

¿HACE DEMASIADO CALOR EN TU PUESTO DE TRABAJO?

TU SALUD NO PUEDE ESPERAR

Conoce tus derechos.
Exige protección.



EL CALOR TAMBIÉN ES UN RIESGO LABORAL



¿SABÍAS QUE...?

El calor excesivo puede provocar:



Fatiga



Deshidratación



Mareos



Golpe de calor



Accidentes laborales

¿NECESITAS AYUDA?

Contacta con tus delegados y delegadas de prevención.

Más información en:



www.facuso.es

¿QUÉ DEBE HACER LA ADMINISTRACIÓN?

Tiene la obligación de proteger tu seguridad y tu salud.



Evaluar el riesgo por calor y actualizarlo.



Adaptar horarios y reducir la exposición.



Facilitar agua fresca y en cantidad suficiente.



Garantizar zonas de descanso sombraseas o climatizadas.



Climatizar los espacios cuando sea posible.



Proporcionar ropa adecuada y equipos de protección.



Informar y formar sobre los riesgos y las medidas.



Permitir pausas de recuperación.

BASE LEGAL

- Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 486/1997, sobre lugares de trabajo.
- Real Decreto-ley 4/2023, refuerza la protección frente a fenómenos meteorológicos adversos.
- Resto de normativa y criterios técnicos del INSST.

¿CUÁNDO DEBES ACTUAR?

Si notas alguno de estos síntomas:

- ✓ Mareos
- ✓ Dolor de cabeza
- ✓ Náuseas
- ✓ Sudor excesivo o ausencia de sudor



- ✓ Calambres
- ✓ Confusión
- ✓ Debilidad extrema

SI NO TOMAN MEDIDAS...

SIGUE ESTA RUTA DE ACTUACIÓN

1



COMUNÍCALO a tu responsable.



2



INFORMA al Servicio de Prevención.



3



CONTACTA con tus delegados/as de prevención.



4



SOLICITA una evaluación del riesgo por estrés térmico en tu puesto.



5



EXIGE MEDIDAS PREVENTIVAS adecuadas e inmediatas.



6



SI EL RIESGO PERSISTE Y ES GRAVE E INMINENTE: tienes derecho a interrumpir la actividad y abandonar el lugar de trabajo, informando de inmediato.



Tu salud no es negociable. La normativa te ampara.

EXIGE UN PROTOCOLO FRENTE AL ESTRÉS TÉRMICO

Las Administraciones Públicas deben aprobar protocolos de actuación que contemplen:



Criterios para activar medidas según la previsión meteorológica y las condiciones reales del puesto.



Medidas organizativas según el nivel de riesgo (horarios, pausas, rotación o suspensión de tareas).



Garantía de acceso permanente a agua potable y zonas de descanso.



Equipos de protección y ropa de trabajo adaptados al calor.



Protección reforzada para personas especialmente sensibles.



Actuación ante síntomas de agotamiento o golpe de calor y comunicación con emergencias.



Formación e información específica para todo el personal y mandos.



Seguimiento e investigación de todos los incidentes relacionados con el calor.



LAS OLAS DE CALOR SE PUEDEN PREVER. LA PREVENCIÓN TAMBIÉN.

DESDE FAC-USO RECLAMAMOS

- ★ Protocolos frente al estrés térmico en todas las Administraciones Públicas.
- ★ Evaluaciones específicas del riesgo por calor.
- ★ Adaptación inmediata del trabajo durante las olas de calor.
- ★ Participación de los delegados y delegadas de prevención en las decisiones.
- ★ Protección reforzada para el personal especialmente sensible.
- ★ Investigación de todos los daños derivados de la exposición al calor.
- ★ Formación e información para toda la plantilla.



SIN PROTOCOLO, NO HAY PREVENCIÓN.



EL CALOR NO SE COMBATE CON IMPROVISACIÓN. SE COMBATE CON PREVENCIÓN.