahogada, el sudor me goteaba por todo el cuerpo, tenía la boca muy seca y me dio un dolor de cabeza fuerte. Cuando le dije al gerente de turno que tenía dolor de cabeza, él dijo que él también tenía dolor de cabeza, “por el calor.”

El McDonald's donde trabajo está dentro de un Walmart, y no hay ventanas ni puertas hacia el exterior que enfriarían la cocina. Cuando los clientes entran en días calurosos, no se sientan en el comedor porque hace demasiado calor, solo toman su comida para llevar.

Sabemos que hay aire acondicionado en el edificio porque hay un termostato en la pared, pero cuando trato de prenderlo, no funciona. Cuando mis compañeros de trabajo y yo le pedimos a la gerencia de este McDonald's que prenda el aire acondicionado, dicen que van a ir a hablar con la gerencia del Walmart, pero nada cambia. Yo misma le he preguntado a la gerencia de Walmart si pueden prender el aire acondicionado en la cocina, y siempre dicen que lo van a revisar, pero el aire acondicionado no se prende.

La gerencia de este McDonald's no nos dio ningún entrenamiento sobre cómo prevenir enfermedades por calor, o qué hacer si experimentamos síntomas, y la gerencia no nos permite tomar descansos para beber agua o descansos para refrescarnos, incluso cuando les decimos que tenemos síntomas de enfermedad por calor.

Mis compañeros de trabajo y yo hemos estado trabajando en calor excesivo en días calurosos durante los 3 años completos que he estado trabajando aquí, pero no sabía que había algo que pudiera hacer al respecto - como contactar a Cal/OSHA - hasta que aprendí sobre mis derechos y qué hacer en el Sindicato de Trabajadores de Comida Rápida de California.

-Marbella, trabajadora de McDonald's, Gilroy

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

TODOS LOS TRABAJADORES DE COMIDA RÁPIDA ESTÁN EN RIESGO DE EXPOSICIÓN A CALOR EXCESIVO

La exposición a calor excesivo en comida rápida no se limita a la cocina, y todos los trabajadores de comida rápida están potencialmente en riesgo.

Los trabajadores de comida rápida que experimentan calor excesivo en el trabajo reportan abrumadoramente calor excesivo en las cocinas, que a menudo cuentan con fuentes de calor radiante como parrillas, freidoras y hornos.

Los trabajadores de comida rápida encuestados, sin embargo, reportan calor excesivo en todas las partes de la tienda, incluyendo en el drive-thru, lobby, y áreas frontales y traseras de la tienda. Factores como ventilación deficiente y falta de mantenimiento y reparación de unidades de aire acondicionado contribuyen al calor excesivo en las tiendas de comida rápida.

Trabajadores de comida rápida reportando calor excesivo dijeron que hacía demasiado calor:



Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



Las temperaturas en el drive-thru a menudo llegan a los 90 grados. Me dan dolores de cabeza que no se quitan y siento como si fuera a vomitar por el calor.

Les decíamos a la gerencia todo el tiempo que hacía demasiado calor y pedíamos dejar abierta la ventana del drive-thru, pero la gerencia no nos deja, dicen que el aire más fresco de afuera va a enfriar la comida.

-Yésica, trabajadora de El Pollo Loco, Los Ángeles

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

LA GERENCIA DICE QUE REPARAR EL AIRE ACONDICIONADO PERMANENTEMENTE ES “DEMASIADO CARO”

Los trabajadores de comida rápida que experimentan calor excesivo en el trabajo reportan que las unidades de aire acondicionado están descompuestas, apagadas o son insuficientemente poderosas para enfriar las áreas de trabajo. Los trabajadores también reportan largas esperas para reparaciones, que las unidades de aire acondicionado se descomponen frecuentemente, y que la gerencia a menudo dice que es “demasiado caro” reparar permanentemente el aire acondicionado.

Bajo el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores de Cal/OSHA y otras regulaciones, los empleadores están obligados a mantener temperaturas de aire interior seguras y cómodas, y a mantener y usar controles de ingeniería, como el aire acondicionado, para hacerlo. Específicamente, los empleadores están obligados a usar controles de ingeniería cuando la temperatura excede 87°F cuando los trabajadores están presentes, o cuando los trabajadores están en un área de calor radiante alto y la temperatura es igual o excede 82°F.⁴⁰ En comida rápida, las parrillas, freidoras y hornos son fuentes comunes de calor radiante.

De los trabajadores que reportaron que hacía demasiado calor en el trabajo:

79% 4 de cada 5 reportaron problemas con el aire acondicionado

 **55%** Más de la mitad de los que reportaron problemas con el aire acondicionado dijeron que la gerencia **no reparó el aire acondicionado oportunamente**

 **50%** La mitad de los que reportaron problemas con el aire acondicionado dijeron que la gerencia dijo que era “**demasiado caro**” reparar permanentemente el aire acondicionado

Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



El aire acondicionado de este Taco Bell se sigue descomponiendo y la gerencia dice que es demasiado caro arreglarlo, así que solo lo arreglan temporalmente y se vuelve a descomponer, y nosotros sufrimos sin razón.

El año pasado (2024) no tuvimos aire acondicionado por 2 días y nos sentíamos como si nos estuviéramos ahogando. Se puso demasiado caliente otra vez en abril de 2025 y otra vez a mediados de mayo. El 14 de mayo para las 5 pm, hacía tanto calor que sudé a través de mi camiseta interior y me la tuve que quitar. Tengo presión alta y me siento terrible cuando hace demasiado calor. La gerencia no nos dio un ventilador ni nos dijo que tomáramos agua ni nada.

He estado trabajando en comida rápida por 23 años y no he tenido un entrenamiento sobre el calor. No sabía que hay una nueva ley para prevenir enfermedades por calor interior, lo estoy aprendiendo ahora del Sindicato.

-Dolores, trabajadora de Taco Bell, San José

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

DEMASIADO CALOR EN EL TRABAJO EN DÍAS CALUROSOS O DURANTE OLAS DE CALOR

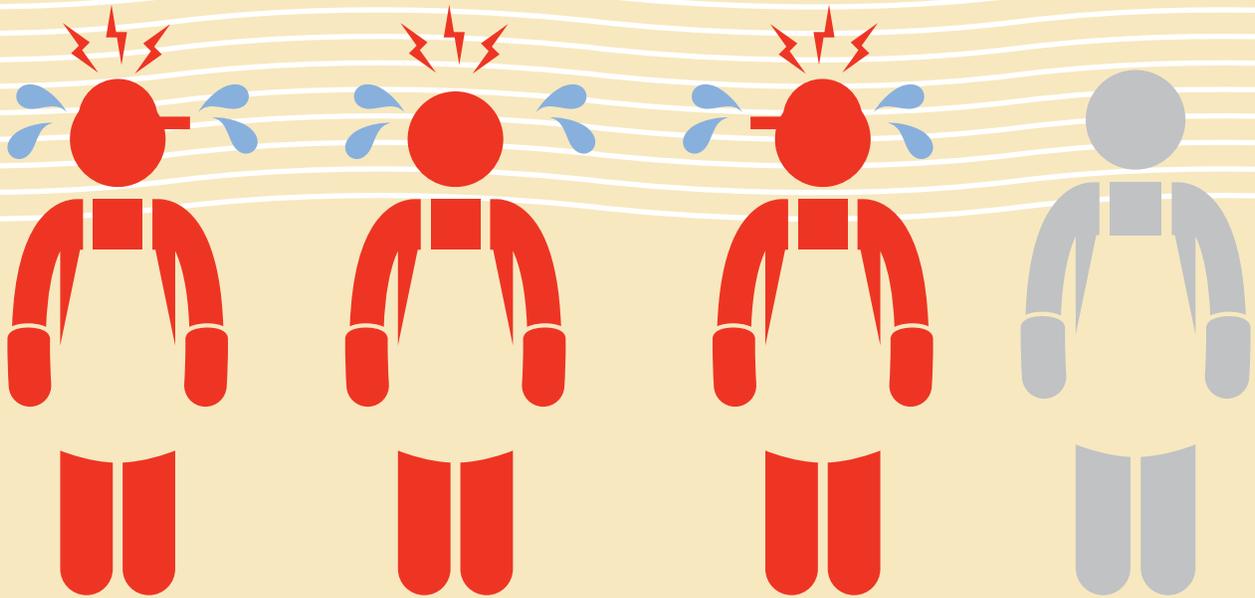
Con las temperaturas aumentando en todo el mundo y en California, el calor excesivo en el trabajo es un problema que no desaparecerá por sí solo.⁴¹

Los días calurosos y las olas de calor aumentan el estrés en las unidades de aire acondicionado, y muchas se descomponen. Muchos trabajadores de comida rápida reportan que las temperaturas interiores son más altas en días calurosos.

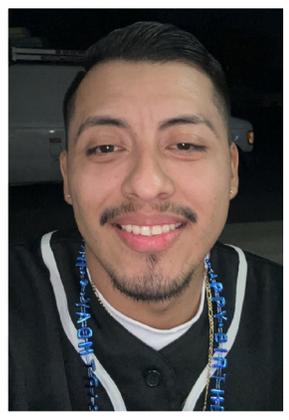
De los trabajadores que reportaron que hacía demasiado calor en el trabajo:

73%

3 de cada 4 dijeron que hace demasiado calor dentro de la tienda en días calurosos o durante olas de calor



Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



Durante el verano, se pone demasiado caliente en la cocina.

La gerencia nos hace ir al congelador para refrescarnos, pero siento que eso no es saludable para nosotros.

A veces sí arreglan el aire acondicionado, pero se vuelve a descomponer dos semanas después.

-Samuel, trabajador de Taco Bell, Alhambra

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

RESPUESTA DEFICIENTE A INCIDENTES: LA GERENCIA NO PROPORCIONA LA ATENCIÓN MÉDICA URGENTE NECESARIA POR ENFERMEDADES POR CALOR

Las enfermedades por calor son peligrosas, pueden progresar rápidamente, y sin tratamiento adecuado, pueden causar lesiones permanentes o la muerte.⁴²

El estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores de Cal/OSHA requiere que se proporcionen servicios médicos de emergencia lo más rápido posible si un trabajador sufre de una enfermedad por calor. La guía de Cal/OSHA dice:⁴³

Los empleadores deben tener procedimientos específicos para asegurar que los supervisores y trabajadores estén capacitados para reconocer las señales y síntomas de enfermedades por calor, proporcionar primeros auxilios básicos (como toallas refrescantes y sombra), obtener servicios médicos de emergencia, y no permitir que un trabajador con señales o síntomas de enfermedad por calor sea dejado solo o enviado a casa sin que se le ofrezcan primeros auxilios en el lugar o se le proporcionen servicios médicos de emergencia. Los empleadores deben estar preparados para transportar trabajadores de manera segura a un lugar donde puedan ser atendidos por un proveedor médico de emergencia cuando sea necesario. El objetivo es detener la rápida progresión a enfermedades más serias, que pueden incluir confusión mental, pérdida del conocimiento, convulsiones y muerte.

De los trabajadores que reportaron que hacía demasiado calor en el trabajo:

 13%

Muy pocos de los trabajadores que reportaron necesitar atención urgente por enfermedad por calor dijeron que la gerencia la proporcionó

Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



Hacía un terrible calor en la cocina, mi cara y labios se pusieron blancos, me dio un dolor de cabeza fuerte, estaba sudando excesivamente, y me sentía como si la energía se hubiera drenado completamente de mi cuerpo y como si me fuera a desmayar. Mi compañera de trabajo me dio una bebida deportiva con hielo y me dijo que me sentara. La gerente vio esto pero no preguntó si estaba bien ni dijo nada.

Unos pocos días después, la temperatura llegó a 104.5 en la cocina al mediodía. Noté a una compañera de trabajo joven cuya piel y labios estaban pálidos, y se veía como si se fuera a desmayar. Le di una bebida deportiva con hielo y la hice sentarse. Eventualmente, nuestro gerente la mandó a casa, pero antes de que se fuera la vi saliendo del baño como si acabara de vomitar.

-Martha, trabajadora de Taco Bell, Alhambra

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

RESPUESTA DEFICIENTE A INCIDENTES: LA GERENCIA NO PROPORCIONA AGUA POTABLE GRATUITA Y OTROS PROTOCOLOS PARA PREVENIR ENFERMEDADES POR CALOR

El estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores de Cal/OSHA requiere que la gerencia tome varias medidas específicas para proteger a los trabajadores de enfermedades por calor cuando las temperaturas suben en el trabajo. Estas medidas de sentido común incluyen alentar a los trabajadores a beber agua, proporcionar agua potable gratuita, alentar a los trabajadores a tomar descansos para refrescarse para que puedan beber agua y refrescarse, y proporcionar áreas frescas para hacerlo. La guía de Cal/OSHA dice:⁴⁴

El estándar requiere no solo que se proporcione agua, sino que los empleadores recuerden y alienten a los trabajadores a beberla frecuentemente. Los trabajadores deben ser recordados a lo largo del turno de trabajo para beber mucha agua. ...

El empleador está obligado a permitir y alentar a los trabajadores a tomar un descanso para refrescarse en un área fresca por un período de no menos de cinco minutos a la vez cuando sientan la necesidad de hacerlo para protegerse del sobrecalentamiento. Esperar hasta que aparezcan los síntomas antes de tomar un descanso para refrescarse puede ser demasiado tarde. Es crucial que los trabajadores no sean apurados mientras toman el descanso para refrescarse, ya que el propósito del descanso para refrescarse es reducir el estrés por calor en el trabajador.

De los trabajadores que reportaron que hacía demasiado calor en el trabajo:

9% Muy pocos trabajadores dijeron que la gerencia implementó todos de 4 requisitos básicos de Cal/OSHA para prevenir enfermedades por calor durante altas temperaturas: alentar a los trabajadores a beber agua; proporcionar agua potable gratuita, limpia y fresca; proporcionar un área fresca; y alentar a los trabajadores a tomar descansos para refrescarse

46% Casi la mitad dijo que la gerencia no implementó ninguno de estos requisitos

Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



A veces los compañeros de trabajo vienen al drive-thru y sacan la cabeza por la ventana para sentir el aire fresco de afuera.

Se pone muy caliente en el drive-thru, hasta el punto que me duele la cabeza por el calor. Creo que los dolores de cabeza son por deshidratación. Voy atrás para tomar un sorbo de agua, pero la gerencia me presiona para que regrese al drive-thru rápidamente, porque no hay nadie para cubrirme.

-Guillermo, trabajador de El Pollo Loco, Los Ángeles



Cuando aprendí del Sindicato que si hace demasiado calor en la tienda, deberíamos tener descansos para refrescarnos, ¡me puse a reír, porque ni me puedo imaginar tal cosa!

-Romualda, trabajadora de Wendy's, Oakland

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

TRABAJADORES CARECEN DE CAPACITACIÓN SOBRE CÓMO PREVENIR ENFERMEDADES POR CALOR Y SOBRE LAS REGULACIONES ESTATALES QUE LOS PROTEGEN

Muchos trabajadores reportan que no reciben capacitación sobre qué hacer si las temperaturas suben en el trabajo, o cómo prevenir enfermedades por calor, como lo requiere el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores de Cal/OSHA. La mayoría de los trabajadores no fueron informados por la gerencia sobre este estándar, muestran los resultados de la encuesta.

La guía de Cal/OSHA dice que la capacitación en Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores debe incluir:⁴⁵

Factores de riesgo ambientales y personales para enfermedades por calor; los procedimientos del empleador para cumplir con el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores; la importancia del consumo frecuente de agua; la importancia y métodos de aclimatación; señales y síntomas de los diferentes tipos de enfermedades por calor; la importancia de que los trabajadores reporten inmediatamente al empleador señales y síntomas de enfermedad por calor en ellos mismos o compañeros de trabajo; los procedimientos del empleador para responder a señales y síntomas de enfermedad por calor, como primeros auxilios; procedimientos de respuesta de emergencia, incluyendo contactar servicios médicos de emergencia con direcciones claras al lugar de trabajo; y antes de supervisar trabajadores, el supervisor debe ser capacitado en toda la información listada arriba y cómo monitorear y responder a reportes de clima caliente, si el área de trabajo es afectada por temperaturas exteriores.



18%

Muy pocos trabajadores de comida rápida encuestados reportaron recibir capacitación sobre qué hacer si hace demasiado calor en el trabajo, y cómo prevenir síntomas de enfermedad por calor



12%

Muy pocos trabajadores de comida rápida encuestados fueron informados por la gerencia sobre el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores de Cal/OSHA

Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.

Las temperaturas en la cocina están en los 90 grados, y ahora mismo el flujo de aire está bloqueado porque la cocina está rodeada con plástico debido a trabajos de construcción, concentrando el calor de las parrillas y los hornos, y empeorando el problema del calor. Mis compañeros de trabajo y yo nos mareamos por el calor, y sufrimos dolores de cabeza fuertes. Nos empapamos de sudor, y sentimos que no podemos respirar.

Aprendimos del Sindicato de Trabajadores de Comida Rápida de California que nuevas regulaciones de Cal/OSHA entraron en vigencia en julio de 2024 para proteger a trabajadores como nosotros del calor alto. Se requiere que la gerencia arregle el aire acondicionado, nos entrene sobre cómo prevenir enfermedades por calor, y qué hacer si experimentamos síntomas. Si las temperaturas en la cocina suben, la gerencia debería alentarnos a mantenernos hidratados y proporcionar descansos para beber agua y descansos para refrescarnos según sea necesario, y tomar otras medidas para prevenir que suframos enfermedades por calor – pero nada de eso está pasando.

Después de días realmente calurosos trabajando en la cocina, me despierto al día siguiente con dolores en el cuerpo, pero en mi segundo trabajo en una taquería, donde el aire acondicionado funciona, esto no pasa – hace la diferencia cuando el empleador sigue las reglas sobre mantener el aire acondicionado funcionando.

-Virgilio, trabajador de Burger King, Newark

RESULTADOS: ENCUESTA SOBRE CALOR EXCESIVO EN COMIDA RÁPIDA

LOS TRABAJADORES CARECEN DE CAPACITACIÓN SOBRE CÓMO MONITOREAR SÍNTOMAS DE ENFERMEDAD POR CALOR Y BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA DE EMERGENCIA CUANDO SEA NECESARIO

El estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Interiores de Cal/OSHA requiere que los empleadores capaciten a los trabajadores sobre cómo monitorear síntomas de enfermedad por calor, y cuándo y cómo buscar atención médica de emergencia. El estándar también requiere que los empleadores monitoreen a los trabajadores por síntomas y proporcionen primeros auxilios apropiados y respuesta de emergencia. La guía de Cal/OSHA dice:⁴⁶

Los trabajadores deben ser monitoreados durante un descanso para refrescarse y se les debe preguntar si están experimentando algún síntoma de enfermedad por calor, incluyendo fatiga simple. Si se observan o reportan señales o síntomas de enfermedad por calor, el empleador no debe ordenar al trabajador regresar al trabajo y debe observar continuamente al trabajador hasta que las señales y síntomas hayan mejorado. Señales y síntomas tempranos comunes de enfermedad por calor pueden incluir piel pálida, sudoración pesada, dolor de cabeza, calambres musculares y fatiga...

Si se sospecha enfermedad por calor, se deben iniciar procedimientos apropiados de primeros auxilios y respuesta de emergencia (si es necesario) sin demora. Ningún trabajador con señales o síntomas de enfermedad por calor debe ser dejado sin supervisión o enviado a casa sin que se le ofrezcan primeros auxilios en el lugar o se le proporcionen servicios médicos de emergencia.



12%

Muy pocos reportaron recibir la capacitación requerida sobre cómo monitorear síntomas de enfermedad por calor, y cuándo y cómo buscar atención médica de emergencia, cuando hacía demasiado calor en el trabajo

Fuente: Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California, julio 2025.



Desde que el aire acondicionado se descompuso en el trabajo otra vez, he estado empapada de sudor y he tenido dolores de cabeza terribles.

En junio (2025) la gerencia circuló un papel con información sobre nuestros derechos respecto al calor excesivo, y le dijeron a cada uno de nosotros que lo firmáramos. La gerencia no explicó qué había en el papel ni proporcionó ningún entrenamiento real sobre el calor excesivo, pero pude leer un poco de lo que estaba escrito y vi que teníamos el derecho de tomar agua y tomar descansos en un lugar fresco. Le pregunté al gerente por qué deberíamos firmar el papel si el aire acondicionado aún no funciona, y se rió pero no respondió. Firmé el papel porque tenía que hacerlo, pero no siento que fui entrenada apropiadamente sobre cómo mantenerme segura en calor excesivo, o que la gerencia esté cumpliendo con las reglas del calor excesivo.

La gerencia no nos alienta a tomar agua en días calurosos, y recientemente cuando traté de tomar más agua, el gerente estaba visiblemente molesto conmigo por ir al baño. Aunque legalmente tenemos el derecho a descansos para tomar agua y refrescarnos, no nos dan el tiempo para tomarlos.

-Erika, trabajadora de El Pollo Loco, San José

RESUMEN DE DERECHOS DE PROTECCIÓN CONTRA CALOR INTERIOR EN EL TRABAJO

Una nueva ley, el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor en Lugares de Empleo Interiores (Código Laboral de California Título 8 Sección 3396) entró en vigencia el 23 de julio de 2024, estableciendo requisitos para que los empleadores establezcan e implementen planes efectivos de Prevención de Enfermedades por Calor y otros requisitos para proteger a la mayoría de los trabajadores de California - incluyendo trabajadores de comida rápida - del peligro del calor interior excesivo.⁴⁷

El calor interior excesivo ha sido durante mucho tiempo un peligro conocido de salud y seguridad en restaurantes. Desde 1991, la mayoría de los empleadores en California, incluyendo empleadores de comida rápida, han sido requeridos a enfrentar tales peligros conocidos en el lugar de trabajo en sus planes de Prevención de Lesiones y Enfermedades bajo el Título 8 Sección 3203 del Código Laboral de California, aplicado por Cal/OSHA.⁴⁸ Bajo este estándar general, se requiere que los empleadores identifiquen peligros en el lugar de trabajo, informen a los trabajadores sobre estos peligros, tomen pasos para reducir los peligros, y capaciten a los trabajadores en prácticas seguras.

El nuevo estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior va más allá de este estándar general con requisitos claros específicos al peligro del calor interior. Estos requisitos incluyen: capacitar trabajadores para prevenir, identificar, monitorear y responder a síntomas de enfermedad por calor; provisión de agua y descansos preventivos para refrescarse; seguimiento de temperaturas interiores cuando empiecen a subir; y el uso de controles mecánicos (como aire acondicionado y ventiladores) y controles administrativos (como descansos y rotación de asignaciones) para proteger a los trabajadores de enfermedades por calor. Los trabajadores nuevos y recién asignados deben ser aclimatados al trabajo en áreas de alto calor, y deben ser monitoreados por síntomas de enfermedad por calor durante el período de aclimatación.

Otras leyes existentes proporcionan protecciones adicionales del calor interior excesivo, como requisitos para mantener equipos de aire acondicionado y ventilación funcionando.⁴⁹ Las leyes también prohíben represalias del empleador contra trabajadores que reportan peligros de salud y que se niegan a trabajar bajo condiciones inseguras.⁵⁰

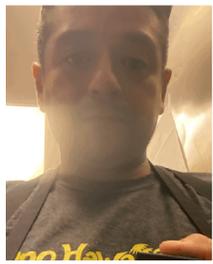
PLAN DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES POR CALOR INTERIOR

El estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior se aplica a lugares de trabajo donde las temperaturas igualan o exceden 82°F cuando los empleados están presentes, como restaurantes de comida rápida.⁵¹ El estándar requiere que

los empleadores establezcan, implementen y mantengan un Plan de Prevención de Enfermedades por Calor escrito efectivo.⁵² Este plan debe estar disponible en el lugar de trabajo tanto en inglés como en el idioma entendido por la mayoría de los trabajadores.⁵³ Como mínimo, el plan debe detallar procedimientos específicos para proporcionar agua, acceder a áreas frescas, medir temperatura e índice de calor, identificar factores de riesgo ambiental, implementar medidas de control, responder a emergencias, y aclimatar trabajadores.⁵⁴

La regulación requiere que los empleadores involucren activamente a empleados y sus representantes sindicales en el proceso de seguridad por calor.⁵⁵ Los empleadores deben establecer procedimientos efectivos para involucrar a trabajadores y representantes sindicales en planificar y conducir mediciones de temperatura, registrar datos de calor, e identificar factores de riesgo ambiental que podrían contribuir a enfermedades por calor.⁵⁶

Se activan requisitos adicionales cuando las temperaturas o el índice de calor alcanza 87°F, o cuando los empleados trabajan en un área donde la temperatura alcanza 82°F y hay una fuente de calor radiante alto, como



Una vez cuando trabajaba en Ono Hawaiian BBQ, desperté en la parte trasera de una ambulancia porque me desmayé en la cocina por el calor. Literalmente estaba haciendo unas salsas y desperté en la parte trasera de una ambulancia.

Tan pronto como desperté, me levanté y dejé la ambulancia y regresé al trabajo, porque no quería que la gerencia pensara que era demasiado débil para manejar el trabajo, y tenía miedo de que me despidieran.

Eso fue en noviembre de 2021. Continué trabajando en Ono Hawaiian porque necesitaba el trabajo. Y siguió haciendo calor. La parrilla está a 400 grados, y la línea junto a las mesas de vapor también está caliente. Cuando solía trabajar turnos de 12 horas me iba a casa durante mi descanso de almuerzo para cambiarme a un uniforme limpio porque mi ropa estaba empapada de sudor. A veces mi corazón latía tan fuerte que se sentía como si fuera a salirse de mi pecho. Me daban dolores de cabeza pulsantes y me sentía mareado.

Incluso después de ese incidente, la gerencia no arregló el problema del calor, ni nos entrenó sobre qué hacer si teníamos síntomas. No sabía nada sobre seguridad del calor, o Cal/OSHA, o mis derechos en el trabajo. Cuando empecé a aprender sobre eso del Sindicato de Trabajadores de Comida Rápida de California, llevé un termómetro al trabajo y medí la temperatura a 101 grados el 20 de junio de 2024, y presenté una queja de calor excesivo al Cal/OSHA unos días después.

-Myno, ex trabajador de Ono Hawaiian, Los Ángeles

las áreas alrededor de parrillas, freidoras y hornos en comida rápida.⁵⁷ Bajo estas condiciones, los empleadores deben tomar acción para reducir las temperaturas, comenzando con controles de ingeniería factibles para reducir temperaturas por debajo de 87°F, o por debajo de 82°F para empleados trabajando en áreas de calor radiante alto, y luego agregar controles administrativos si los controles de ingeniería no son suficientes. Los controles de ingeniería incluyen aire acondicionado, ventiladores y ventilación natural. Los controles administrativos incluyen rotar empleados, programar trabajo más temprano o más tarde en el día, usar horarios de trabajo/descanso, reducir intensidad o velocidad de trabajo, reducir horas de trabajo, cambiar ropa de trabajo requerida, y usar trabajadores de relevo.

REQUISITOS DE CAPACITACIÓN

Los empleadores deben proporcionar capacitación efectiva tanto a empleados supervisores como no supervisores sobre varios temas clave antes de que comiencen a trabajar en un ambiente potencialmente caliente.⁵⁸ Esto incluye información sobre factores de riesgo ambientales y personales para enfermedad por calor, incluyendo cómo la ropa y equipo pueden aumentar el estrés por calor.⁵⁹ Los trabajadores deben ser capacitados sobre los procedimientos específicos de su empleador para proporcionar agua, áreas frescas y medidas de control, así como su derecho a ejercer estas protecciones sin represalias.⁶⁰

Los empleados también necesitan saber sobre la importancia del consumo frecuente de agua (hasta cuatro tazas por hora en condiciones calientes) y el concepto de aclimatación – la adaptación gradual del cuerpo al calor que se desarrolla durante varios días de exposición.⁶¹ La capacitación debe cubrir diferentes tipos de enfermedad por calor, síntomas y respuestas apropiadas, enfatizando que la enfermedad por calor puede progresar rápidamente de síntomas leves a una emergencia que amenaza la vida.⁶² Se debe enseñar a los trabajadores a reportar inmediatamente síntomas en ellos mismos o compañeros de trabajo, y los supervisores requieren capacitación adicional sobre como implementar protecciones y responder apropiadamente cuando los trabajadores muestran señales de enfermedad relacionada con el calor.⁶³

REQUISITOS DEL ESTÁNDAR DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES POR CALOR INTERIOR DE CALIFORNIA

En lugares de trabajo donde las temperaturas interiores igualan o exceden 82°F cuando los empleados están presentes, el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior requiere que los empleadores tomen acción para prevenir enfermedades por calor interior, incluyendo:⁶⁴

- * Establecer un Plan de Prevención de Enfermedades por Calor escrito
- * Proporcionar capacitación efectiva sobre prevención de enfermedades por calor
- * Proporcionar acceso a agua potable gratuita, limpia y fresca
- * Recordar y alentar a los trabajadores a lo largo del turno de trabajo a beber mucha agua
- * Proporcionar áreas frescas mantenidas por debajo de 82°F
- * Proporcionar descansos preventivos para refrescarse cuando sea necesario, y monitorear trabajadores tomando descansos para refrescarse por síntomas de enfermedad por calor
- * Capacitar trabajadores sobre procedimientos de respuesta de emergencia
- * Proporcionar primeros auxilios apropiados o respuesta de emergencia

Provisiones adicionales del estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior se aplican en lugares de trabajo cuando las temperaturas interiores igualan o exceden 87°F cuando los empleados están presentes, y donde los trabajadores trabajan en un área de calor radiante alto (parrillas, freidoras y hornos son fuentes de calor radiante) y la temperatura iguala o excede 82°F:

- * Evaluar la temperatura y mantener registros precisos.
- * Reducir temperaturas por debajo de 87°F, o por debajo de 82°F en áreas de calor radiante alto, usando 'controles de ingeniería' factibles primero, como aire acondicionado, ventiladores, ventanas y puertas.
- * Aclimatar trabajadores y observar trabajadores por señales de enfermedad por calor. Para trabajadores recién contratados y trabajadores existentes no aclimatados, la mejor práctica es aumentar gradualmente la duración del turno durante las primeras una a dos semanas.
- * Cuando los controles de ingeniería factibles no son suficientes para reducir temperaturas por debajo de 87°F, o por debajo de 82°F en áreas de calor radiante alto, usar 'controles administrativos', tales como:
 - ⊗ Modificar horarios y actividades de trabajo a horas del día cuando la temperatura es más fresca o programar turnos más cortos, especialmente durante olas de calor.
 - ⊗ Requerir descansos obligatorios en un ambiente más fresco, como un lugar sombreado o un edificio con aire acondicionado. La duración de los descansos debe aumentar conforme aumenta el estrés por calor.
 - ⊗ Programar trabajo en períodos o horas del día más frescas, como temprano en la mañana o tarde en la tarde.
 - ⊗ Rotar funciones de trabajo entre trabajadores para ayudar a minimizar el esfuerzo y exposición al calor.
 - ⊗ Reducir intensidad o velocidad de trabajo.
 - ⊗ Modificar ropa de trabajo.
 - ⊗ Marcar fuentes de calor claramente para que si los trabajadores deben trabajar cerca, estén conscientes de los peligros.
 - ⊗ Requerir que los trabajadores trabajen en pares o grupos durante calor extremo para que puedan monitorearse mutuamente por señales de enfermedad por calor.

APLICACIÓN DEL ESTÁNDAR DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES POR CALOR INTERIOR

Cal/OSHA tiene jurisdicción sobre casi todos los lugares de trabajo en California, y es responsable de la aplicación de la mayoría de las leyes relacionadas con la salud y seguridad del trabajador, incluyendo el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior.⁶⁵ Cal/OSHA proporciona servicios de consulta para ayudar a los empleadores a entender y cumplir con los estándares, conduce inspecciones, investiga quejas presentadas por trabajadores, defensores y el público, y toma acciones de aplicación incluyendo emitir citaciones y multas por violaciones.⁶⁶ Cal/OSHA tiene la autoridad para emitir órdenes de parar el trabajo si hay un peligro inminente de lesiones fatales o serias.

Las altas tasas de vacantes a largo plazo en Cal/OSHA, particularmente entre inspectores de seguridad, limitan la capacidad de Cal/OSHA para cumplir su misión.⁶⁷ En agosto de 2024, Cal/OSHA tenía una tasa de vacantes del 46% en posiciones de inspectores de aplicación de campo, con solo un inspector por cada 130,000 trabajadores en todo el estado, resultando en capacidad limitada para inspeccionar lugares de trabajo, incluyendo las 47,000 tiendas de comida rápida ubicadas en el estado.⁶⁸

El número de inspecciones de Cal/OSHA a través de industrias ha estado en declive, y los tiempos de respuesta son inadecuados para abordar peligros severos o inminentes. En un reporte de julio de 2025, el Auditor Estatal encontró que Cal/OSHA había tomado semanas o incluso meses para iniciar inspecciones, incluyendo en situaciones donde estaba legalmente requerido a actuar de manera oportuna. Por ejemplo, el reporte encontró que aunque la agencia está requerida a investigar quejas de peligro inminente dentro de 24 horas, en 41 por ciento de las quejas que revisó, Cal/OSHA había tomado más de 15 días para iniciar una queja, con poca capacidad para responder a peligros súbitos e inminentes, como altas temperaturas en una cocina de comida rápida durante una ola de calor. “Comenzando en 2020, la mayoría de las quejas de trabajadores sobre condiciones inseguras o insalubres resultaron en que Cal/OSHA simplemente envió una carta al empleador involucrado, en lugar de hacer una inspección real del sitio de trabajo,” reporta Garrett Brown, un ex inspector de Cal/OSHA y defensor de la salud y seguridad del trabajador.⁶⁹

La falla de implementar el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior por muchos empleadores de comida rápida y la capacidad limitada de Cal/OSHA para responder de manera oportuna a quejas de trabajadores de exposición excesiva al calor hacen esencial que se proporcione a los trabajadores de comida rápida capacitación independiente de Saber Sus Derechos, para que los trabajadores de comida rápida sepan qué hacer cuando enfrentan calor excesivo y otros peligros en el lugar de trabajo.

Los trabajadores de California tienen el derecho de reportar peligros en el lugar de trabajo a su empleador y a Cal/OSHA, y a rechazar trabajo que piensan es inseguro.⁷⁰ Sin embargo, los resultados de la encuesta de trabajadores de comida rápida y las Quejas de Represalias de Cal/OSHA presentadas por trabajadores de comida rápida en California muestran que los trabajadores a menudo temen, y experimentan, represalias por reportar peligros de salud y seguridad, incluyendo calor excesivo, o rechazar trabajo inseguro. La Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California de 2023 encontró que cincuenta y seis por ciento de los

trabajadores de comida rápida de largo plazo encuestados, y 47 por ciento de todos los encuestados, dijeron que no sienten que pueden pedirle a la gerencia que aborde problemas de salud y seguridad sin temor a represalias.⁷¹

Aunque la ley prohíbe represalias contra trabajadores que reportan peligros o rechazan trabajo inseguro, los trabajadores que ejercen sus derechos pueden enfrentar represalias, como cortes en horas de trabajo, peores asignaciones de trabajo, y despido. Una enmienda reciente al Código Laboral de California cambió la carga de evidencia del empleado al empleador en casos de represalias donde tales acciones ocurren dentro de 90 días de que un trabajador afirme sus derechos, incluyendo bajo Cal/OSHA, creando una presunción refutable de represalias del empleador.⁷²

No obstante, los trabajadores de comida rápida a menudo enfrentan elecciones imposibles entre trabajar en condiciones inseguras como calor extremo, y arriesgar sus trabajos para reportar tales peligros o rechazar trabajo inseguro. La capacitación independiente de Saber Sus Derechos para trabajadores de comida rápida debe incluir información sobre cómo prevenir y responder a enfermedades por calor y otros peligros, y qué hacer si los empleadores ignoran o toman represalias contra los trabajadores, incluyendo información sobre los muchos lugares y procedimientos para buscar justicia en casos de represalias. Las represalias son menos probables cuando todos los trabajadores entienden sus derechos y pueden ejercerlos colectivamente.⁷³

CUANDO TODO SALE BIEN: LA HISTORIA DE LUZ

Son las 3 pm, un día martes caluroso. Hace unos 15 minutos, el aire acondicionado en la cocina dejó de funcionar otra vez. Está a 90 grados afuera, y con el calor de las freidoras y la parrilla, la cocina se está poniendo muy caliente. Luz le manda un texto al gerente, quien actualmente no está en el sitio, para hacerle saber lo que está pasando, y toma un descanso para refrescarse en el lobby, que está más fresco que la cocina. Bebe agua fresca, y luego regresa a la cocina y envía a un compañero de trabajo a tomar un descanso para refrescarse.

El gerente reporta el problema para que el aire acondicionado sea reparado lo más rápido posible, y luego va a la tienda para re-capacitar a los trabajadores sobre prevención de enfermedades por calor, revisar la temperatura, y monitorear a los trabajadores por síntomas de enfermedad por calor. Le recuerda a Luz y sus compañeros sobre la importancia de mantenerse hidratados, revisa los síntomas de enfermedad por calor con todos los trabajadores, en inglés y español, los idiomas hablados por los trabajadores, y les recuerda a todos que se cuiden unos a otros y reporten cualquier síntoma inmediatamente. Uno de los trabajadores es designado como el que lleva los registros para anotar la temperatura, fecha y hora, y actualizarla cada hora.

El gerente también les recuerda a todos tomar sus descansos para comer y descansar, y que pueden tomar descansos extras en el lobby para refrescarse y beber agua si es necesario. Los trabajadores en la cocina y el drive-thru, donde también hace mucho calor, se turnan tomando descansos para refrescarse hasta que el aire acondicionado sea arreglado.



Nuestra familia ha sido puesta en una situación terrible, porque la gerencia del McDonald's donde trabajo está tomando represalias contra mí por levantar la voz cuando el aire acondicionado no funcionaba durante una ola de calor.

Se sentía como un sauna dentro de la tienda. Tenía ganas de vomitar por el calor, y mis compañeros de trabajo sufrían con dolores de cabeza, con mareos y temblando.

La gerencia ni siquiera nos dejaba tomar descansos para tomar agua y mantenernos hidratados. Llamé al Sindicato

de Trabajadores de Comida Rápida de California para averiguar qué hacer por nuestra salud y seguridad. Mis compañeros de trabajo y yo aprendimos sobre nuestros derechos y presentamos una queja con Cal/OSHA sobre el calor peligroso, e hicimos huelga para exigir que la gerencia arreglara el aire acondicionado.

En respuesta, la gerencia arregló el aire acondicionado, pero también redujeron mi horario de tiempo completo tan bajo como 2 turnos por semana, haciendo casi imposible que mi esposo y yo mantengamos a nuestros hijos.

Ambos de nuestros hijos tienen problemas de salud serios. Hace dos años, mi hijo de 21 años fue diagnosticado con cáncer cerebral en etapa 4, lo cual le causa convulsiones. Yo trabajo en las tardes en McDonald's y mi esposo trabaja de día en una empackadora, para que uno de nosotros siempre pueda estar con nuestro hijo para ayudarlo a tomar su medicina, y para llamar al 911 cuando tiene una convulsión. Le hicieron cirugía cerebral pero los doctores no pudieron quitar todo el tumor. También, nuestro hijo de 16 años tiene un tumor en la cara, y está siendo tratado con quimioterapia.

Cuando le pedí a la gerencia de McDonald's que me devolviera mis horas, me dijeron que fuera paciente y esperara, y luego me ofrecieron horas de trabajo en la mañana, cuando saben que no puedo trabajar porque tengo que estar con mi hijo. He estado trabajando en esta tienda de McDonald's por 19 años. No está bien que estén tomando represalias contra mí y dándole mis horas a trabajadores nuevos, y luego ofreciéndome horas de trabajo cuando saben que no puedo trabajar.

-Celia, trabajadora de McDonald's, Santa Nella

RECOMENDACIONES

Con los estándares federales de salud y seguridad del trabajador bajo ataque, y el aumento de la aplicación de la ley de inmigración causando temor creciente en el lugar de trabajo, se necesita acción a niveles estatales y locales para asegurar que los trabajadores conozcan sus derechos y cómo mantenerlos. Al mismo tiempo, las temperaturas continúan subiendo globalmente y en California, y el peligro de enfermedad por calor interior no desaparecerá por sí solo. Los lugares de trabajo de comida rápida deben ser llevados al cumplimiento con el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior de Cal/OSHA, con mayor aplicación del estándar y mecanismos mejorados para proteger a los trabajadores de represalias por ejercer sus derechos a estar seguros en el trabajo.

La capacitación independiente y de alta calidad de Saber Sus Derechos se necesita urgentemente para dar a los trabajadores de comida rápida el conocimiento y herramientas para enfrentar el peligro del calor interior excesivo, junto con otros peligros que ponen las vidas y bienestar de los trabajadores en riesgo. Estas capacitaciones también prepararán a los trabajadores que enfrentan otros tipos de abusos que son extensos en la industria de comida rápida, como robo de salarios, acoso y discriminación.⁷⁴

Recomendaciones:

- ✱ Los empleadores de comida rápida deben cumplir con el estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior, incluyendo mantener temperaturas de aire interior seguras, proporcionar medidas preventivas requeridas como descansos para refrescarse y agua potable gratuita, limpia y fresca, y proporcionar respuesta de emergencia apropiada.
- ✱ La aplicación del estándar de Prevención de Enfermedades por Calor Interior debería ser fortalecida, incluso a través de mantener niveles de personal adecuado en Cal/OSHA.
- ✱ Los mecanismos para proteger a los trabajadores de represalias por ejercer sus derechos, incluyendo los derechos a reportar peligros de salud y seguridad como calor excesivo y a rechazar trabajo que es inseguro, deberían ser fortalecidos a niveles estatales y locales, para que los trabajadores no tengan que escoger entre su salud y seguridad, y su sustento.
- ✱ Los trabajadores de comida rápida necesitan capacitación de Saber Sus Derechos, presentada por organizaciones calificadas e independientes con experiencia en proporcionar capacitación a trabajadores de bajos ingresos, incluyendo trabajadores nacidos en el extranjero. Estos programas deben ser presentados en persona, en un ambiente de confianza, donde los trabajadores se sientan seguros haciendo preguntas.⁷⁵ Los trabajadores deben ser pagados por un día cada año para asistir a estas capacitaciones.
- ✱ La capacitación independiente y de alta calidad de Saber Sus Derechos debe incluir información clave sobre derechos, protecciones, programas y beneficios para todos los trabajadores de comida rápida, sin importar el estatus migratorio.
- ✱ Los funcionarios públicos deben apoyar esfuerzos para pilotear capacitaciones independientes de Saber Sus Derechos para trabajadores de comida rápida en la Ciudad de Los Ángeles y el Condado de Santa Clara.



Tengo que tener mucho cuidado en el trabajo porque tengo un embarazo de alto riesgo, así que cuando me mareo mucho por el calor, me apoyo contra la pared y tomo agua para no caerme o desmayarme. El aire acondicionado en esta tienda ha estado descompuesto desde que puedo recordar. Más recientemente, el 13 de julio de 2025, se puso tan caliente en la cocina que apenas lo podía soportar. Empecé a sudar mucho, me dio dolor de cabeza, y me sentí inquieta. Nunca hemos sido entrenados sobre qué hacer cuando hace demasiado calor. Nadie revisa si tengo síntomas de enfermedad por calor, o se ofrece a ayudarme.

Le he preguntado a la gerencia muchas veces por qué no prenden el aire acondicionado y dicen que está descompuesto, pero no lo arreglan. A veces si no hace demasiado calor afuera abrimos la ventana del drive-thru, lo cual ayuda al trabajador en el drive-thru, pero el aire más fresco no llega al resto de la cocina.

A veces la gerencia circula un papel con un nuevo entrenamiento, pero no nos lo leen o explican lo que dice, solo lo pasan y nos dicen que lo firmemos. Los entrenamientos no deberían ser solo una hoja de papel, deberían ser interactivos para que podamos hacer preguntas, y frecuentes, para que no olvidemos la información.

-Auxiliadora, trabajadora de El Pollo Loco, San José

NOTAS FINALES

1. “Temperatures Rising: NASA Confirms 2024 Warmest Year on Record,” NASA, 10 de enero de 2025, <https://www.nasa.gov/news-release/temperatures-rising-nasa-confirms-2024-warmest-year-on-record/>; A.R. Crimmins (editor) et al., “Fifth National Climate Assessment,” Cap. 2, 2023, <https://repository.library.noaa.gov/view/noaa/61592>.
2. Kuochih Huang, Ken Jacobs, Tia Koonse, Ian Eve Perry, Kevin Riley, Laura Stock, Saba Waheed, “The Fast-Food Industry and COVID-19 in Los Angeles,” UCLA Labor Center and Labor Occupational Safety and Health y UC Berkeley Labor Center y Labor Occupational Health Program, febrero de 2020, p 23, tabla 9, https://www.labor.ucla.edu/wp-content/uploads/2021/03/FastFood_Report_2021_v3_4-28-21.pdf.
3. R. Jisung Park, Nora Pankratz y A. Patrick Behrer, “Temperature, Workplace Safety, and Labor Market Inequality,” IZA DP No. 14560, IZA Institute of Labor Economics, julio de 2021, p 3. <https://docs.iza.org/dp14560.pdf>.
4. “The dangers of extreme heat,” Harvard TC Chan School of Public Health, 26 de julio de 2022, <https://hsph.harvard.edu/news/the-dangers-of-extreme-heat/>; Isabella Cueto, It’s not just heat stroke. Extreme temperatures pose special risk to people with chronic illness (and that’s a lot of us), STAT, 19 de julio de 2022, <https://www.statnews.com/2022/07/19/heat-waves-risk-to-people-with-chronic-illness/>.
5. “The Division of Occupational Safety and Health: Process Deficiencies and Staffing Shortages Limit Its Ability to Protect Workers,” California State Auditor, Reporte No. 2024-115, 17 de julio de 2025, <https://www.auditor.ca.gov/reports/2024-115/#figure6>; Jeanne Kuang, California OSHA inspectors don’t visit worksites even when workers are injured, CalMatters, 19 de julio de 2025, <https://calmatters.org/politics/2025/07/california-osh-inspections-state-audit/>.
6. “The Division of Occupational Safety and Health: Process Deficiencies and Staffing Shortages Limit Its Ability to Protect Workers,” California State Auditor, Reporte No. 2024-115, 17 de julio de 2025, <https://www.auditor.ca.gov/reports/2024-115>; Jeanne Kuang, California OSHA inspectors don’t visit worksites even when workers are injured, CalMatters, 19 de julio de 2025, <https://calmatters.org/politics/2025/07/california-osh-inspections-state-audit/>.
7. “The Division of Occupational Safety and Health: Process Deficiencies and Staffing Shortages Limit Its Ability to Protect Workers,” California State Auditor, Reporte No. 2024-115, 17 de julio de 2025, p 16, <https://www.auditor.ca.gov/wp-content/uploads/2025/07/2024-115-Report.pdf>.
8. “Knowledge is Power: Workers’ rights trainings and the pathway to improving conditions in California’s fast food industry,” Step Forward Foundation, SEIU, febrero de 2024, <https://californiafastfoodworkersunion.org/wp-content/uploads/KYR-Report-FINAL.pdf>; “Skimmed and Scammed: Wage Theft From California’s Fast Food Workers,” Fight for \$15 and a Union, mayo de 2022. <https://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2022/05/May-2022-Skimmed-and-Scammed-Wage-Theft-in-CA-Fast-Food-.pdf>; “Beaten, Stabbed, Silenced: Violence in California’s Fast Food Industry and Workers’ Fight for a Voice,” Fight for \$15, diciembre de 2021, <https://fastfoodjusticeahora.com/violencereport/>; “Aguántate! Heat, hazards and indifference to safety in California’s fast food restaurants,” Worksafe, SEIU, septiembre de 2023, <http://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2023/10/SEIUaguantate.pdf>.
9. Emily Alpert Reyes y Rebecca Plevin, “Immigration crackdown could deter workers from reporting hazards, advocates warn,” Los Angeles Times, 8 de febrero de 2025, <https://www.latimes.com/california/story/2025-02-08/workplace-health-immigration>; Gregory Gross, Rui Ling, Brad Richardson Nayong Quan, “In-Person or Virtual Training?: Comparing the Effectiveness of Community-Based Training” American Journal of Distance Education 37:1, pp 66-77, 31 de enero de 2022, <https://doi.org/10.1080/08923647.2022.2029090>.
10. “Heat illness prevention in indoor workplaces: Information for Employers,” Safety & Health Fact Sheet, Cal/OSHA, junio de 2024, https://www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/Indoor-Heat-Employers-fs.pdf.
11. Nota metodológica de la encuesta: A menos que se indique expresamente lo contrario, las no-respuestas fueron excluidas del denominador de cada resultado de la encuesta. Para propósitos de análisis y reporte, las respuestas incluyendo espacios en blanco y “No sé” fueron contadas como no-respuestas. Debido a que el número de no-respuestas varió de pregunta a pregunta, hay cierta variación en los denominadores para los resultados reportados.

12. California Fast Food Workers Union, Análisis de US Bureau of Labor Statistics - Occupational Employment and Wage Statistics, mayo de 2023, https://www.bls.gov/oes/2023/may/oes_ca.htm, consultado en febrero de 2025. Nota: Incluido en este análisis están los conteos de trabajadores para las siguientes ocupaciones en California: todos los “Fast Food & Counter Workers” y “Fast food cooks”; y “Cashiers” y “Drivers/sales workers” bajo código NAICS 722500 - Restaurants and Other Eating Places solamente (excluyendo el porcentaje estimado de trabajadores en cada una de estas ocupaciones que trabajan en restaurantes de servicio completo, en oposición a restaurantes de servicio limitado). Para estos cálculos, “First-Line Supervisors of Food Preparation and Serving Workers” y “Food Service Managers” fueron categorizados como ocupaciones gerenciales y excluidos del total.
13. Kuochih Huang, Ken Jacobs, Tia Koonse, Ian Eve Perry, Kevin Riley, Laura Stock, Saba Waheed, “The Fast-Food Industry and COVID-19 in Los Angeles,” UCLA Labor Center y Labor Occupational Safety and Health y UC Berkeley Labor Center y Labor Occupational Health Program, febrero de 2020, p 23, tabla 9, https://www.labor.ucla.edu/wp-content/uploads/2021/03/FastFood_Report_2021_v3_4-28-21.pdf.
14. Kuochih Huang, Ken Jacobs, Tia Koonse, Ian Eve Perry, Kevin Riley, Laura Stock, Saba Waheed, “The Fast-Food Industry and COVID-19 in Los Angeles,” UCLA Labor Center y Labor Occupational Safety and Health y UC Berkeley Labor Center y Labor Occupational Health Program, febrero de 2020, p. 2 y p. 13, https://www.labor.ucla.edu/wp-content/uploads/2021/03/FastFood_Report_2021_v3_4-28-21.pdf.
15. California Fast Food Workers Union analysis of California low-wage worker data, consultado via UC Berkeley Labor Center, “Low Wage Work In California Data Explorer,” sección: “The Numbers”, subsección: “Defining Low Wage Work,” julio de 2024, <https://laborcenter.berkeley.edu/low-wage-work-in-california-data-explorer-2024/>; Public Policy Institute of California, “Who Are California’s Workers?” febrero de 2025, <https://www.ppic.org/wp-content/uploads/who-are-californias-workers.pdf>; Ajustes de inflación calculados usando US Bureau of Labor Statistics, CPI Inflation Calculator, https://www.bls.gov/data/inflation_calculator.htm.
16. Desde abril de 2020, Fight for \$15 y California Fast Food Workers Union han ayudado a trabajadores de comida rápida de California a presentar más de 500 quejas ante Cal/OSHA, Office of the State Labor Commissioner, departamentos de salud pública locales, y otras agencias reguladoras documentando violaciones en el lugar de trabajo relacionadas con robo de salarios, represalias, COVID-19, lesiones laborales, calor excesivo, exposición tóxica, violencia, y muchos otros temas graves en sus lugares de trabajo.
17. “Skimmed and Scammed: Wage Theft From California’s Fast Food Workers,” Fight for \$15 and a Union, mayo de 2022. <https://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2022/05/May-2022-Skimmed-and-Scammed-Wage-Theft-in-CA-Fast-Food-.pdf>; AGUÁNTATE!: Heat, hazards and indifference to safety in California’s fast food restaurants,” WorkSafe, SEIU, septiembre de 2023, <https://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2023/10/SEIUaguantate.pdf>; “Key Findings from a Survey of Women Fast Food Workers,” Hart Research, 5 de octubre de 2016, <https://web.archive.org/web/20201109030030/https://hartresearch.com/wp-content/uploads/2016/10/Fast-Food-Worker-Survey-Memo-10-5-16.pdf>; Jaya Saxena y Amy McCarthy, “The Restaurant Industry Has a Child Labor Problem,” Eater, 26 de mayo de 2023. <https://www.eater.com/23736409/child-labor-restaurants-food-service-industry>.
18. Daniel Schneider et al., Compliance and the Complaint Gap, Shift Project, mayo de 2024, pp. 14-15. https://shift.hks.harvard.edu/wp-content/uploads/2024/05/CA_Violations_Report_Final.pdf.
19. California Fast Food Workers Union, Victories, <https://californiafastfoodworkersunion.org/victories/>.
20. California Assembly Bill 1228, Fast food restaurant industry: Fast Food Council: health, safety, employment, and minimum wage, Aprobado por el Gobernador el 28 de septiembre de 2023, https://leginfo.legislature.ca.gov/faces/billNavClient.xhtml?bill_id=202320240AB1228.
21. Grace Kay, Fast-food workers describe melting food and air so hot it ‘felt like the grease from the kitchen was sliding down our throats’ as record heat pummels parts of the US, Business Insider, 2 de julio de 2021, <https://www.businessinsider.com/walk-outs-mcdonalds-jack-in-the-box-over-heat-wave-2021-7>; Katie DeBenedetti, Taco Bell, KFC Workers in San José Walk Out Over Hot, Dangerous Conditions, KQED, 14 de junio de 2024, <https://www.kqed.org/news/11989975/taco-bell-kfc-workers-in-san-jose-walk-out-over-hot-dangerous-conditions>.

22. Alexandra Martinez, “California delays vote on critical indoor workplace heat safety standard”, Prism, 4 de abril de 2024, <https://prismreports.org/2024/04/04/california-delays-indoor-heat-safety-standard/>. Suhauna Hussein, “California’s long-awaited indoor heat standard has gone into effect. Here’s what to know”, Los Angeles Times, 24 de julio de 2024, <https://www.latimes.com/business/story/2024-07-24/californias-long-awaited-indoor-heat-standard-goes-into-effect>.
23. Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California (julio de 2025).
24. “Heat illness prevention in indoor workplaces: Information for Employers,” Safety & Health Fact Sheet, Cal/OSHA, junio de 2024, https://www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/Indoor-Heat-Employers-fs.pdf.
25. GA Benavidez, WE Zahnd, P Hung y JM Eberth, Chronic Disease Prevalence in the US: Sociodemographic and Geographic Variations by Zip Code Tabulation Area, Prev Chronic Dis 2024;21:230267. DOI: <http://dx.doi.org/10.5888/pcd21.230267>, consultado el 7 de agosto de 2025: [https://www.cdc.gov/pcd/issues/2024/23_0267.htm#:~:text=The%20increasing%20focus%20on%20studying,a%20college%20degree%20\(8\)](https://www.cdc.gov/pcd/issues/2024/23_0267.htm#:~:text=The%20increasing%20focus%20on%20studying,a%20college%20degree%20(8);); Drishti Pillai et. al., “Health and Health Care Experiences of Immigrants: The 2023 KFF/LA Times Survey of Immigrants,” Kaiser Family Foundation, 17 de septiembre de 2023, <https://www.kff.org/racial-equity-and-health-policy/issue-brief/health-and-health-care-experiences-of-immigrants-the-2023-kff-la-times-survey-of-immigrants/>.
26. “Hot weather safety for older adults,” National Institute on Aging, National Institute of Health, consultado el 8 de agosto de 2025, <https://www.nia.nih.gov/health/safety/hot-weather-safety-older-adults>.
27. “Heat and pregnancy,” CDC, 25 de junio de 2024, <https://www.cdc.gov/heat-health/risk-factors/heat-and-pregnancy.html>.
28. Sara Bock, “Heat waves amplify existing inequities. Meet the researchers working to change that,” UC San Diego Today, 3 de septiembre de 2024, <https://today.ucsd.edu/story/heat-waves-amplify-existing-inequities-meet-the-researchers-working-to-change-that>; Y Yin, L He, PO Wennberg, C. Frankenberg, “Unequal exposure to heatwaves in Los Angeles: Impact of uneven green spaces,” Sci Adv 9(17), 28 de abril de 2023 doi: 10.1126/sciadv.ade8501. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10146884/>; A. Shreevastava, G. Hulley, S. Prasanth, et al. Contemporary income inequality outweighs historic redlining in shaping intra-urban heat disparities in Los Angeles, Nat Commun 16, 4950 (2025). <https://doi.org/10.1038/s41467-025-59912-x>; Susanne Amelie Benz, Jennifer Anne Burney, “Widespread Race and Class Disparities in Surface Urban Heat Extremes Across the United States,” Earth’s Future, 13 de julio de 2021, <https://doi.org/10.1029/2021EF002016>, <https://agupubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1029/2021EF002016>.
29. “About Heat and Its Impact on Communities”, CalEPA / Office of Environmental Health Hazard Assessment, <https://calheatscore.calepa.ca.gov/about-heat-and-its-impact-communities>; “People Experiencing Homelessness”, Heat-ready CA, <https://heatready.ca.gov/tips-to-stay-cool/unhoused-residents/>.
30. Daniel Flaming y Patrick Burns, “Hungry Cooks: Poverty Wages and Homelessness in the Fast Food Industry,” Economic Roundtable, mayo de 2023, p. 24. <https://economicrt.org/publication/hungry-cooks/>.
31. Quarterly Census of Employment and Wages - Bureau of Labor Statistics, Quarterly establishment counts for NAICS 722513 Limited-service restaurants and NAICS 722515 Snack and nonalcoholic beverage bars, California and US establishment counts, (más reciente disponible a febrero de 2025), Consultado en febrero de 2025 via https://data.bls.gov/cew/apps/table_maker/v4/table_maker.htm.
32. Fast-Food Industry Profiteering: Why California Businesses Can Absorb a Higher Minimum Wage, p. 4, Roosevelt Institute, marzo de 2024, https://rooseveltinstitute.org/wp-content/uploads/2024/03/RI_Fast-Food-Industry-Profiteering-Brief_032024.pdf.
33. United States Senators Elizabeth Warren, Robert Casey and Ron Wyden, Letter to McDonald’s President and CEO Chris Kempczinski re: Menu Price Increases and Stock Buybacks, 21 de octubre de 2024, Josh Koebert y Mindy Woodall, Is Fast Food Affordable Anymore? Here’s How Menu Prices Have Changed Over the Years, FinanceBuzz, Actualizado el 15 de mayo de 2025, <https://financebuzz.com/fast-food-prices-vs-inflation>.
34. US Bureau of Labor Statistics, series de datos Consumer Price Index CUUR0000SA0 y CUUR0000SEFV02, análisis de California Fast Food Workers’ Union de datos para años 2014-2023, Extraído el 26 de mayo de 2025, disponible en:

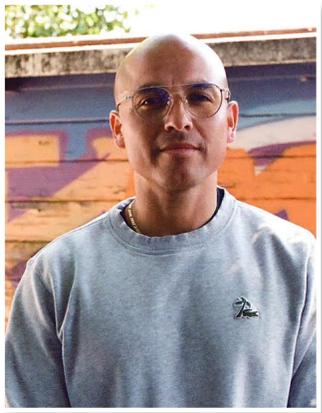
<https://data.bls.gov/series-report>.

35. Alí R. Bustamante e Ira Regmi, Fast-Food Industry Profiteering: Why California Businesses Can Absorb a Higher Minimum Wage, p. 5, Roosevelt Institute, marzo de 2024, https://rooseveltinstitute.org/wp-content/uploads/2024/03/RI_Fast-Food-Industry-Profiteering_Brief_032024.pdf.
36. Minwoong Ji y David Weil, “The Impact of Franchising on Labor Standards Compliance,” ILR Review, octubre de 2015.
37. Encuesta de Trabajadores de Comida Rápida de California (julio de 2025).
38. Nicole Karlis, “‘Climate of fear’: McDonald’s workers couldn’t even wash hands, worker complaint alleges,” Salon, 1 de septiembre de 2020, <https://www.salon.com/2020/09/01/climate-of-fear-mcdonalds-workers-couldnt-even-wash-hands-worker-complaint-alleges/>; Grace Kay, “Fast-food workers describe melting food and air so hot it ‘felt like the grease from the kitchen was sliding down our throats’ as record heat pummels parts of the US,” Business Insider, 2 de julio de 2021, <https://www.businessinsider.com/walk-outs-mcdonalds-jack-in-the-box-over-heat-wave-2021-7>; Leticia Reyes, “It was a heat wave. The AC was broken. We were dizzy. My boss blamed ‘menopause,’” San Francisco Chronicle, 8 de julio de 2021, <https://www.sfchronicle.com/opinion/openforum/article/It-was-a-heat-wave-The-AC-was-broken-We-were-16299378.php>; Kevin Smith, “McDonald’s employees stage noon walkout, protesting extreme heat at work,” Los Angeles Daily News, 24 de octubre de 2023, <https://www.dailynews.com/2023/10/24/mcdonalds-employees-stage-noon-walkout-protesting-extreme-heat-at-work/>; “San Jose Taco Bell employees striking against excessive heat, labor law violations,” ABC7 News, 12 de julio de 2024, <https://abc7news.com/post/san-jose-taco-bell-employees-striking-excessive-heat/14939726/>; Marissa Wenzke, “Workers face dangers, health risks, as extreme heat wave hits Southern California,” KCAL News, 5 de septiembre de 2024, <https://www.cbsnews.com/losangeles/news/workers-face-dangers-health-risks-as-extreme-heat-wave-hits-southern-california>.
39. “Aguántate! Heat, hazards and indifference to safety in California’s fast food restaurants,” Worksafe, SEIU, septiembre de 2023, <http://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2023/10/SEIUaguantate.pdf>.
40. “Frequently asked questions related to indoor heat illness prevention, Question No. 19,” CalOSHA, <https://www.dir.ca.gov/dosh/heat-illness/indoor-faq.html>.
41. “Heat and Health,” World Health Organization, 28 de mayo de 2024, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-heat-and-health>; Alejandra Reyes-Velarde, Afra Momin, “More extreme heat + more people = danger in these California cities. ‘Will it get as hot as Death Valley?’” CalMatters, 5 de septiembre de 2024, <https://calmatters.org/environment/climate-change/2024/09/california-extreme-heat-population-growth-inland-communities/>; “Summary of projected climate change impacts on California,” California Adaption Climate Strategy, Estado de California, <https://climateresilience.ca.gov/overview/impacts.html>.
42. “Heat Exhaustion,” The Mayo Clinic, consultado el 25 de julio de 2025, <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/heat-exhaustion/symptoms-causes/syc-20373250>.
43. “Frequently asked questions related to indoor heat illness prevention, Question No. 15,” CalOSHA, <https://www.dir.ca.gov/dosh/heat-illness/indoor-faq.html>.
44. “Frequently asked questions related to indoor heat illness prevention, Question No. 10 & 13,” CalOSHA, <https://www.dir.ca.gov/dosh/heat-illness/indoor-faq.html>.
45. “Frequently asked questions related to indoor heat illness prevention, Question No. 18,” CalOSHA, <https://www.dir.ca.gov/dosh/heat-illness/indoor-faq.html>.
46. “Frequently asked questions related to indoor heat illness prevention, Question No. 14,” CalOSHA, <https://www.dir.ca.gov/dosh/heat-illness/indoor-faq.html>.
47. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396, [https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html#:~:text=C2%A73396.,in%20Indoor%20Places%20of%20Employment.&text=\(a\)%20Scope%20and%20Application.,Fahrenheit%20when%20employees%20are%20present](https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html#:~:text=C2%A73396.,in%20Indoor%20Places%20of%20Employment.&text=(a)%20Scope%20and%20Application.,Fahrenheit%20when%20employees%20are%20present).

48. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3203, [https://www.dir.ca.gov/title8/3203.html#:~:text=\(a\)%20Effective%20July%201%2C,responsibility%20for%20implementing%20the%20Program](https://www.dir.ca.gov/title8/3203.html#:~:text=(a)%20Effective%20July%201%2C,responsibility%20for%20implementing%20the%20Program).
49. Cal. Code Regs. tit. 8 § 5142, <https://www.dir.ca.gov/title8/5142.html>.
50. Cal. Lab. Code § 6310, https://leginfo.legislature.ca.gov/faces/codes_displaySection.xhtml?lawCode=LAB§ionNum=6310; Cal. Lab. Code § 6311, <https://law.justia.com/codes/california/code-lab/division-5/part-1/chapter-1/section-6311/>.
51. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (a)(1), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
52. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (i), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
53. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (i), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
54. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (i) (1-5), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
55. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (e)(1)(D), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
56. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (e)(1)(D), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
57. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (a)(2), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
58. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (h), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
59. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (h), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
60. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (h)(1)(B), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
61. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (h)(1)(C-D), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
62. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (h)(1)(E), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
63. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396 (h)(1)(F); (h)(2), <https://www.dir.ca.gov/Title8/3396.html>.
64. Cal. Code Regs. tit. 8 § 3396; “Frequently asked questions related to indoor heat illness prevention,” CalOSHA, <https://www.dir.ca.gov/dosh/heat-illness/indoor-faq.html>.
65. “Cal/OSHA Jurisdiction,” Department of Industrial Relations, consultado el 5 de junio de 2025, <https://www.dir.ca.gov/dosh/calosha-jurisdiction.html>.
66. Cal. Lab. Code § 6308, https://leginfo.legislature.ca.gov/faces/codes_displaySection.xhtml?lawCode=LAB§ionNum=6308; Cal. Lab. Code § 6317, https://leginfo.legislature.ca.gov/faces/codes_displaySection.xhtml?lawCode=LAB§ionNum=6317.
67. Garrett Brown, “Newsom’s Defense of Californians Should Include Cal/OSHA,” Beyond Chron, 9 de diciembre de 2024, <https://beyondchron.org/newsoms-defense-of-californians-should-start-with-his-own-administration/>.
68. Garrett Brown, “Newsom’s Defense of Californians Should Include Cal/OSHA,” Beyond Chron, 9 de diciembre de 2024, <https://beyondchron.org/newsoms-defense-of-californians-should-start-with-his-own-administration/>.
69. “The Division of Occupational Safety and Health: Process Deficiencies and Staffing Shortages Limit Its Ability to Protect Workers,” California State Auditor, Reporte No. 2024-115, 17 de julio de 2025, p 30, <https://www.auditor.ca.gov/wp-content/uploads/2025/07/2024-115-Report.pdf>; Garrett Brown, “Newsom’s Defense of Californians Should Include Cal/OSHA,” Beyond Chron, 9 de diciembre de 2024, <https://beyondchron.org/newsoms-defense-of-californians-should-start-with-his-own-administration/>.
70. Cal. Lab. Code § 6311, https://leginfo.legislature.ca.gov/faces/codes_displaySection.

[xhtml?lawCode=LAB§ionNum=6311.](#)

71. “Aguántate! Heat, hazards and indifference to safety in California’s fast food restaurants,” Worksafe, SEIU, septiembre de 2023, p 17, <http://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2023/10/SEIUaguantate.pdf>.
72. California Legislative Information, Senate Bill No. 497, Cap. 612, Aprobado por el Gobernador el 8 de octubre de 2023, https://leginfo.ca.gov/faces/billNavClient.xhtml?bill_id=202320240SB497.
73. Whistleblower Protection Advisory Committee, Best Practices for Protecting Whistleblowers and Preventing and Addressing Retaliation (Recommendations from Work Group as amended by WPAC and transmitted to OSHA), 21 de abril de 2015, pp. 4-5, https://www.whistleblowers.gov/sites/default/files/2016-11/WPAC_BPR_42115.pdf; David Weil, Enforcing OSHA: The Role of Labor Unions, Industrial Relations, Vol. 30, No.1, at 20-36. (1991), <https://www.fissuredworkplace.net/assets/Weil.Enforcing-OSHA-Role-of-Unions.IR.1991.pdf>; Nina Mozeihem, US Office of the Solicitor y Lynn Rhinehart, US Department of Labor, How Unions and Unionized Workplaces Advance the Mission of the Department of Labor, <https://www.dol.gov/sites/dolgov/files/general/labortaskforce/docs/WORK-fs-DOL-Unions-v6.pdf>.
74. “Knowledge is Power: Workers’ rights trainings and the pathway to improving conditions in California’s fast food industry,” Step Forward Foundation, SEIU, febrero de 2024, <https://californiafastfoodworkersunion.org/wp-content/uploads/KYR-Report-FINAL.pdf>; “Skimmed and Scammed: Wage Theft From California’s Fast Food Workers,” Fight for \$15 and a Union, mayo de 2022. <https://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2022/05/May-2022-Skimmed-and-Scammed-Wage-Theft-in-CA-Fast-Food-.pdf>; “Beaten, Stabbed, Silenced: Violence in California’s Fast Food Industry and Workers’ Fight for a Voice,” Fight for \$15, diciembre de 2021, <https://fastfoodjusticeahora.com/violencereport/>; “Aguántate! Heat, hazards and indifference to safety in California’s fast food restaurants,” Worksafe, SEIU, septiembre de 2023, <http://fastfoodjusticeahora.com/wp-content/uploads/2023/10/SEIUaguantate.pdf>;
75. Emily Alpert Reyes y Rebecca Plevin, “Immigration crackdown could deter workers from reporting hazards, advocates warn,” Los Angeles Times, 8 de febrero de 2025, <https://www.latimes.com/california/story/2025-02-08/workplace-health-immigration>; Gregory Gross, Rui Ling, Brad Richardson Nayong Quan, “In-Person or Virtual Training?: Comparing the Effectiveness of Community-Based Training” American Journal of Distance Education 37:1, pp 66-77, 31 de enero de 2022, <https://doi.org/10.1080/08923647.2022.2029090>.



ACERCA DEL ARTISTA

Mi nombre es Sam Rodriguez y soy un Ilustrador nacido y criado en San José, California. Mi trabajo abarca música, arte público, comunidad, publicidad, tecnología y publicaciones. Ahora he sido un artista profesional de tiempo completo desde 2013, y antes de eso lo hice de tiempo parcial desde 2002. Cuando era joven, fui un artista de Graffiti hasta que más tarde seguí una Licenciatura en Bellas Artes en Ilustración en California College of the Arts en San Francisco. Desde entonces he estado trabajando para construir una carrera mientras permanezco en mi ciudad natal. Desarrollé un estilo que fue muy influenciado por mi entorno aquí en el Área de la Bahía. Lo describiría como una mezcla de personas, letras y formas abstractas que revela narrativas visuales distintivas

samrodriguezart.com

WORKSAFE

safety, health and justice for workers
seguridad, salud y justicia para los trabajadores

