



Golpe de calor

Información para la empresa

Con el verano llegan las altas temperaturas y el exceso de calor puede afectar a la persona trabajadora. El cuerpo dispone de sus propios mecanismos para adaptarse al calor, pero cuando la temperatura es muy elevada puede llegar a producirse un golpe de calor, con consecuencias graves o muy graves para la salud.

La dirección de la empresa deberá llevar a cabo una serie de medidas para evitar el riesgo por golpe de calor.



El REAL DECRETO-LEY 4/2023 de 11 de mayo, modifica el R.D. 486/97, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, introduciendo una nueva disposición adicional, sobre condiciones laborales en los trabajos al aire libre:

1. En los trabajos al aire libre, deberán tomarse **medidas adecuadas** para la protección de las personas trabajadoras frente a cualquier riesgo relacionado con fenómenos meteorológicos adversos, incluyendo temperaturas extremas.
2. Las medidas a las que se refiere el apartado anterior derivarán de la **evaluación de riesgos laborales**, que deberán tener en cuenta, además de los fenómenos mencionados, las características de la tarea que se desarrolle y las características personales o el estado biológico conocido de la persona trabajadora.

Las medidas preventivas incluirán la **prohibición de desarrollar determinadas tareas durante las horas del día en las que concurren fenómenos meteorológicos adversos**, en aquellos casos en que no pueda garantizarse de otro modo la debida protección de la persona trabajadora.

3. En el supuesto en el que se emita por la **Agencia Estatal de Meteorología (AEMET)** o, en su caso, el órgano autonómico correspondiente **un aviso de fenómenos meteorológicos adversos de nivel naranja o rojo**, y las medidas preventivas anteriores no garanticen la protección de las personas trabajadoras, resultará obligatoria la adaptación de las condiciones de trabajo, incluida la reducción o modificación de las horas de desarrollo de la jornada prevista.





Golpe de calor

Información para la empresa

4. Esta disposición adicional será de aplicación a **todos los lugares de trabajo**, incluyendo las excepciones del artículo 1.2 del R. D; 486/97, que son: medios de transporte utilizados fuera de la empresa, obras de construcción temporales o móviles, la industria de extracción, los buques de pesca, campos de cultivo, bosques y otros terrenos que formen parte de una empresa o centro de trabajo agrícola o forestal pero que estén situados fuera de la zona edificada de los mismos.

¿Cómo evitarlo? Recomendaciones para la empresa

- **Organizar el trabajo**, adaptar los horarios:
 - Organizar **turnos** para reducir el tiempo o la intensidad de la exposición cuando sea posible.
 - Prever **rotaciones** con puestos menos expuestos.
 - Planificar las **tareas más pesadas para las horas de menos calor**.
 - **Evitar el trabajo aislado**.
 - Minimizar el trabajo físico con **ayudas mecánicas**.
 - **Establecer descansos frecuentes**, aumentando la frecuencia de las pausas y de mayor duración a mayor temperatura.
- **Facilitar** los medios adecuados para la protección de la persona trabajadora y **sensibilizar sobre su uso**:
 - **Lugares de descanso frescos**, cubiertos o a la sombra.
 - **Hidratación** (acceso a agua fresca y/o bebidas isotónicas).
 - **Indumentaria** (ropa fresca, gorras, sombreros).
 - **Crema de protección solar**.
- **Información/formación**:
 - **Informar y formar** a las personas trabajadoras sobre los riesgos asociados al calor, de sus efectos y medidas preventivas. *(ver ficha informativa para la persona trabajadora)*
 - Establecer programas de formación sobre la **aclimatación** a las condiciones extremas de calor.
- Promover la **vigilancia de la salud**.

