

Riesgo de exposición al calor en exteriores

¿Qué medidas puedo tomar como empresario?



Fíjate cuando dan un aviso naranja y rojo por fenómenos meteorológicos en las noticias o en la AEMET.



Mira la previsión del tiempo para el día
Lo importante es la temperatura y la humedad del aire.

Consulta en AEMET para valorar el riesgo

Mira el índice de calor y compáralo con la tabla de color.



Informa a los trabajadores del nivel de calor y las medidas de protección en cada caso

Revisa y adapta las condiciones de trabajo cuando son necesarias más medidas de protección

Precaución	27 a 32 grados	Posible fatiga por exposición prolongada o actividad física
Precaución extrema	33 a 40 grados	Insolación, golpe de calor, calambres. Posibles por exposición prolongada o actividad física
Peligro	41 a 53 grados	Insolación, golpe de calor, calambres. Muy posibles por exposición prolongada o actividad física
Peligro extremo	54 grados	Golpe de calor, insolación inminente

Organiza el trabajo según la temperatura y los avisos del día

Evitar trabajar en exteriores en las horas de más calor

Organiza los trabajos que exigen esfuerzo a primera hora, que hace menos calor

Si es necesario, prevé que los trabajadores roten en actividades y horarios

Prepara a las personas si tienen que trabajar al sol y con calor

Comprueba que los trabajadores llevan las protecciones adecuadas

Comprueba con los trabajadores que no son muy sensibles al calor

Dar formación e informa sobre el riesgo de calor y las medidas de protección

Dales la protección necesaria si tienen que trabajar al sol y con calor

Ropa ligera, de algodón, de colores claros, y gorra o sombrero

Indicar que descansen a la sombra o en lugares frescos o con aire acondicionado

Dales agua e insiste en que beban