



*Ayuntamiento de la  
Leal Villa de El Escorial  
Madrid*

# CIRCULAR INFORMATIVA

## ALTAS TEMPERATURAS, FACTOR DE RIESGO PARA LA SEGURIDAD Y SALUD LABORAL



Ante la situación de altas temperaturas vividas en los últimos días y frente a los pronósticos futuros que se avecinan en esta época estival debidos al contexto de crisis climática que acontece, el Ayuntamiento de El Escorial es consciente del riesgo que conlleva realizar trabajos a la intemperie o actividades en lugares cerrados, donde se pueden alcanzar temperaturas extremas en determinados momentos.

Estas condiciones climatológicas pueden poner en riesgo la salud de los y las trabajadoras municipales. Por ello, desde esta administración pedimos extremar las precauciones y el estricto cumplimiento de la normativa por parte de todas las áreas y departamentos, en lo relativo a la prevención de riesgos laborales.

Consideramos importante que el personal municipal esté informado sobre los riesgos existentes en sus puestos de trabajo, así como, de las medidas preventivas que deben aplicarse y el desarrollo de protocolos específicos para evitar este tipo de riesgos.

El golpe de calor es una situación potencialmente mortal que provoca una temperatura corporal muy elevada y un fallo en múltiples sistemas de órganos. El golpe de calor se produce cuando el cuerpo no puede perder calor con suficiente rapidez en situaciones en las que la temperatura central del cuerpo supera los 38º C. Dado que el organismo no puede refrigerarse, la temperatura corporal continúa aumentando con rapidez hasta niveles peligrosamente elevados, provocando la muerte en el 25% de los casos que superan los 40,6º C corporales.

### Medidas preventivas:

- En caso de actividades desarrolladas al aire libre son fundamentales gorras y cremas de protección solar.
- Hidratarse continuamente y realizar descansos a la sombra.





*Ayuntamiento de la  
Leal Villa de El Escorial  
Madrid*

- Reducir la exposición al sol en las horas de más calor. Para ello, se hace necesario adaptar los horarios laborales para realizar la mayor carga de trabajo durante las hora de menos calor.
- Intentar evitar la utilización de prendas con polietileno y usar prendas con tejidos claros que absorban el agua y sean permeables al aire y al vapor, ya que facilitan la disipación del calor.
- Evitar beber alcohol o bebidas con cafeína, ya que deshidratan el cuerpo y aumenta el riesgo de sufrir enfermedades debidas al calor.
- En caso de actividades dentro de los edificios municipales se aconseja hacer un uso responsable y sostenible del sistema de climatización, manteniendo la temperatura óptima de eficiencia energética y salud entre los 23 / 25º C y apagando los sistemas individuales cuando no se esté haciendo uso de espacios, despachos e instalaciones.



### Qué hacer ante un caso de golpe de calor:

- Colocar a la persona afectada en una zona a la sombra y en el ambiente más frío que se pueda.
- Desvestir a la persona afectada y se recomienda ducha de agua fría entre 15 y 18º C, importante que el agua no esté por debajo de esta temperatura.
- Si la persona afectada está consciente suministrarle agua fría. Si está inconsciente colocarle en posición de seguridad, recostado sobre un lateral de su cuerpo, con la cabeza ligeramente ladeada, el brazo inferior atrás, extendido, el superior flexionado hacia adelante y arriba y las piernas flexionadas.
- Otra posibilidad es cubrir el cuerpo con toallas húmedas cambiándolas con frecuencia y en combinación con un ventilador.
- Contactar con un médico, llamar al 112 e informar para pedir asistencia o llevar al paciente al hospital lo más pronto posible.

Atentamente,

El Escorial a 21 de julio de 2022

**CRISTIAN MARTIN PALOMO**  
**ALCALDE – PRESIDENTE**  
Documento Firmado Electrónicamente

**OSCAR MURO ALONSO**  
**CONCEJAL DE RECURSOS HUMANOS**  
Documento Firmado Electrónicamente

