

OBLIGACIONES LEGALES PARA LA EMPRESA/ADMINISTRACIÓN

Las condiciones de los Lugares de Trabajo se regulan en el **Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, de Seguridad y Salud en los Lugares de Trabajo**. En su **Anexo III**: "la exposición a las condiciones ambientales de los lugares de trabajo no debe suponer un riesgo para la seguridad y salud de las personas trabajadoras" y se marcan intervalos de temperatura en el lugar, según la actividad que se realice. En **locales cerrados**, para trabajos sedentarios, la temperatura debe estar entre **17°C y 27°C** y para trabajos ligeros estará entre **14°C y 25°C**.

El **Real Decreto-ley 4/2023, de 21 de septiembre**, modifica el RD 486/1997, introduce una disposición adicional única (D.A.U.) "condiciones de trabajo al aire libre" que establece que: Estas medidas son de aplicación a todos los lugares de trabajo, incluyendo a aquellos que el RD 486/1997 deja fuera de su objeto.

- ✓ **Se debe realizar la evaluación de los riesgos laborales** a la exposición a factores meteorológicos adversos (FMA), teniendo en cuenta, las temperaturas extremas, las características de la tarea, y las personales como el estado biológico conocido de la persona trabajadora.
- ✓ **Las medidas preventivas** que se deriven de los resultados pueden incluir la prohibición de realizar algunas tareas en las horas de más calor.
- ✓ Cuando los **AVISOS meteorológicos** de la AEMET o de la Comunidad de Madrid, sean de nivel **NARANJA** o **ROJO**, y las medidas preventivas no sean suficientes, será obligatorio adaptar las condiciones del puesto de trabajo reduciendo o modificando el horario. Esta D.A.U. se aplicará a todos los lugares de trabajo.
- ✓ El **Art. 23 del Real Decreto 1561/1995**, de 21 de septiembre, sobre **Jornadas Especiales de Trabajo**, establece que, si de la exposición a condiciones ambientales, como el calor, se genera un riesgo especial para la seguridad y salud de las personas trabajadoras, y no es posible reducirlo con otras de medidas, hay que reducir el tiempo de exposición a dichas condiciones ambientales, **sin que ello conlleve una reducción del salario a percibir**.

DIRECCIONES DE INTERÉS

SECRETARÍA DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE DE UGT-MADRID

- 📍 Avda. América, 25 · 28002 Madrid.
- ✉ slaboralymedioambiente@madrid.ugt.org
- 🌐 <https://saludlaboralmadridugt.org> 📞 Tel: 91 589 09 88

SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ADICCIONES EN EL ÁMBITO LABORAL

- 📍 Avda. América, 25 · 28002 Madrid.
- ✉ sindrogas@madrid.ugt.org 📞 Tel: 91 589 09 88

FEDERACIONES REGIONALES DE UGT-MADRID

FeSMC SERVICIOS, MOVILIDAD Y CONSUMO

- 📞 Tel: 91 589 73 94 ✉ saludlaboral.madrid@fesmcugt.org

SERVICIOS PÚBLICOS DE MADRID

- 📞 Tel: 91 589 70 43 ✉ saludlaboral@ugtspmadrid.es

FICA INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO

- 📞 Tel: 91 589 73 50 ✉ saludlaboralmadrid@fica.ugt.org

UNIONES COMARCALES DE UGT-MADRID

NORTE

Avda. Valdelaparra, 108 · 28100
Alcobendas - Tel: 91 662 08 75
uczonanorte@madrid.ugt.org

SUR

Avda. de los Ángeles, 20 · 28903
Getafe - Tel: 91 696 05 11
slaboral.ucsur@madrid.ugt.org

ESTE

C/ Simón García de Pedro, 2 28805
Alcalá de Henares - Tel: 91 888 09 92
uceste@madrid.ugt.org

OESTE

C/ Clara Campoamor, 2 · 28400
Collado Villalba - Tel: 91 850 13 01
ucoeste@madrid.ugt.org

SURESTE

C/ Silos, 27 · 28500
Arganda del Rey - Tel: 91 876 89 65
ucsureste@madrid.ugt.org

SUROESTE

C/ Huesca, 2 · 28941
Fuenlabrada - Tel: 91 690 40 68
suroeste@madrid.ugt.org

INSTITUTO REGIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO (IRSST)

Calle Ventura Rodríguez, 7
28008 Madrid
Teléfono: 900 71 31 23
irsst@madrid.org
www.comunidad.madrid

INSPECCIÓN DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL DE MADRID

Plaza José Moreno Villa, 1
Esq. Pl. España, 17
28008, Madrid
Teléfono: 91 363 56 00
itmadrid@mites.gob.es



Deposito legal: M-8882-2025

ALTAS TEMPERATURAS



Nuevos Riesgos en el Trabajo, MÁS PREVENCIÓN Y MÁS PROTECCIÓN



"El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo colabora en la elaboración de este material en el marco del VII Plan Director de Prevención de Riesgos Laborales de la Comunidad de Madrid 2025-2028 y no se hace responsable de los contenidos del mismo ni de las valoraciones e interpretaciones de sus autores. El material elaborado recoge exclusivamente la opinión de su autor como manifestación de su derecho de libertad de expresión".

RIESGO POR ALTAS TEMPERATURAS EN EL TRABAJO

Las altas temperaturas tienen un impacto importante en la salud laboral. Y no hay duda del riesgo de sufrir accidentes de trabajo, incluso el de mortalidad, se puede relacionar directamente con las condiciones climáticas, el estado biológico de las personas trabajadoras, la ropa utilizada y las características del lugar de trabajo.

Las altas temperaturas pueden provocar **golpes de calor, insolación, agotamiento y fatiga**, están relacionadas con la insuficiencia renal, y **aumentan el riesgo de sufrir accidentes laborales** llegando a provocar la muerte.

EFFECTOS QUE PROVOCAN

- **ACRECIENTAN** el malestar físico.
- **REDUCEN** la **destreza manual** y el rendimiento cognitivo, la visión, la coordinación motriz, la memoria a corto plazo y la capacidad de concentración.
- **ALTERAN** el estado emocional de las personas trabajadoras y puede agravar las tensiones dentro de una organización o con el público, lo que contribuye a un aumento de los riesgos psicosociales en el trabajo.
- Puede contribuir a **AGRAVAR** las dolencias previas respiratorias, cutáneas, cardiovasculares, hipertensión, patologías gastrointestinales, diabetes, insuficiencia renal, e incrementan los ataques de epilepsia, etc.

TRABAJOS CON EXPOSICIÓN A ALTAS TEMPERATURAS

EN INTERIOR: fundiciones y hornos, acerías, fábricas de ladrillos o cerámica, plantas de cemento, obradores y panaderías, lavanderías, minas, conserveras, invernaderos, plantas de procesado.

EN EXTERIOR: Trabajos de construcción, carreteras, agricultura, parques y jardines, limpieza viaria, Servicio de estacionamiento regulado (SER), trabajos forestales, guías, etc.

PLANES DE ACTUACIÓN EN LAS EMPRESAS/ADMINISTRACIÓN

Como parte integral del Plan de Prevención, en la empresa SE DEBE implementar, previa consulta y participación de las personas representantes en materia de prevención, un Plan de Acción a activar cuando las condiciones de trabajo puedan suponer un riesgo por exposición a altas temperaturas.

PASOS DEL PLAN DE ACTUACIÓN

IDENTIFICAR los **puestos de trabajo** con exposición al calor y las condiciones de trabajo que pudieran afectar a su evaluación: agua, sombra, Información y formación a los trabajadores, emergencias, monitoreo fisiológico y presencia de recurso preventivo.

SELECCIONAR un **método de valoración del riesgo** como criterio para aplicar las distintas medidas: Índice de Sensación Térmica (Heat Index) de la Agencia Española de meteorología (AEMET), o el Índice WBGT (Wet Bulb Globe Temperature o Temperatura de Globo y Bulbo Húmedo), considerando las limitaciones metodológicas impuestas por ambos métodos y/o uso de ropa gruesa, Equipos de Protección Individual (EPI), y/o esfuerzos físicos severos, que requerirían un evaluación y adopción de medidas más estrictas.

REALIZAR una **Evaluación de Riesgos Laborales** que considere además de la temperatura, las características de la tarea y las características personales del trabajador/a.

PLANIFICAR las acciones a realizar, estableciendo medidas preventivas: Técnicas y Organizativas para aplicar.

IDENTIFICACIÓN de personas trabajadoras especialmente sensibles a la exposición al calor.

FORMACIÓN de las personas trabajadoras, incluyendo síntomas y efectos en la salud de la exposición al calor, primeros auxilios, posibles situaciones de emergencias.

INFORMACIÓN a mandos y personas trabajadoras del Plan de Actuación.

ACTIVAR el Plan cuando se cumplan los criterios establecidos.

REVISAR con las personas trabajadoras, representantes y mandos intermedios su efectividad y sus posibles mejoras.

RECOMENDACIONES PREVENTIVAS POR ALTAS TEMPERATURAS

- Implantar en los **Convenios sectoriales y/o de empresa**, mediante la **Negociación Colectiva o Acuerdos de empresa**, cláusulas específicas frente al estrés térmico por calor en el Plan de Prevención.
- Comprobar **las previsiones de la Agencia Española de Meteorología (AEMET)** olas y alertas de calor de la Comunidad de Madrid.
- **INFORMAR Y FORMAR** a la **población trabajadora de los riesgos, efectos y de las medidas preventivas derivadas de la exposición al calor**.
- Realizar la **ADECUADA VIGILANCIA DE LA SALUD** para prevenir una posible sensibilidad al calor, mediante pruebas médicas específicas y el aporte de informes del médico del Servicio Público de Salud.
- Implantar **PROCEDIMIENTOS de ACLIMATACIÓN GRADUAL DEL CUERPO** de la persona trabajadora ante la exposición al calor.
- Hacer **MEDICIONES DE TEMPERATURA Y HUMEDAD** en el lugar de trabajo y durante los procesos de trabajo de más calor. Modificar las tareas de sobreesfuerzos con **ayuda mecánica evitando las horas más calurosas. Disponer de termómetro de pared**.
- Utilizar **PROTECCIÓN SOLAR** factor 50+, **cubrir la cabeza** y llevar gafas de sol para trabajar fuera.
- **BEBER MUCHA AGUA** con mucha frecuencia y evitar comidas calientes y copiosas.
- **AUMENTAR la circulación general de aire** y reducir procesos que liberan calor y vapor de agua.
- **APANTALLAR** las fuentes de calor radiante.
- Priorizar la **ventilación natural**, por ser un medio lento pero eficaz de incrementar la transferencia de calor desde la piel al exterior.
- Dotar de ropa que proteja la piel, **FABRICADA CON TEJIDOS NATURALES** permeables, para que circule el aire a través de la misma.