



II Sindacato.

Trabajar con calor en la construcción: ¡Atención!

Los días calurosos hacen que el trabajo sea más duro y peligroso. El empresario es responsable de la salud de sus empleados. Esto significa que tiene que:

- **Informar** a los trabajadores de la construcción sobre los **riesgos** del sol, el ozono y del calor excesivo.
- **Poner a disposición los medios de protección**, como agua suficiente, crema solar, etc.
- **Habilitar lugares para descansar** al fresco y **con sombra**, por ejemplo, poniendo un toldo;
- **Adaptar la organización del trabajo a las temperaturas** (más pausas, adaptar el ritmo y la dureza del trabajo, los horarios de trabajo, etc.);
- **Garantizar los primeros auxilios** y la **vigilancia de los trabajadores de la construcción** que presenten signos de problemas de salud.

Por la otra parte, los trabajadores de la construcción hacen bien, en interés de su propia salud, si:

- Protegen la piel con la **ropa** y **crema solar**;
- Llevan **gafas de sol** para proteger los ojos;
- Beben **agua suficiente**, en los días calurosos, al menos de 3 a 6 litros.

El siguiente cuadro ofrece algunas indicaciones sobre cómo se debe proceder en la obra en caso de mucho calor.

Donde no se cumplan uno o varios de estos requisitos, se debe intervenir ante el capataz, o bien, llamar a las oficinas del Unia.

Temperatura	Horario de trabajo	Pausas	Carga física
A partir de 25°C	Adaptar, empezar a trabajar más temprano	Pausas a la sombra	Reducir los pesos y las cargas físicas
A partir de 30°C	Evitar los trabajos duros con exposición directa al sol	Pausas adicionales de 5 minutos por hora	Reducir a la mitad los pesos y cargas físicas
A partir de 35°C	Reducir al horario matutino o, en caso necesario, suspender el trabajo	Pausas adicionales de 15 minutos por hora	Ninguna carga pesada ni cualquier otro esfuerzo físico