



PREVENCIÓN DE RIESGOS POR TEMPERATURA ALTAS Y EXTREMAS

Las temperaturas altas y extremas son aquellas que superan el promedio mensual (umbral) en una determinada zona geográfica y suelen estar asociadas a olas de calor. Estas ocurren cuando hay varios días seguidos con temperaturas, mínimas o máximas, que superan los valores considerados como extremos. Tales situaciones suelen generar efectos adversos en las personas y para prevenirlos, desde el Instituto de Seguridad Laboral (ISL), compartimos algunas medidas que ayudarán a proteger la seguridad y salud de todas y todos los trabajadores en riesgo.

PRINCIPALES RIESGOS Y ENFERMEDADES

Golpe de calor: Condición grave y potencialmente mortal que ocurre cuando el cuerpo no puede regular su temperatura interna. Los síntomas pueden incluir: confusión, piel caliente y seca, pulso rápido y fuerte, y pérdida del conocimiento.

Agotamiento por calor: Condición peligrosa que genera sudoración excesiva, debilidad, mareos, náuseas y vómitos.

Calambres por calor: Contracciones musculares dolorosas que pueden ocurrir por la pérdida de sales y líquidos, durante la sudoración.

Edema por calor: Hinchazón causada por la retención de líquidos, generalmente en las piernas, por la exposición prolongada al calor.

Quemaduras solares: Exposición excesiva a la radiación ultravioleta

de origen solar que causa daño, enrojecimiento, hinchazón y dolor en la piel.

Problemas respiratorios: El aire caliente y seco puede empeorar las condiciones respiratorias, especialmente en personas con asma u otras afecciones pulmonares.

Descompensación de condición pre existente: Las altas temperaturas pueden agravar condiciones médicas existentes, como enfermedades cardiovasculares, respiratorias y renales.

Descompensación de enfermedades crónicas: Las altas temperaturas pueden afectar negativamente a personas con enfermedades crónicas, como es el caso de la diabetes, ya que se interfiere la regulación de la glucosa y aumenta el riesgo de complicaciones.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Toda entidad empleadora debe adoptar las medidas necesarias para proteger eficazmente la vida y salud de todas y todos sus trabajadores. Para ello, se deben identificar y evaluar los riesgos presentes en el lugar de trabajo, para luego implementar medidas preventivas y correctivas que ayuden a tener una mejora continua en las condiciones laborales. De esa manera, deberá:

- Proporcionar todos los elementos de protección personal necesarios para la tarea. Estos deben ser entregados sin costo alguno para las y los trabajadores, con capacitaciones que indiquen su correcto uso y una adecuada mantención y conservación. Mientras, las y los trabajadores estarán obligados a usarlos de forma permanente, cuando estén expuestos al riesgo.
- Elaborar e implementar un Plan de Emergencias y Contingencia para la Gestión del Riesgo por exposición a temperaturas altas y extremas, sobre la base de las siguientes disposiciones del Ministerio de Salud:
 - Identificación de la empresa y centros de trabajo en los que aplicará y vigencia del plan.
 - Objetivo general y específicos del plan.
 - Organización y coordinaciones intra y extra empresa.
 - Funciones y responsabilidades frente al plan.
 - Matriz con los riesgos identificados en los diferentes puestos de trabajo.
 - Identificación de grupos de riesgo.
 - Medidas preventivas.
 - Medidas administrativas.
 - Medidas de protección personal.
 - Evaluación de salud.
- Identificar y evaluar los posibles riesgos por exposición a temperaturas altas y extremas por cada tarea o puesto de trabajo. Para esto recomendamos la Matriz de Identificación de Peligro, Evaluación y Control de Riesgos, en donde se identifican los principales trastornos y enfermedades asociadas a eventos de calor, tales como:
 - Golpe o shock de calor.
 - Agotamiento por calor.
 - Calambres por calor.
 - Desmayo o síncope por calor.
 - Edema por calor.
 - Sarpullido por calor.
 - Insolación.
 - Entre otras, así como la detección temprana de síntomas asociados.
- Determinar e identificar los grupos de riesgo o personas especialmente sensibles. Estos pueden ser el personal que se desempeña al aire libre en zonas de alta radiación solar, personas mayores de 55 años, embarazadas, enfermos crónicos o cualquier otra condición que se vea afectada por este tipo de fenómenos.
- Definir procedimientos de comunicación y derivación de personas afectadas a centros de salud.
- Incorporar todas las medidas definidas en la Guía Técnica sobre Radiación Ultravioleta de Origen Solar del Ministerio de Salud.
- Asegurar la correcta difusión e implementación del Plan de Emergencias y Contingencia para la Gestión del Riesgo por exposición a temperaturas altas y extremas, para que éste sea conocido por todas las personas que forman parte de la organización.

SI DESEA MÁS INFORMACIÓN, LE INVITAMOS A:

- Revisar nuestros materiales temáticos en: prevencion.isl.gob.cl
- Realizar nuestros cursos teóricos en prevención de riesgos en: campusprevencionisl.cl

Adicionalmente, todas las entidades empleadoras pueden solicitar la asistencia técnica de su organismo administrador del Seguro de la Ley N° 16.744 para dar cumplimiento a las instrucciones impartidas por la Superintendencia de Seguridad Social (SUSESO).

ESCANEANDO ESTOS QR PODRÁ DESCARGAR:

Guía Técnica Radiación Ultravioleta de Origen Solar



Ficha Radiación UV ISL



Visite nuestro sitio web:

isl.gob.cl

Síguenos:



Ante dudas, reclamos o denuncias, diríjase la **Superintendencia de Seguridad Social** (www.suseso.cl).