

EL CALOR, UN RIESGO LABORAL QUE ES NECESARIO PREVENIR



El calor es un riesgo laboral reconocido, especialmente en procesos industriales que generan calor, en actividades al aire libre, como la agricultura o la construcción, o en aquellas tareas que implican esfuerzo físico o el uso de equipos de protección individual.

Pero en los últimos tiempos, y producto del calentamiento global asociado al cambio climático, son cada vez más frecuentes, intensos y prolongados los episodios de altas temperaturas e incluso los

fenómenos de calor extremo. El riesgo laboral por calor supera las fronteras de los territorios en los que los veranos son generalmente calurosos y está afectando a actividades que se presuponían ajenas a ello, como la enseñanza.

Desde CCOO no sólo llevamos años advirtiendo del agravamiento de este riesgo, sino de la obligación empresarial de prevenirlo, como cualquier otro riesgo laboral.

“

Las olas de calor son una realidad que ha venido para quedarse, evitar este riesgo debe formar parte de la **PREVENCIÓN** en las **empresas**”

Los efectos y riesgos para la salud de la exposición al calor extremo son múltiples y muy graves. La sobrecarga térmica causa trastornos a corto plazo que van desde erupciones, edemas, calambres o agotamiento, hasta al golpe de calor cuando el cuerpo es incapaz de controlar su temperatura y esta aumenta hasta causar el fallecimiento de la persona afectada.

Además, causa daños a largo plazo, el calor está relacionado con una disminución de la función renal, con enfermedades cardiovasculares, reduce el rendimiento cognitivo, etc. También afecta al sistema reproductivo de hombres y mujeres, y aumenta el impacto en el organismo de la contaminación ambiental.

DESIGUALDAD SOCIAL

La exposición al calor extremo también tiene un fuerte impacto en términos de desigualdad social. Como estamos viendo este año, las actividades laborales más afectadas por las olas de calor son aquellas más precarizadas, peor remuneradas y con menor consideración social, aunque se trate de trabajos esenciales para la comunidad, como pudimos comprobar en lo peor de la pandemia.

EL ESTRÉS TÉRMICO NO SOLO ESTÁ PRESENTE EN TRABAJOS EN EL EXTERIOR

El vigente RD 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, determina unos límites de temperatura para determinadas actividades en locales cerrados de hasta 27° en aquellos donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares y hasta 25° en los que se desarrollen trabajos ligeros.

Pero no establece ningún tipo de límites ni para trabajos intensos en locales cerrados ni para ningún tipo de trabajo al aire libre.

En 2017, durante el proceso de revisión de la Directiva que dio lugar a este RD, CCOO a través de la Confederación Europea de Sindicatos propuso a la Comisión Europea modificar el texto para mejorar la protección frente al calor extremo en estas situaciones, petición que no fue atendida.

En 2022, seguimos reclamando una Directiva para prevenir el riesgo por altas temperaturas, pero esta reivindicación aún no se ha materializado.



“

Las actividades laborales más afectadas por las olas de calor son aquellas más precarizadas, peor remuneradas y con menor consideración social”



La empresa debe incorporar medidas técnicas y organizativas: rotación de personas trabajadoras, disminución de la carga de trabajo, redistribución de la jornada y tareas, planificación de descansos, no trabajar en solitario, etc.



EL CALOR, UN RIESGO LABORAL

Desde CCOO no sólo llevamos años advirtiendo del agravamiento de este riesgo, sino de la obligación empresarial de **PREVENIRLO** como cualquier otro riesgo laboral. Y para ello proponemos el siguiente **DECÁLOGO**:

- 1.** Identificar los puestos de trabajo con riesgo de exposición a altas temperaturas, contemplando todas las posibles tareas y situaciones de riesgo.
- 2.** Evaluar el riesgo y elaborar un plan de acción específico para el calor.
- 3.** Planificar las medidas preventivas en el plan de prevención.
- 4.** Formar e informar a las personas trabajadoras y a los mandos sobre el riesgo y las medidas preventivas adoptadas.
- 5.** Incorporar las medidas organizativas y técnicas necesarias para reducir la exposición, como la rotación de las personas trabajadoras, disminución de la carga de trabajo, redistribución de la jornada y las tareas, planificar descansos y si es necesario incrementar las pausas en ambientes frescos, suministrar agua y otras bebidas frescas, evitando bebidas con alcohol, cafeína o muy azucaradas, no trabajar en solitario, etc.
- 6.** La empresa debe proporcionar a las personas trabajadoras ropa adecuada, ligera, holgada, que deje transpirar y no dificulte sus movimientos. En los trabajos al aire libre proteger la cabeza, con gorro o sombrero, utilizar gafas solares y proporcionar cremas de protección en caso de exposición directa al sol.
- 7.** Establecer y planificar la vigilancia de la salud y los primeros auxilios.
- 8.** Entrenar a las personas trabajadoras expuestas sobre cómo reconocer los primeros síntomas de alerta de golpe de calor.
- 9.** En caso necesario, considerar la paralización del trabajo y denunciar ante Inspección de Trabajo, al suponer una exposición a un riesgo grave e inminente.
- 10.** Contar con la participación de los trabajadores y trabajadoras y/o de sus representantes en la gestión del riesgo. Consensuar con la representación legal de las y los trabajadores un método para determinar en cada momento la gravedad de la situación ambiental, que obligue a activar el plan de acción.



Unai Sordo. Secretario general de CCOO

“

La falta de cumplimiento de la Ley por parte de las empresas provoca muerte. Las muertes por exposición a altas temperaturas son perfectamente evitables con medidas de prevención de riesgos laborales y esto las hace todavía más duras, todavía más incomprensibles, todavía más dramáticas”

LA LEY DE PREVENCIÓN PROTEGE FRENTE A LOS RIESGOS POR CALOR

En la Ley de Prevención de Riesgos Laborales contamos con suficientes herramientas para enfrentarnos a este problema, entre las que destacan los siguientes artículos:

● **Art. 14:** Derecho de protección frente a los riesgos laborales, incluidas las temperaturas extremas, y deber del empresariado de protección de los trabajadores y las trabajadoras.

● **Art. 15:** Principios de la acción preventiva (evitar riesgos, evaluarlos, combatirlos en origen, adaptar el trabajo a la persona, panificar la prevención, anteponer medidas de protección colectiva a la individual...)

● **Art. 17:** Los equipos de trabajo y medios de protección deben ser adecuados para el trabajo y garantizar la seguridad y salud de quienes lo utilicen.

● **Art. 18:** El empresariado deberá consultar a las personas trabajadoras, y permitir su participación en el marco de todas las cuestiones que afecten a la seguridad y a la salud en el trabajo, para redistribuir las jornadas y las tareas, establecer turnos, elegir equipos de protección personal...

● **Art. 19:** El empresariado debe garantizar que las personas trabajadoras reciban una formación teórica y práctica suficiente y adecuada, en materia preventiva.

● **Art. 20:** El empresariado deberá analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios.

● **Art. 21:** Las personas trabajadoras tienen derecho a interrumpir su actividad y abandonar el lugar de trabajo cuando consideren que dicha actividad entraña un riesgo grave e inminente para su vida o su salud. De igual forma, sus representantes legales pueden paralizar la actividad por dicho riesgo.

● **Art. 24:** Coordinación de actividades empresariales entre subcontratas y empresas principales. Las empresas principales deben vigilar que las contratas y subcontratas cumplan con la normativa de prevención de riesgos laborales.

Estas obligaciones legales permiten desarrollar la acción sindical tanto desde la perspectiva de la negociación colectiva como en caso de conflicto y denuncia ante la Inspección de Trabajo.

Sin olvidar que se puede recurrir a la vía judicial a través de la aplicación de los artículos del Código Penal que hacen referencia a los delitos por incumplimiento de la normativa preventiva o por la materialización de un daño a la salud



Mariano Sanz. Secretario de Salud Laboral y Sostenibilidad Medioambiental de CCOO

“

El cambio climático nos trae olas de calor cada vez más intensas, más frecuentes y de mayor duración. La adopción de medidas preventivas es una obligación empresarial, pero también es parte de las políticas de adaptación al cambio climático que deberían estar impulsando todas las Administraciones Públicas”

¿SABES RECONOCER UN GOLPE DE CALOR?

Conoce los síntomas y cómo actuar

1. AGOTAMIENTO POR CALOR

SÍNTOMAS



- Dolor de cabeza
- Náuseas
- Mareo
- Vómitos
- Cansancio
- Sudoración
- Piel fría, pálida, húmeda.
- Pulso rápido y débil
- Fiebre MENOR a 40°C.



2. INSOLACIÓN POR CALOR

SÍNTOMAS



- Puede no haber sudoración.
- Piel caliente y enrojecida.
- Respiración y pulso acelerado y fuerte.
- Fiebre MAYOR a 40°C.
- Puede haber convulsiones, alucinaciones, irritabilidad o cambios de comportamiento y alteración del nivel de consciencia o desmayo.

CÓMO ACTUAR

- Bebe agua a sorbitos.
- Ve a un lugar fresco.
- Aflójate la ropa.
- Aplica paños fríos o báñate con agua fría.

BUSCA ATENCIÓN SANITARIA SI:

- Tienes enfermedades crónicas.
- Tienes vómitos.
- Tus síntomas empeoran o duran más de 1 hora.

ES UNA URGENCIA VITAL

¡¡ LLAMA AL 112 INMEDIATAMENTE !!

- Mientras llega la ayuda, lleva a la persona a un lugar **FRESCO**.
- Ayuda a **BAJAR LA TEMPERATURA** con paños fríos o dándole un baño con agua fría.
- **NO LE DES NADA DE BEBER.**

CCOO SE MUEVE

(Pincha sobre las imágenes)

