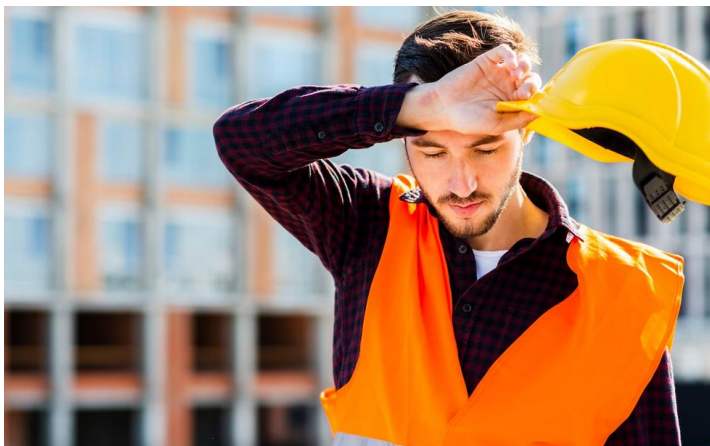


Mesures davant de fenòmens meteorològics adversos

El **Reial decret llei 4/2023** que modifica el **Reial decret 486/1997**, de 14 d'abril, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut als llocs de treball, afegeix una **disposició addicional única sobre condicions ambientals al treball a l'aire lliure**, que suprimeix l'apartat 5 de l'annex III, i que inclou els aspectes següents:

Condicions ambientals en el treball a l'aire lliure

1. Quan es desenvolupin **treballs a l'aire lliure** i als llocs de treball que, per l'activitat desenvolupada, **no puguin quedar tancats**, s'han de **prendre mesures adequades per a la protecció de les persones treballadores davant de qualsevol risc relacionat amb fenòmens meteorològics adversos**, incloent-hi **temperatures extremes**.



2. Les mesures a què fa referència l'apartat anterior **derivaràn de l'avaluació de riscos laborals**, que prendrà en consideració, a més dels fenòmens esmentats, les **característiques de la tasca que es desenvolupi i les característiques personals o l'estat biològic conegut de la persona treballadora**. En aplicació del que preveu aquesta disposició i l'article 23 del Reial decret 1561/1995, de 21 de setembre, sobre jornades especials de treball, **les mesures preventives inclouran la prohibició de desenvolupar determinades tasques durant les hores del dia en què concorrin fenòmens meteorològics adversos, en aquells casos en què no es pugui garantir altrament la deguda protecció de la persona treballadora**.

3. En el supòsit en què s'emeti per **l'Agència Estatal de Meteorologia (AEMET)** o, si escau, l'òrgan autonòmic corresponent en el cas de les comunitats autònomes que tinguin aquest servei, un **avís de fenòmens meteorològics adversos de nivell taronja o vermell**, i les mesures preventives anteriors no garanteixin la protecció de les persones treballadores, **resultarà obligatòria l'adaptació de les condicions de treball, inclosa la reducció o modificació de les hores de desenvolupament de la jornada prevista**.

On consultar les alertes de l'AEMET?

Les empreses poden revisar diàriament els avisos meteorològics de **l'AEMET** per saber quan han d'aplicar les mesures establertes juntament amb la modalitat preventiva de l'empresa en aquest [enllaç](#).



4. Aquesta disposició addicional és **aplicable a tots els llocs de treball**, inclosos els que s'esmentaven com a excepció a l'article 1.2. del Reial decret 486/1997, que són:

a) Els mitjans de transport utilitzats fora de l'empresa o centre de treball, així com als llocs de treball situats dins dels mitjans de transport.

b) Les obres de construcció temporals o mòbils.

c) Les indústries d'extracció.

d) Els vaixells de pesca.

e) Els camps de cultiu, boscos i altres terrenys que formin part d'una empresa o centre de treball agrícola o forestal, però que estiguin situats fora de la zona edificada d'aquests.

Efectes sobre la salut

- L'exposició a altes temperatures a la intempèrie pot causar diversos **efectes sobre la salut**:
 - **Deshidratació i esgotament per calor**, per pèrdua de líquids i alteracions del sistema nerviós (amb símptomes com mal de cap, cansament, irritabilitat, hipotensió, taquicàrdia i hiperventilació).
 - **Rampes musculars**, a causa de la pèrdua de sals (generen espasmes en extremitats i abdomen).
 - **Erupcions a la pell** per suor, **cremades** degudes les radiacions solars i **càncer de pell**.
 - **Cop de calor**, trastorn greu produït quan l'organisme no és capaç d'eliminar més calor de la que genera o absorbeix.



Com actuar davant un cop de calor?

Per a més informació vegeu el nostre vídeo entrant al:

Codi QR



Enllaç

Cop de Calor



Mesures Preventives

- **Avaluar els riscos** relacionats amb **fenòmens meteorològics adversos**, incloent-hi l'exposició a temperatures extremes.
- Establir **protocols d'actuació per a treballs en exterior o en llocs de treball que no puguin quedar tancats**, durant onades de calor o períodes de temperatures altes.
- Tenir en compte la **previsió meteorològica** de les **alertes per temperatures altes**.
- **Planificar la jornada laboral** en època estival: **adaptar els horaris de jornada** i evitar la realització d'esforços físics intensos a les hores centrals del dia de més radiació solar.
- **Limitar el temps o la intensitat de l'exposició**: fer rotacions de tasques sempre que hi hagi llocs amb menor exposició que ho permetin.
- **Establir pauses fixes**. En feines a la intempèrie, amb esforços físics moderats i/o alts, en condicions d'altres temperatures, **establir períodes de descans curts i freqüents**.
- **Evitar el treball individual**: afavorir el treball en equip per facilitar-ne la supervisió mútua.
- Tenir en compte la reposició de fluids amb una **hidratació contínua**:
 - **Beure aigua o begudes isotòniques de manera freqüent**, encara que no es tingui set.
 - **Evitar** les begudes que continguin **alcohol, cafeïna o molt ensucrades**.
 - Continuar la **hidratació després del treball**.
- **Hàbits alimentaris**: **fer àpats lleugers** que ajudin a reposar les sals perdudes per la suor. Evitar **els àpats abundants** i amb greixos.
- **Protegir el cap i la pell**: utilitzar gorra o barret i crema de protecció solar alta (SPF 50 o superior).
- Usar **roba folgada, lleugera i transpirable**.
- Consulteu amb el personal facultatiu de medicina laboral **les mesures a adoptar si es pateix alguna malaltia de risc**.

O consulteu el [Triptic Cop de Calor](#).