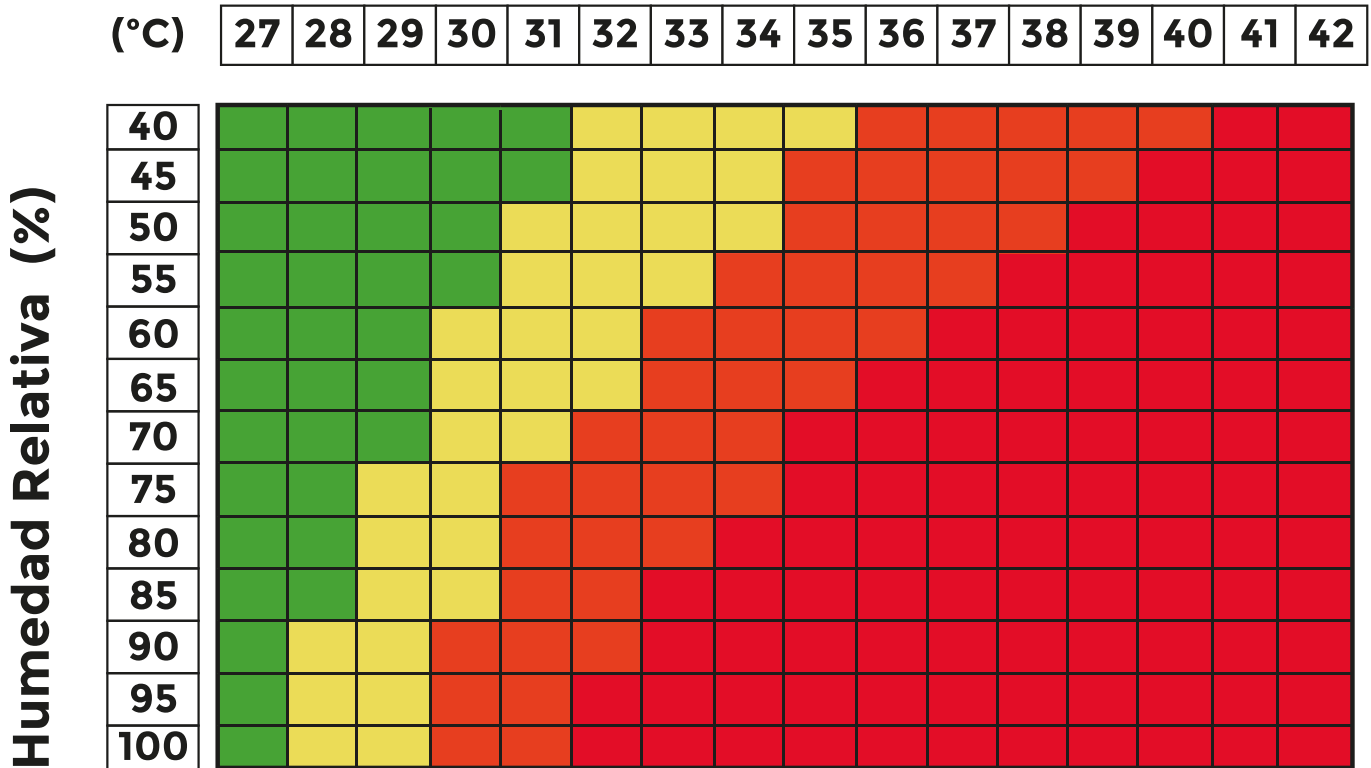


Material descargable, módulo Prevención y protección frente al estrés térmico.

Temperatura



Medidas de Prevención y Protección según nivel de riesgo

- Nivel I
- Nivel II
- Nivel III
- Nivel IV

Índice de calor	Nivel de riesgo	Efecto general del índice de calor en las personas trabajadoras
Menor a 91	I	Es posible que tenga fatiga con exposiciones prolongadas y actividad física
Igual a 91 y menor a 103	II	Posible insolación, calambres y agotamiento por exposición prolongada y actividad física
Igual a 103 y menor a 125	III	Probable insolación, calambres y agotamiento por exposición prolongada y actividad física
Igual o mayor a 125	IV	Probabilidad alta de insolación, golpe de calor

Fuente: adaptado del Índice de Calor, OSHA.

Medidas de prevención y protección	Nivel de Riesgo			
	I	II	III	IV
1. Asegurar la disponibilidad de agua potable fresca durante toda la jornada de trabajo.	√	√	√	√
2. Suministrar bebidas hidratantes bajo recomendación normativa del Ministerio de Salud, según intensidad, duración y frecuencia de la exposición y otras condiciones como movimientos repetitivos, condiciones de trabajo y esfuerzos musculares pesados.				√
3. Proporcionar áreas de sombra temporal o permanentes, cuando se trabaje en campos abiertos o áreas que no tengan fácil acceso a la sombra, según corresponda	√	√	√	√
4. Proporcionar sombrero de ala ancha o gorra con cobertor en el cuello y mangas a trabajadores expuestos directamente al sol. Usar protector solar cuando sea posible.	√	√	√	√
5. Capacitar a los trabajadores (en el apartado 6 de la presente guía se enumeran los temas en los que se pueden capacitar a las personas trabajado- ras).	√	√	√	√
6. Cuando los trabajadores requieren el uso de prendas pesadas (CLO +1, +2), o capas, kimonos, uniformes no transpirables o impermeables (que no permita el intercambio calórico), se deben tomar las medidas del nivel III.	√	√		
7. Las personas que sean nuevas o retornen al trabajo y realicen trabajo pesado deben aclimatarse.	√	√	√	√
8. Designar a una persona que esté capacitada sobre las manifestaciones clínicas relacionadas con la sobrecarga térmica y que sea capaz de informar a este respecto a la persona con la autoridad requerida y con la persona encargada de salud ocupacional para modificar las actividades laborales y el horario de trabajo/descanso como se requiera	√	√	√	√
9. Establecer y asegurar que se cumplan los horarios de trabajo/descanso.			√	√
10. Informar a los trabajadores sobre el horario trabajo/descanso.			√	√
11. Tome las medidas descritas para el nivel IV, si el índice de calor se acerca a los 114 y si el trabajo se está realizando directamente bajo el sol.			√	