

## **Murcia estudia cómo prevenir los golpes de calor durante el horario laboral**

**La Consejería de Desarrollo Económico, Turismo y Empleo de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, mediante el Instituto de Salud y Seguridad Social, pone en marcha una campaña para evitar los efectos de las altas temperaturas ante los riesgos que estos suponen sobre la salud laboral durante los meses de verano**

La Consejería de Desarrollo Económico, Turismo y Empleo, a través del Instituto de Salud y Seguridad Laboral (ISSL), ha elaborado una campaña contra los efectos perniciosos del intenso calor ante los riesgos para la salud laboral por el aumento de temperaturas en la Región de Murcia durante los meses de verano.

"Estamos convencidos de que el mejor método para evitar los riesgos para la salud laboral es adelantarse con los medios técnicos y documentales. Con las experiencias que tenemos con el estudio realizado se podrán aportar soluciones", señaló el consejero Juan Hernández en la presentación de la campaña.

Así, destacó que "hemos pasado de 48 trabajadores afectados por estrés térmico en 2003 a 8 el pasado año". En lo que llevamos de verano no se ha registrado, de momento, ningún accidente de trabajo relacionado con calor e insolación u otros efectos de las temperaturas extremas.

Asimismo, el pasado año se realizó un estudio, basado principalmente en trabajadores del sector agrícola (invernaderos), y que tiene como objetivo difundir medidas preventivas que puedan ser eficaces en la reducción de la exposición a estrés térmico y, por tanto, los daños que esta exposición pudiera producir en la salud de los trabajadores.

Entre esas medidas, destaca el proporcionar entrenamiento a los trabajadores sobre riesgos asociados a los trabajos en ambientes calurosos, el formar a los trabajadores sobre cómo detectar síntomas de trastornos relacionados con el calor, procurar que los trabajadores lleven ropa suelta, de tejidos frescos que transpiren (como el algodón) y de colores claros, determinar ciclos adecuados de trabajo-descanso, proporcionar agua fresca para evitar que se produzca la deshidratación o procurar el uso de aquellos tipos de invernaderos que permitan una mayor ventilación y tengan algún tipo de tratamiento para disminuir el paso de la radiación solar.

Asimismo, desde el ISSL se han llevado a cabo acciones informativas de sensibilización social acerca de medidas preventivas para evitar golpes de calor, con especial incidencia en los trabajos en los que la exposición solar es más frecuente como el sector agrícola, la construcción y el sector servicios. Durante los meses de verano, cuando los inspectores visitan empresas agrícolas o de construcción, les asesoran directamente sobre el riesgo de exposición a elevadas temperaturas y las medidas que deben adoptar.

Por otro lado, se han editado folletos en varios idiomas que se reparten por las principales asociaciones del sector agrícola, de la construcción y los agentes sociales y, además, se les envía una carta para informarles de los materiales divulgativos y técnicos de los que se dispone en el ISSL y el acceso a los mismos a través de su web. Asimismo, a los 10.000 usuarios del ISSL se les hace llegar una alerta sobre la posibilidad de estrés térmico.

## Estudio pionero

Tras analizar las condiciones dadas en las empresas murcianas, se ha determinado que en el 60 por ciento de las mediciones realizadas, la humedad relativa en el interior de los invernaderos es superior a la registrada en el exterior por la estación meteorológica más cercana.

Asimismo, en el 80 por ciento de los casos se encontró que la vestimenta era adecuada, no modificando el resultado sobre el riesgo de estrés térmico, si bien se observaron casos, todos ellos pertenecientes al sexo femenino, en los que la vestimenta no era adecuada para la época estival. El uso de la mencionada ropa se debía a razones socioculturales.

## Sanidad

El director general de Salud Pública, Manuel Molina, destacó durante la presentación de la campaña que "desde el pasado 1 de junio está en marcha el plan de acción frente al calor, por el que Sanidad avisa todos los días sobre los niveles de intensidad del calor que se espera y se incide en la prevención". Asimismo, señaló que "es importante insistir en los consejos, porque los efectos del calor en la salud pueden ser graves, ya sea un golpe de calor u otras patologías relacionadas".

Al igual que las empresas deben cuidar los horarios de trabajo en las horas centrales del día en el exterior, es necesario evitar también hacer deporte en la misma franja horaria, hidratarse abundantemente sin necesidad de tener sensación de sed, sobre todo las personas mayores, y evitar bañarse en el mar sin compañía. En lo que llevamos de temporada, los centros de salud de la Región han atendido a más de 50 personas por situaciones relacionadas con el calor, todas leves, y no ha habido, de momento, ningún ingreso hospitalario.

## ¿Qué es el estrés térmico?

El estrés térmico por calor se define como la carga neta de calor a la que los trabajadores están expuestos y es el resultado de la combinación de tres factores: el calor ambiental del lugar de trabajo (temperatura, humedad y velocidad del aire, radiación del sol o de otras superficies y fuentes de calor), el calor generado por la actividad física que se realiza y el tipo de vestido.

Los trastornos que puede producir la exposición a este tipo de ambientes extremos en el trabajador son variados y pueden ir desde alteraciones cutáneas leves por efecto del sudor, edemas en manos y

pies, calambres, síncope y agotamiento por calor, hasta el denominado 'golpe de calor'.

**Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en: [Murcia](#)

Categorías: [Sociedad Murcia Recursos humanos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>