**Propósito:**

Establecer las mejores prácticas para manejar la fatiga. Se pretende que esta política reduzca el riesgo de lesiones e incidentes relacionados con la fatiga en la granja. Esta política se aplica a todos los granjeros y trabajadores, especialmente a aquellos cuyo trabajo implique horarios extendidos o irregulares, si tienen altas exigencias y pueden ser llamados a trabajar en cualquier momento.

**Definiciones:**

* *Fatiga*: Un agotamiento mental o físico que impida que una persona funcione normalmente. En el entorno de trabajo agrícola, esto puede significar que una persona tampoco pueda funcionar de forma segura. Tiene muchas causas, pero generalmente está relacionado con un sueño reparador inadecuado.
* *Sueño reparador*: El sueño reparador es el proceso mediante el cual el cuerpo supera la fatiga. Implica ciclos de sueño profundo que permiten a la persona recuperarse y despertarse renovada.
* *Ciclos de sueño:* Los ciclos del sueño están determinados por los ritmos biológicos naturales del cuerpo (también conocidos como ritmos circadianos o "reloj biológico"), que se repiten cada 24 horas. Además de regular los ciclos del sueño, los ritmos biológicos también regulan la temperatura corporal, la digestión y los niveles hormonales.

**Política:**

<< Nombre de la Granja >> se compromete a proporcionar y mantener sistemas de trabajo seguros para todos sus trabajadores, incluidos aquellos cuyo trabajo implica horarios extendidos o irregulares, tienen altas exigencias y pueden ser llamados a trabajar en cualquier momento.

Las operaciones de << Nombre de la Granja >> a veces se llevan a cabo fuera del horario laboral ordinario. Las actividades como los turnos de ordeña temprana y tardía, la temporada de partos, la temporada de cosecha y los eventos climáticos pueden resultar en horarios extendidos o irregulares, tener alta exigencia y causar que los trabajadores puedan ser llamados a trabajar en cualquier momento.

La fatiga es un agotamiento mental o físico que impide que una persona funcione normalmente y puede afectar el desempeño laboral seguro. La fatiga puede ser causada por factores laborales y no laborales. Los factores no laborales incluyen responsabilidades familiares, actividades sociales, problemas de salud, compromisos de estudio y deportivos. Los factores laborales incluyen horarios extendidos o irregulares, tienen alta exigencia y los trabajadores pueden ser llamados a trabajar en cualquier momento.

Si bien no todas las personas responden a la fatiga de la misma manera, esta puede reducir la concentración, afectar la coordinación, comprometer el juicio y lentificar el tiempo de reacción, lo que puede aumentar el riesgo de incidentes y lesiones.

**Responsabilidades:**

* El propietario de la granja y los trabajadores tienen la responsabilidad de garantizar que la fatiga no afecte la seguridad, la salud y el bienestar de ellos mismos y de los demás.
* El propietario de la granja gestiona el riesgo en consulta con los trabajadores y el sistema de gestión del riesgo de fatiga.
* El propietario de la granja brinda oportunidades para que los trabajadores descansen adecuadamente del trabajo.
* El propietario de la granja monitorea la carga de trabajo y se asegura de que los trabajadores no corran un riesgo por fatiga.
* El propietario de la granja brinda información, instrucción y capacitación sobre los riesgos para la salud, la seguridad o el bienestar de los trabajadores involucrados en horarios extendidos o irregulares, que tienen alta exigencia y con los trabajadores que pueden ser llamados a trabajar en cualquier momento.
* El propietario de la granja se asegura de que los trabajadores estén debidamente supervisados y de que las tareas se realicen de manera segura.
* Los trabajadores deben participar en el proceso de gestión de riesgos.
* Los trabajadores utilizan el tiempo libre del trabajo para recuperarse para estar en buenas condiciones y para poder trabajar.
* Los trabajadores participan en educación y entrenamiento para comprender la fatiga.
* Los trabajadores reconocen los signos de fatiga que podrían poner en riesgo la salud, seguridad y el bienestar de ellos mismos o de otros y lo reportan a su gerente o supervisor.

Infracciones:

Cualquier trabajador que viole esta política puede estar sujeto a la acción disciplinaria correspondiente.

Firma: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\* La información de seguridad en esta política debe usarse junto con toda la legislación federal, provincial y municipal aplicable.