

FÀBLÀR

Órgano de expresión en el Ayuntamiento de Zaragoza del Sindicato Aragonés

JUNIO
2025

ESPECIAL
TRABAJOS EN
EXTERIOR

OSTA

SECCIÓN SINDICAL
AYUNTAMIENTO
DE ZARAGOZA

Tel: 976 721212
976 724989
976 721118
699 814649

osta@zaragoza.es

ayuntamiento.osta.es



ESTRÉS TÉRMICO POR CALOR

En los últimos años y ante la exposición cada vez mas frecuente al calor de los trabajadores del Ayuntamiento de Zaragoza, en verano sobre todo, cuando tienen que efectuar sus labores en el exterior, hay que tener en cuenta los factores de prevención de riesgos para evitar sufrir por ello.

Antes todo valía, estar trabajando al sol era cosa de los mas valientes y de las personas mas rudas. Pero tras ver morir a mas de una de esas personas rudas y valientes, por golpes de calor, insolaciones y demás efectos nocivos que tiene el trabajar a temperaturas superiores a los 37°C, se puso en activo una serie de normativas de prevención de riesgos laborales ante la exposición al calor.

En concreto el ambiente térmico puede producir riesgos para la salud debidos al calor en las siguientes situaciones:

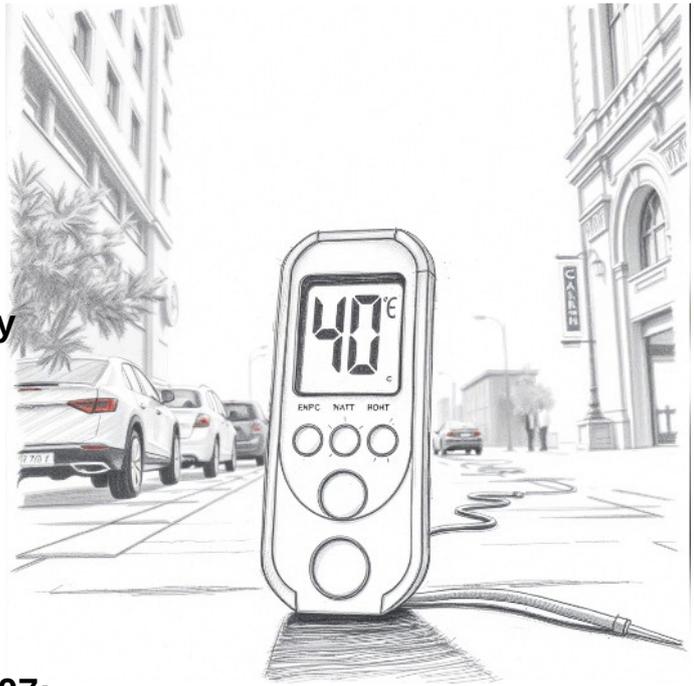
- Lugares de trabajo con temperatura del aire alta (zona de clima caluroso, en verano).
- Lugares de trabajo con radiación térmica elevada (lugares con exposición directa a radiación solar, etc.).
- Lugares de trabajo con altos niveles de humedad.
- Tareas donde es necesario llevar prendas de protección que impidan o dificulten la evaporación del sudor o la pérdida de calor corporal por radiación o convección aunque las condiciones ambientales no sean tan extremas, como es el trabajar con mono protector para el amianto.
- Tareas donde se realice una actividad física intensa, aunque las condiciones ambientales no sean extremas.

PREVENCIÓN OSTA

LO SEGURO ES CUMPLIR LAS NORMAS

El exceso de calor corporal puede hacer que:

- Aumente la probabilidad de que se produzcan accidentes de trabajo.
- Se agraven dolencias previas (enfermedades cardiovasculares, respiratorias, renales, cutáneas, diabetes, etc.).
- Se produzcan las llamadas “enfermedades relacionadas con el calor”. **El estrés térmico y la sobrecarga térmica que le acompaña puede generar una situación de riesgo grave e inminente para la salud.**



ETAPA PREVIA DE PROCEDIMIENTO PRL 1607:

- a) Solicitud de evaluación del riesgo de estrés térmico al Servicio de Prevención y Salud Laboral por escrito.
- b) Realización de la Evaluación de Riesgo de Estrés Térmico.
 - b.1. Si de la evaluación se desprendiera que no hay riesgo, no se continuará con el procedimiento.
 - b.2. Si de la evaluación se desprendiera que sí hay riesgo en el informe de evaluación se establecerá propuesta de medidas preventivas y medios de protección necesarios para controlar el riesgo, estableciéndose la necesidad o no de recurso preventivo. Se continuará con el procedimiento.
- c) Implantación de las medidas preventivas y medios de protección necesarios, establecidos en el informe de evaluación.
- d) Elaboración de un listado de los trabajadores afectados del riesgo de estrés térmico y sobrecarga térmica.
- e) Realización de la Vigilancia de la Salud inicial, con certificado de aptitud.
- f) Redacción de la Instrucción Operativa y asignación de recursos preventivos si fuese necesario.
- g) Formación e información del riesgo de estrés térmico y la sobrecarga térmica y las medidas preventivas y de protección a aplicar a los trabajadores, Recursos Preventivos y mandos. Así como, del presente procedimiento y de la Instrucción Técnica Derivada del mismo. Entrega de tríptico informativo.

¿COMO AFECTA EL CALOR A LA SALUD?

La cantidad de calor almacenado en el cuerpo humano depende de la combinación de:

1. La incapacidad de eliminar el calor generado internamente por los procesos metabólicos debido a la tensión calórica del entorno (por ejemplo, la alta temperatura, la alta humedad, el poco viento y la alta radiación térmica).
2. La ropa, que crea una barrera a la pérdida de calor.
3. La ganancia de calor procedente del entorno.

La incapacidad del cuerpo para regular la temperatura interna y eliminar la ganancia de calor en esas condiciones aumenta el riesgo de sufrir un golpe de calor y un agotamiento a causa de este. La sobrecarga a la que se ve sometido el organismo al intentar enfriarse también afecta al corazón y los riñones.

Por ello, el calor extremo puede agravar los riesgos para la salud derivados de afecciones crónicas (como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares, mentales, respiratorias) y provocar lesiones renales agudas.



El calor radiante se puede reducir mediante la interposición de barreras materiales que reduzcan la radiación térmica. Si no es posible aislar las fuentes de calor mediante pantallas y la radiación térmica es muy intensa se utilizará ropa que proteja la piel. Por el contrario al cubrir la piel también se reduce la refrigeración de la piel por convección o evaporación del sudor.

PREVENCIÓN OSTA

DATOS Y CIFRAS

Los golpes de calor son la primera causa de defunción relacionada con el clima y pueden agravar enfermedades como la diabetes, el asma, los trastornos mentales y las enfermedades cardiovasculares, entre otras, y aumentar el riesgo de sufrir accidentes y de contraer determinadas enfermedades infecciosas.



El número de personas expuestas al calor extremo está aumentando exponencialmente debido al cambio climático en todas las regiones del mundo.

En estudios realizados entre 2000 y 2019 se observó que cada año fallecen 489.000 personas a causa del calor y que el 45% y el 36% de esas defunciones ocurren en Asia y en Europa, respectivamente.

Solamente en Europa, en el verano de 2022 se registraron 61.672 muertes por calor. Las olas de calor intensas pueden dar lugar a un aumento agudo de la mortalidad.

En 2023 fallecieron en Europa 70.000 personas como consecuencia del calor sufrido entre junio y agosto.

**TRABAJADORAS/ES QUE EJERCÉIS VUESTRAS LABORES EN LA CALLE,
PONER MUCHA ATENCIÓN Y PRECAUCIÓN, YA QUE OS PUEDE COSTAR LA
VIDA.**

PARA MÁS INFORMACIÓN ...

WEB: ayuntamiento.osta.es

CORREO ELECTRÓNICO: osta@zaragoza.es

Sección Sindical — Edificio Seminario — 976 72 12 12 — 4989—1118—

699 81 46 49

Todas las noticias actualizadas en <http://ayuntamiento.osta.es>