

ADVOCACY AND MEDIA TALKING POINTS

Fired Up! Workers for Heat Justice



Core message:

- Workers need a strong, enforceable federal heat standard that protects both indoor and outdoor workers.
- Heat protections must include water, rest, shade or cooling, acclimatization, training, emergency response, and anti-retaliation protections.
- Guidelines are not enough. Heat illness and death are preventable, yet workers continue to get sick and die every year.

What's at stake:

- Heat is already killing workers – and it's getting worse. Nearly 1,000 workers have died from heat exposure in recent decades, with outdoor workers facing the highest risk ([OSHA](#))
- In 2024, 48 workers died from heat exposure and thousands more suffered serious illness -- and these numbers are widely undercounted. ([National Safety Council analysis of BLS data](#); [OSHA](#))
- Heat doesn't just cause illness – it increases workplace injuries by impairing focus, coordination, and judgment.
- Many heat illnesses happen at lower temperatures (around 80°F+), not just during extreme heat waves. ([OSHA rulemaking record](#)).
- 50 to 70% of outdoor heat deaths happen in the first few days on the job, before workers are acclimatized. ([OSHA](#))
- Heat harms entire families and communities through lost wages, medical crises, and long term health impacts. ([CDC research](#)).

Who is most impacted:

- Heat is a worker justice issue. It disproportionately impacts low wage workers, immigrant workers, and Black and brown workers.
- The lowest paid 20% of workers suffer five times as many heat-related injuries as the highest-paid 20% ([Washington Center for Equitable Growth](#))
- Latino workers have been reported to be three times more likely to die of heat on the job than non-Latinos.
- Hispanic workers face the highest fatality rate on the job (4.3 per 100,000 workers)
- These workers are concentrated in high heat jobs like agriculture, construction, warehouses, delivery, kitchens, and manufacturing.
- Many face language barriers, job insecurity, and fear of retaliation, making it harder to speak up or protect themselves.

Retaliation:

- Workers are often afraid to ask for water, breaks, or medical help because they fear losing their job, hours, or facing immigration consequences.
- A heat standard must include strong anti retaliation protections and real worker voice — protections only work if workers can safely use them.

Why we need a Heat Standard now:

- Employers have had guidance for years – workers are still getting sick and dying.
- The Heat National Emphasis Program is not a substitute for a permanent, enforceable standard.
- OSHA enforcement is at an all time low:
 - Only about 1,800 inspectors for over 160 million workers
 - At current staffing, it would take over 180 years to inspect every workplace once ([AFL-CIO “Death on the Job” Report, 2025](#))
- We cannot rely on guidelines alone --- we need clear, enforceable protections.

What COSH groups are seeing:

Workers pushed to work through dangerous heat without enough breaks, water, or shade

- Indoor workers in warehouses, kitchens, and factories facing extreme heat with little protection
- Production pressure and retaliation preventing workers from speaking up
- Rising heat exposure across industries with little accountability
- These are not isolated. We’re hearing this across the country.

We encourage COSH groups to share local worker stories to help lift up these realities and strengthen a worker-led narrative for heat justice.

Our Call to Action:

- Adopt a comprehensive federal heat standard covering indoor and outdoor workers
- Guarantee:
 - Water, rest, shade or cooling
 - Acclimatization and training
 - Emergency response plans
 - Worker participation
 - Strong anti-retaliation protections
- Increase OSHA staffing and enforcement capacity



If you receive media interest or want support lifting up local worker stories, we're here to help. Please reach out to Tochtli Garcia, Communications Manager at National COSH, at tgarcia@nationalcosh.org.

PUNTOS DE CONVERSACIÓN PARA MEDIOS Y ACCIÓN PÚBLICA

Fired Up! Trabajadores por la Justicia de Calor



Mensaje central:

- Las personas trabajadoras necesitan una norma federal sólida y exigible sobre el calor que proteja tanto a quienes trabajan en interiores como en exteriores.
- Las protecciones contra el calor deben incluir agua, descanso, sombra o enfriamiento, aclimatación, capacitación, respuesta a emergencias y protecciones contra represalias.
- Las guías no son suficientes. Las enfermedades y muertes por calor son prevenibles; sin embargo, las personas trabajadoras se siguen enfermando y muriendo cada año.

Lo que está en juego:

- El calor ya está matando a personas trabajadoras y la situación está empeorando. Casi 1,000 trabajadores han muerto por exposición al calor en las últimas décadas, siendo quienes trabajan al aire libre quienes enfrentan mayor riesgo ([OSHA](#)).
- En 2024, 48 trabajadores murieron por exposición al calor y miles más sufrieron enfermedades graves, y estas cifras están ampliamente subestimadas ([Consejo Nacional de Seguridad](#); [OSHA](#)).
- El calor no solo causa enfermedades, también aumenta las lesiones laborales al afectar la concentración, la coordinación y el juicio.
- Muchas enfermedades por calor ocurren a temperaturas más bajas (alrededor de 80°F o más), no solo durante olas de calor extremas ([registro de reglamentación de OSHA](#)).
- Entre el 50% y el 70% de las muertes por calor en exteriores ocurren en los primeros días de trabajo, antes de que las personas se aclimaten ([OSHA](#)).
- El calor afecta a familias y comunidades enteras a través de la pérdida de ingresos, crisis médicas y efectos de salud a largo plazo ([CDC](#)).

Quiénes son los más afectados:

- El calor es un tema de justicia laboral. Afecta de manera desproporcionada a personas trabajadoras de bajos salarios, personas trabajadoras inmigrantes y personas trabajadoras negras y latinas.
- El 20% de las personas trabajadoras con menores ingresos sufre cinco veces más lesiones relacionadas con el calor que el 20% con mayores ingresos ([Washington Center for Equitable Growth](#)).
- Se ha reportado que los trabajadores latinos tienen tres veces más probabilidades de morir por calor en el trabajo que quienes no lo son.
- Las personas trabajadoras hispanas enfrentan la tasa más alta de fatalidad laboral (4.3 por cada 100,000 trabajadores).
- Estas personas están concentradas en trabajos con alta exposición al calor como agricultura, construcción, almacenes, entregas, cocinas y manufactura.
- Muchos enfrentan barreras de idioma, inseguridad laboral y temor a represalias, lo que dificulta que puedan alzar la voz o protegerse.

Represalias:

- Muchas personas trabajadoras tienen miedo de pedir agua, descansos o atención médica porque temen perder su trabajo, sus horas o enfrentar consecuencias migratorias.
- Una norma sobre el calor debe incluir fuertes protecciones contra represalias y garantizar la voz de las personas trabajadoras — las protecciones solo funcionan si las personas pueden usarlas de manera segura.

Por qué necesitamos una norma de calor ahora:

- Los empleadores han tenido guías durante años, y aun así las personas trabajadoras siguen enfermando y muriendo.
- El Programa Nacional de Énfasis sobre el Calor no sustituye una norma permanente y exigible.
- La aplicación de OSHA está en uno de sus niveles más bajos:
 - Aproximadamente 1,800 inspectores para más de 160 millones de trabajadores
 - Con el nivel actual de personal, tomaría más de 180 años inspeccionar cada lugar de trabajo una vez ([Informe “Death on the Job” de AFL-CIO, 2025](#))
- No podemos depender únicamente de orientaciones — necesitamos protecciones claras y exigibles.

Lo que están viendo los grupos COSH:

- Personas trabajadoras obligadas a laborar en calor peligroso sin suficientes descansos, agua o sombra
- Personas que trabajan en interiores, en almacenes, cocinas y fábricas, enfrentando calor extremo con poca protección
- Presión de producción y represalias que impiden que las personas trabajadoras hablen
- Aumento de la exposición al calor en todas las industrias con poca rendición de cuentas
- Esto no es aislado. Lo estamos viendo en todo el país.

Invitamos a los grupos COSH a compartir historias locales de personas trabajadoras para visibilizar estas realidades y fortalecer una narrativa de justicia climática liderada por personas trabajadoras.

Nuestro llamado a la acción:

- Adoptar una norma federal integral sobre el calor que cubra a personas trabajadoras en interiores y exteriores
- Garantizar:
 - Agua, descanso, sombra o enfriamiento
 - Aclimatación y capacitación
 - Planes de respuesta a emergencias
 - Participación de las personas trabajadoras
 - Fuertes protecciones contra represalias
- Aumentar el personal y la capacidad de cumplimiento de OSHA



Si reciben interés de medios o desean apoyo para visibilizar historias de personas trabajadoras a nivel local, estamos aquí para ayudar. Por favor, comuníquense con Tochtli García, Gerente de Comunicaciones de COSH Nacional, en tgarcia@nationalcosh.org.