

CCOO alerta sobre la necesidad de planes de acción preventiva frente a temperaturas extremas y fenómenos adversos en los centros de trabajo.

En nuestro país, cada día que hay una **ola de frío** la mortalidad media en cada capital de provincia se incrementa en 3,5 muertes al día (valor superior a las 3,0 que ocurren en los días de ola de calor).

Según un reciente estudio de The Lancet, en **España fallecen más de 22.000 personas al año por frío**, frente a 4.400 por calor y las hospitalizaciones por ola de frío son también cuatro veces superiores, con más de 4.000 al año. También la vulnerabilidad de la población es superior al frío extremo que al calor extremo. De hecho, el frío es cinco veces más mortífero que el calor

España tiene un exceso de mortalidad invernal del 21% por encima de la media europea. Porque no se muere más de frío en los países fríos, sino que se ha observado una mayor variación de mortalidad estacional atribuible a “ola de frío” en regiones con inviernos más suaves (temperaturas medias superiores a los 5°C), donde el acondicionamiento de edificios y hogares frente al frío y la adaptación fisiológica de las personas a las bajas temperaturas es menor al de otras zonas con climas más extremos.

El principal impacto de las bajas temperaturas se asocia con el **agravamiento de cardiopatías y enfermedades que afectan al sistema respiratorio**. En la **Comunidad de Madrid, a este hecho contribuyen, sin duda, las situaciones de inversión térmica** provocadas por las características climáticas de frecuentes anticiclones que, junto a las emisiones a la atmósfera de contaminantes de diverso origen, provocan notables incrementos de la contaminación atmosférica y superaciones de los niveles de dióxido de nitrógeno (NO₂).

Por otro lado, las bajas temperaturas afectan a la **movilidad** de las personas y aumentan el riesgo de caídas, especialmente en las personas trabajadoras de mayor edad. Los síntomas de la **artritis** empeoran en los lugares de trabajos fríos y húmedos; la **fuerza y la destreza** disminuyen a medida que bajan las temperaturas.

Además, la nieve y la formación de placas de hielo aumentan el **riesgo de caídas y accidentes de tráfico** (in itinere o in misión). Indirectamente, el frío puede provocar incendios e intoxicaciones por monóxido de carbono en lugares de trabajo interiores sin climatizar y mal ventilados donde se usan estufas de gas, braseros, etc. como fuente de calor.

Los factores más determinantes de vulnerabilidad frente a las bajas temperaturas son el nivel de renta del hogar y los sistemas de climatización, más que la población en riesgo, que a nivel laboral son:

- **Personas trabajadoras de mayor edad**
- **Personas trabajadoras con ciertas enfermedades crónicas**
- **Mujeres embarazadas**

- **Personas trabajadoras en tratamiento con medicamentos** que pueden potenciar los síntomas ligados al frío
- **Personas con movilidad reducida**
- **Personas que trabajan en el exterior, expuestas al frío y a la velocidad del viento que baja la sensación térmica y aquellas que realizan sus funciones al aire en zonas frías (rescate y salvamento, montañeros, alpinistas, forestales, ocio y tiempo libre, etc).**
- **Personas trabajadoras con empleos precarios y nivel socioeconómico bajo**, lo que implica viviendas poco adaptadas, mal aisladas, sin calefacción o sin posibilidad de ponerla (pobreza energética)

Protocolo preventivo frente a las bajas temperaturas y fenómenos adversos

Las alertas por “olas de frío o calor” y otros fenómenos extremos (nevadas, inundaciones, fuertes vientos) junto a los distintos niveles de riesgo para la salud de la población deberán servir de base para llevar a cabo **Planes de acción preventiva frente a temperaturas extremas y fenómenos adversos en los centros de trabajo**, que se mantengan activos todo el año, con la participación de los delegados y delegadas de prevención.

El protocolo de acción preventiva debe contener:

- Mantener **informada** a la plantilla sobre la previsión meteorológica antes de realizar trabajos en el exterior cuando las previsiones sean desfavorables, especialmente cuando haya mucho viento, precipitaciones intensas o nevadas.
- Establecer **medidas organizativas y técnicas** para reducir la exposición al frío extremo y/o a las inclemencias del tiempo (cambiar horarios, aplazar tareas que demanden especial esfuerzo físico, rotación de las personas trabajadoras, disminución de la carga de trabajo, redistribución y/o reducción de la jornada y las tareas...)
- En **interiores climatizados** disponer de buen aislamiento térmico de los locales de trabajo, evitando corrientes de aire, pérdidas de calor y posibles humedades. Una temperatura de 20-22°C es suficiente.
- En **exteriores** establecer descansos para evitar el agotamiento físico: el frío supone ya de por sí una sobrecarga para el corazón por lo que un trabajo físico intenso aumenta dicha sobrecarga. Fomentar su realización, especialmente si se sufre alguna patología previa.
- Asegurar **espacios cerrados para el descanso**, preferiblemente climatizados (pueden ser incluso vehículos con calefacción), y/u otras medidas que permitan recuperarse y calentarse. Si la persona comienza a tiritar no puede seguir a la intemperie y debe refugiarse en un lugar cálido.

- Suministrar **bebidas calientes**, lo más cerca posible del lugar donde están las personas trabajadoras, y adoptar medidas organizativas para favorecer la recuperación del calor corporal, en su caso. Las bebidas alcohólicas, aunque inicialmente producen una sensación de calor, consiguen el efecto contrario pudiendo llegar a producir hipotermia.
- En trabajos a la intemperie, dotar a las personas trabajadoras de **EPI de abrigo resistente** al viento y la humedad. Prestar especial atención a la protección de la cabeza, el cuello, los pies y las manos.
- En caso de **heladas, nevadas o hay peligro de inundaciones**, la empresa debe evitar en lo posible desplazamientos innecesarios en vehículo. En caso de desplazamientos a pie, se debe facilitar calzado antideslizante apropiado. Usar el vehículo solo si es absolutamente imprescindible, extremando las precauciones al volante.
- En lugares de trabajo abiertos tener precaución con el uso de estufas de leña o gas para calentar el espacio, para evitar riesgos de incendio o intoxicación por monóxido de carbono.
- En condiciones de peligro o peligro extremo con fuertes rachas de viento, nieve o precipitación, anular cualquier **trabajo en altura** o que suponga un peligro grave y se prohíbe realizar trabajos en solitario.
- Valorar en **Vigilancia de la Salud**, la vacunación frente a la gripe para personas trabajadoras de mayor edad (> 60 años) y para las que padecen alguna enfermedad crónica (cardiopulmonar, metabólica) e inmunodeprimidos, al igual que la vacunación frente al neumococo, agente responsable de muchas neumonías.

Con la modificación del Real Decreto de Lugares de Trabajo, por el Real Decreto Ley 4/2023 es legal incluso paralizar la actividad ante una alerta roja o naranja para cualquier riesgo relacionado con fenómenos meteorológicos adversos, incluidas las temperaturas extremas, ya sea por frío o por calor. Además, se deberán contemplar la posibilidad de conceder los **permisos climáticos** que establece el Real Decreto Ley 8/2024 en caso cuando concurra una situación de riesgo grave e inminente, incluidas las derivadas de una catástrofe o fenómeno meteorológico adverso.