

PRIMER PLAN DE LA INSPECCIÓN DE TRABAJO PARA COMBATIR LOS RIESGOS DEL GOLPE DE CALOR

Beatriz Lozano Tudanca

Técnico en Prevención de Riesgos Laborales
Fraternidad-Muprespa

Primer plan de la Inspección de Trabajo para combatir los riesgos de los golpes de calor.

Con este plan, la Inspección de Trabajo pone el foco en la exposición a las elevadas temperaturas, un riesgo para la salud que en ocasiones puede tener consecuencias letales.

La Inspección de Trabajo efectuará un envío masivo de comunicaciones a todas las empresas del sector agrario y del sector de la construcción, incluidas ETT y administraciones públicas, con un carácter de tipo preventivo e informativo. Recordando a las empresas la obligatoriedad de cumplir el deber de seguridad y de integrar estas medidas preventivas en la gestión de la prevención de la empresa.

Dentro de este plan la ITSS realizará actuaciones inspectoras específicas y dará un carácter urgente a las denuncias y comunicaciones recibidas en la ITSS de cualquier sector y actividad que esté relacionada con los riesgos de estrés térmico.

Se enviará un total de 137.503 cartas a empresas que dan ocupación a casi un millón personas trabajadoras, en las que se aporta información sobre el mencionado plan y la actuación de la ITSS. En ellas se suministrará documentación e información de ayuda del Instituto Nacional de Seguridad Salud en el Trabajo.

En las misivas se advierte que, los incumplimientos del deber de protección de la seguridad y salud de los trabajadores puede ser constitutivo de infracción grave o muy grave, sancionable respectivamente, con multas que van desde 2.046 euros hasta 40.985 euros y desde 40.986 euros hasta 819.780 euros.

Algunas de las medidas que deben adoptarse ante las elevadas temperaturas:

- Proporcionar agua potable en las proximidades de los puestos de trabajo.
- Planificar las tareas más pesadas en las horas de menos calor, adaptando, si es necesario, los horarios de trabajo. Hacer más pausas de lo habitual y en lugares frescos.
- Procurar vestir con ropas amplias, de tejido ligero y colores claros. Proteger la cabeza con gorra o sombrero.
- Aumentar la frecuencia de las pausas de recuperación
- Habilitar zonas de sombra o locales frescos para el descanso de los trabajadores.
- Evitar el trabajo individual, favoreciendo el trabajo en equipo para facilitar la supervisión mutua de los trabajadores.

- Informar a los trabajadores sobre los riesgos relacionados con el calor, sus efectos y las medidas preventivas y de primeros auxilios que hay que adoptar.

Equipos de protección individual frente al calor

Novedades de equipos de protección individual frente al calor.

Ante el riesgo de estrés térmico por calor, es necesario determinar la ropa de trabajo y EPIs apropiados para poder combatirlo. Y en este sentido, la prenda laboral debe prestar especial atención a las siguientes cuestiones:

- aislamiento térmico
- la refrigeración por evaporación del sudor.
- la protección ante quemaduras.

Chalecos refrigerantes: uno de los últimos avances para la temperatura corporal

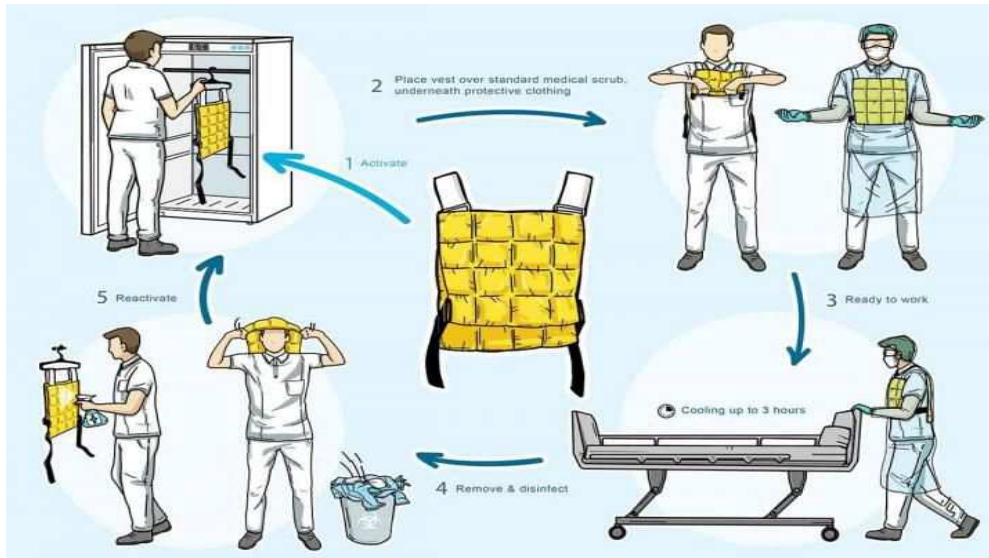
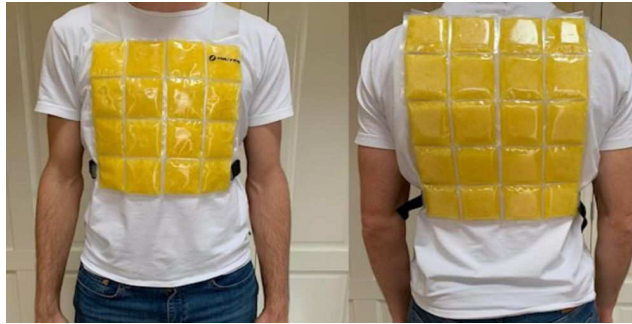
Un grupo de investigadores del Centro Médico de la Universidad de Radboud, en los Países Bajos, ha probado unos chalecos refrigerantes, originalmente diseñados para deportistas de élite, en el personal de enfermería que realiza turnos largos en las salas de pacientes covid con EPI. Los chalecos se almacenan en un refrigerador antes de uso y se ponen a disposición del personal de las salas a través de una nevera portátil. Cuentan con 36 bolsillos que contienen un material almacenado en carcasas de poliuretano termoplástico.

El personal utiliza los chalecos sobre su uniforme, pero debajo de los equipos de protección. Su efecto sobre la temperatura corporal es mínimo, pero los participantes en el ensayo reportaron frecuencias cardiacas más bajas mientras trabajaban, lo que sugiere un descenso de los niveles de estrés. Estos chalecos se podrían utilizar en puestos donde el estrés térmico es habitual durante todo el año u ocasionalmente en verano.

El estudio ha reportado una mayor comodidad a la hora de desempeñar un trabajo en el ensayo realizado con 17 enfermeras. Su efecto sobre la temperatura corporal es mínimo y los participantes en el ensayo reportaron frecuencias cardiacas más bajas mientras trabajaban, lo que sugiere un descenso de los niveles de estrés.



PRIMER PLAN DE LA INSPECCIÓN DE TRABAJO PARA COMBATIR LOS RIESGOS DEL GOLPE DE CALOR

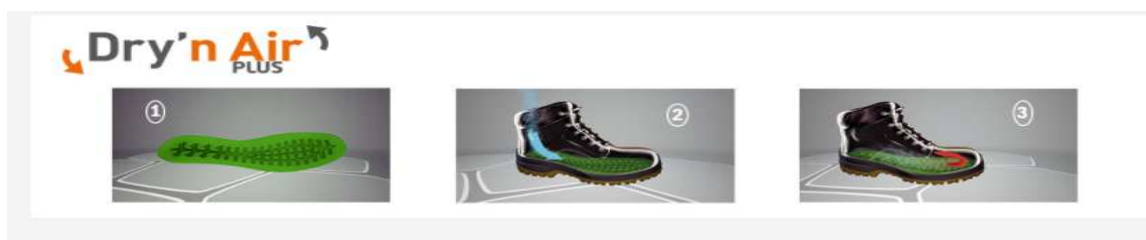


Existen otro tipo de chalecos, nuevo y revolucionario producto que mantiene frescos a los trabajadores durante un periodo de hasta 8 horas. Usando tecnologías y materiales diseñados para evitar el estrés térmico, este chaleco mantiene el cuerpo a una temperatura ideal para trabajar cómodamente incluso en los momentos más calurosos y de mayor humedad. Simplemente sature el chaleco con agua y escúrralo para eliminar el exceso. Después, el chaleco puede ser utilizado y no humedecerá las ropas usadas debajo de él. Cuando el chaleco se seca, simplemente, se repite la operación para obtener otras 8 horas de fresco confort. *Tejido clasificado UPF 50+ que bloquea el 98% de los rayos UV.*



Avances en calzado y guantes refrescantes

En el calzado de seguridad, también ha habido avances. Se han diseñado plantillas para la recirculación del aire. Al andar, la presión sobre el talón empuja el aire hacia delante, eliminando la humedad. El aire caliente y húmedo es empujado hacia delante, eliminando el calor interno y manteniendo el pie seco. De igual forma, la utilización de una puntera no metálica más ligera, elástica, a magnética y termoaislante, puede garantizar un mayor confort térmico. Con sistemas de canalización del aire integrado en la suela que utiliza el efecto "Venturi" para aumentar la circulación del aire en el pie.



- Plantilla con un sistema de canales para la recirculación del aire y tejido resistente a la perforación
- El aire es empujado hacia adelante eliminando el calor interno y el pie permanece seco.
- En la suela, el aire se desplaza hacia adelante por disipación del calor obteniendo más confort.

En cuanto a los guantes, se han desarrollado soluciones que permiten una mejor ventilación. En las manos poseemos un 83% más de glándulas sudoríparas que en otras partes del cuerpo. Pero el incremento de la temperatura dentro de este guante hace que se libere un agente para mantener la mano seca y fresca. Este agente no actúa sobre la termorregulación corporal.

EPI en la cabeza: diseños para disminuir el calor

Para cuando es necesario el uso simultáneo de casco y protección ocular, sobre todo para personas que utilizan gafas graduadas, se han desarrollado cascos que integran la protección ocular y que pueden provocar menor malestar térmico. Las gafas graduadas permanecen cubiertas por la pantalla de protección sin perder su capacidad correctora. Incluso han llegado a innovar cascos que añaden protección respiratoria, ocular, térmica y auditiva, lo cual aumenta considerablemente la protección de la persona al no interferir unos EPI con otros.

Se han incorporado a los cascos sistemas que ofrecen protección frente a radiaciones solares o a altas temperaturas.

- Las cubrenucas consisten en accesorios textiles ligeros acoplables al casco que protegen de los rayos ultravioleta con un factor de protección UPD 50+, bloqueando el 98 % de la radiación ultra violeta.



- Los sistemas de enfriamiento se fundamentan en complementos que se acoplan al casco y consiguen disminuir significativamente la temperatura. Refrigeran la cabeza y la nuca del trabajador y evitan el estrés térmico en esa zona. ofrece una refrigeración de hasta 15 °C / 59 °F por debajo de la temperatura ambiente ofrece hasta 8 horas de refrigeración.



Los sistemas húmedos de enfriamiento funcionan por un mecanismo de evaporación, tras sumergir el accesorio en agua.

Por su parte, los sistemas secos de enfriamiento también funcionan por un mecanismo de evaporación, pero el accesorio no se sumerge en agua. En este caso, el agua se almacena entre dos membranas: la capa exterior es semipermeable y deja pasar el vapor de agua; la capa interior, en cambio, es impermeable y mantiene la piel del usuario seca.

LA MISIÓN de **Fraternidad-Muprespa**, es restablecer la salud de los trabajadores protegidos y proporcionar las prestaciones económicas con la mejor atención y garantía.

LA VISIÓN de **Fraternidad-Muprespa**, es ofrecer un servicio cercano, ágil y profesional a los trabajadores, empresarios y autónomos de nuestra Mutua.

Consulte alcance y certificados: fraternidad.com/certificados



20 años de experiencia digital al **servicio de las personas**



**Mutua Colaboradora con la
Seguridad Social, 275.**

Fraternidad-Muprespa

Plaza Cánovas del Castillo, n.º 3,
28014 Madrid



Urgencias: **900 269 269**
Contacto: **914 183 240/933 369 275**

fraternidad.com

[Contacte con nosotros](#)

