



**Asunto: Trabajos con riesgo de
exposición a temperaturas elevadas**

INSTRUCCIÓN RRHH 2023/13.

1. INTRODUCCIÓN

Las elevadas temperaturas ambientales que se están presentando en los últimos años en determinadas zonas geográficas de España hacen que existan áreas propensas a sufrir olas de calor o altas temperaturas, propiciando desde el Servicio de Prevención la redacción de esta Instrucción.

Por otro lado, y teniendo como base y respaldo la reciente publicación del Real Decreto Ley 4/2023, se hace necesario la adopción, por parte de la DGT, de medidas encaminadas a combatir y/o minimizar los efectos negativos de las altas temperaturas y olas de calor sobre aquellos empleados públicos que deben realizar tareas en el exterior, especialmente durante los meses de verano: junio, julio y agosto.

Por lo tanto, estas instrucciones han sido elaboradas desde la Subdirección Adjunta de RRHH: Unidad de Prevención de Riesgos Laborales, y con la participación y consenso de la Subdirección General de Formación y Educación Vial.

2. OBJETO

El objeto de la presente instrucción consiste en establecer unas pautas generales de actuación y medidas preventivas a llevar a cabo en las Jefaturas Provinciales y Oficinas Locales en relación con aquellas tareas que deban realizarse en el exterior de los centros de trabajo y que por lo tanto no podamos controlar, mediante sistemas de climatización, la temperatura a la que los trabajadores puedan llegar a estar expuestos, debiendo por ello adoptar medidas de carácter organizativo y/o técnico para minimizar el riesgo de exposición a altas temperaturas.

El objetivo último por lo tanto es el de evitar las consecuencias negativas que pueden aparecer cuando se acumula excesivo calor en el cuerpo debido a las altas temperaturas y preservando con ello la salud y el bienestar de los trabajadores expuestos.





3. ÁMBITO DE APLICACIÓN Y ALCANCE

Esta instrucción tendrá carácter estacional y se aplicará durante los meses de junio, julio y agosto.

Está instrucción alcanza a todo empleado público de la Dirección General de Tráfico que como respuesta al servicio público que debemos ofrecer, desempeñe tareas en el exterior.

4. DEFINICIONES

Ola de calor: Se considera ola de calor cuando durante tres días consecutivos en un mínimo del 10% de las estaciones consideradas se registran temperaturas superiores a un umbral determinado. El umbral de temperatura es el que corresponde al percentil 95% de una serie de temperaturas máximas diarias de los meses de julio y agosto del periodo 1981-2010.

Golpe de calor:

El golpe de calor es la situación en que una persona que está sometida a temperaturas ambientales muy altas, presenta un fracaso del sistema de termorregulación, de tal forma que su temperatura corporal sube de forma exagerada, generalmente por encima de los 40 °C. Como consecuencia se produce una alteración en el funcionamiento de diferentes órganos, lo que puede provocar, si no se instaura un tratamiento adecuado, un fallo multiorgánico y la muerte.

Factor de riesgo

Cualquier característica o circunstancia detectable de una persona que se sabe puede estar asociada con un aumento en la probabilidad de padecer, desarrollar o estar especialmente expuesto a un determinado riesgo.

En el caso que nos ocupa algunos factores de riesgo que podrían aumentar la probabilidad de sufrir un golpe de calor serían:

1. Exposición a altas temperaturas
2. Tareas que requieran un considerable esfuerzo físico y alto consumo metabólico
3. Situación de embarazo
4. Determinadas enfermedades: diabetes, enfermedades cardiovasculares y neurodegenerativas, etc.
5. Determinados fármacos: diuréticos, neurolépticos, anticolinérgicos, tranquilizantes, etc.
6. Edad: a mayor edad menor capacidad de termorregulación y por tanto de aclimatación a las altas temperaturas

Alerta Naranja: Existe un riesgo meteorológico importante (fenómenos meteorológicos no habituales y con cierto grado de peligro para las actividades usuales).

Recomendación: ESTÉ PREPARADO. Tome precauciones y manténgase informado de la predicción meteorológica más actualizada. Las actividades habituales y al aire libre pueden verse alteradas.





Alerta Roja: El riesgo meteorológico es extremo (fenómenos meteorológicos no habituales, de intensidad excepcional y con un nivel de riesgo para la población muy alto).

Recomendación: Tome medidas preventivas y ACTÚE según las indicaciones de las autoridades. Manténgase informado de la predicción meteorológica más actualizada. Las actividades habituales pueden verse gravemente alteradas. No viaje salvo que sea estrictamente necesario.

5. EVALUACION Y MEDIDAS PREVENTIVAS DE LAS DIFERENTES TAREAS EN EL EXTERIOR

EL Decreto Ley 4/2023, de 11 de mayo antes mencionado, establece en su disposición final primera, punto dos, la modificación e introducción de una disposición adicional única en el Real Decreto 486/97. En esta disposición adicional única se indica que deberán tomarse medidas adecuadas para proteger a los trabajadores de la exposición a temperaturas extremas y que estas derivarán de la evaluación de riesgos laborales.

Por lo tanto, se ha procedido a realizar la evaluación de las tareas que el personal de la DGT debe realizar en el exterior, teniendo en cuenta los factores indicados en dicha disposición.

5.1. TAREAS EN EXTERIOR CUYO HORARIO DE REALIZACIÓN NO ESTÁ PROGRAMADO Y ES FLEXIBLE.

Son varios y diferentes puestos de trabajo los que tienen que realizar tareas en el exterior y por lo tanto sin la posibilidad de regular la temperatura a criterio o deseo del trabajador afectado.

- Coordinadores especialistas de formación durante la impartición de los cursos de habilitación/reciclaje/ rehabilitación del personal examinador.
- Investigadores de la vía
- Tareas diversas en las que tenga que transitarse a pie por el exterior.

Si bien las características de estas tareas no requieren de esfuerzo físico, la sola exposición, de manera prolongada, a temperaturas altas/extremas podría ocasionar riesgos para la salud de dichos trabajadores como golpes de calor.

Por ello se considera necesario adoptar medidas organizativas y/o técnicas encaminadas a reducir al máximo la exposición a las temperaturas altas/extremas que se puedan dar durante los meses de junio, julio y agosto.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS A LLEVAR A CABO

Dado que la programación de estas tareas es flexible y en la mayoría de los casos su programación depende de la Jefatura y/o trabajador, se insta a las Jefaturas a que estas tareas se realicen en la franja horaria de menor exposición al sol, esto es, entre las 8.00 y las





12.00 de la mañana durante los meses de junio, julio y agosto, y siempre que las circunstancias lo permitan.

5.2. TAREAS EN EXTERIOR CUYO HORARIO DE REALIZACIÓN ESTÁ PREVIAMENTE PROGRAMADO.

Este punto se desarrolla para aquellas tareas que previamente son programadas y cuya modificación afecta a terceros, como son las desarrolladas por los examinadores en las pruebas de destreza de camiones, autobuses y motos.

Si bien estas tareas tampoco requieren que el trabajador realice esfuerzos físicos, la situación sería la misma que en el apartado anterior, y por lo tanto la sola exposición, de manera prolongada, a temperaturas altas/extremas que no pueden ser reguladas/controladas por el propio trabajador, podría ocasionar riesgos para la salud de dichos trabajadores como golpes de calor.

Por ello se considera necesario adoptar medidas organizativas y/o técnicas encaminadas a reducir al máximo la exposición a estas temperaturas altas/extremas que se puedan dar durante los meses de junio, julio y agosto.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS A LLEVAR A CABO

La programación de estas tareas suele hacerse con antelación y su modificación implica la reorganización de las mismas con la dificultad organizativa que esto puede conllevar para la Jefatura y los perjuicios para las escuelas y el ciudadano.

Por ello se proponen dos alternativas de actuación diferente cuya elección dependerá de la decisión del Jefe Provincial/Jefe Local en función de las características del centro de trabajo (posibilidad de sombra, de aire acondicionado cerca, etc.), de las temperaturas registradas otros años para esas regiones y de la organización que considere más adecuada a las necesidades del centro.

La aplicación de cualquiera de estas dos alternativas estará dando cumplimiento a lo especificado en el Decreto-Ley del 4/2023 y protegiendo por lo tanto a los trabajadores de la exposición a temperaturas altas.

ALTERNATIVA 1:

SE PUEDE APLICAR ININTERRUMPIDAMENTE DURANTE LOS 3 MESES DE VERANO

- Independientemente de la temperatura que haga o que se prevea vaya a hacer durante los meses de verano, el Jefe Provincial podrá optar por esta alternativa, durante los meses de junio, julio y agosto, que consiste en la programación de las pruebas de destreza en





horario fijo de 8.00 a 11.30, con la posibilidad de extender media hora el inicio, a las 7.30, y media hora la finalización, a las 12.00, según las necesidades.

ALTERNATIVA 2:

APLICABLE SOLO EN ALERTA ROJA Y ALERTA NARANJA

Esta otra alternativa, que también podrá elegirse a criterio del Jefe Provincial, está pensada para aquellas regiones donde las temperaturas registradas años anteriores no suelen ser especialmente altas (alertas naranjas o rojas) o se registran con poca frecuencia a lo largo del verano.

En este caso las programaciones de las pruebas de destreza solo se verán condicionadas a un horario fijo en el caso de que las previsiones de AEMET para esa región avisen de alertas naranjas o rojas, cesando el horario especial cuando haya pasado el riesgo de temperaturas extremas.

El responsable de la Jefatura Provincial u Ofical Local, una vez decretada la alerta especial de altas temperaturas u ola de calor (alerta naranja o roja), podrá activar uno de los siguientes protocolos:

Alternativa 2: Alerta roja:

Suspensión temporal de las pruebas de destreza durante las horas de más calor y en situación de alerta roja:

1. El Jefe Provincial/Local o el Subjefe deberá reorganizar las pruebas de destreza ya asignadas de modo que se lleven a cabo entre las 8.00 y las 11.30 de la mañana, con la posibilidad de extender media hora el inicio, a las 7.30, y media hora la finalización, a las 12.00, según las necesidades.
2. La Jefatura deberá comunicar a los usuarios afectados la anulación o cambio de horario de la cita programada.
3. La Jefatura Provincial deberá consultar periódicamente la página oficial de AEMET/noticias para continuar aplicando el protocolo en una zona determinada durante la alerta roja.
4. El Jefe Provincial será el responsable de cancelar la activación del protocolo y volver a la normalidad cuando las circunstancias lo permitan.





Alternativa 2: Alerta naranja: Suspensión temporal de las pruebas de destreza durante las horas de más calor y en situación de alerta naranja:

1. El Jefe Provincia/Local deberá analizar la situación y circunstancias particulares para la zona de su competencia, que podrán variar en función de los días, de la programación ya establecida con anterioridad y de las características de la zona donde se deba realizar la tarea (lugar de realización de las pruebas de destreza, posibilidad de descanso entre pruebas con aire acondicionado, posibilidad de disponer de sombra, de agua, disponibilidad de aire acondicionado en los centros de exámenes , etc.).
2. Una vez analizadas dichas circunstancias el Jefe Provincial/local **podrá reorganizar**, si lo considera oportuno, las pruebas de destreza para reducir el tiempo de exposición, adecuando el horario de modo que las tareas incluidas en esta instrucción se lleven a cabo entre las 8.00 y las 11.30 de la mañana, con la posibilidad de extender media hora el inicio, a las 7.30, y media hora la finalización, a las 12.00, según las necesidades.
3. La jefatura deberá comunicar a los usuarios afectados la anulación o cambio de horario de la cita programada.
4. La Jefatura Provincial deberá consultar periódicamente la página oficial de AEMET/noticias para continuar aplicando el protocolo en una zona determinada durante la alerta naranja.
5. El Jefe provincial será el responsable de cancelar la activación del protocolo y volver a la normalidad cuando las circunstancias lo permitan.

La página web de la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) proporciona información por municipio de las temperaturas máximas y mínimas, los índices de exposición ultravioleta, el porcentaje de humedad y los niveles de alertas, así como los avisos sobre las olas de calor existentes según geografía. (se debe seleccionar el pueblo o municipio de interés)

<https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/municipios>





MEDIDAS TÉCNICAS A LLEVAR A CABO DURANTE LOS 3 MESES DE VERANO.

- ❖ Proporcionar los Equipos de Protección Individual suministrados por la Dirección General de Tráfico, tales como gorra con visera y tapanucas y protectores solares, para aquellas tareas que requieran una exposición prolongada.
- ❖ Los trabajadores deberán disponer de agua fría (en los casos de centros desplazados con cantimploras) y promover que beban con frecuencia y estén perfectamente hidratados.
- ❖ Informar y formar a los trabajadores expuestos sobre los riesgos, los efectos de sufrir un golpe de calor y la implantación de las medidas preventivas a seguir, adiestrándoles en el reconocimiento de los primeros síntomas de las afecciones del calor en ellos mismos y en el resto de compañeros y en la aplicación de los primeros auxilios.
- ❖ Poner en un lugar visible del centro de trabajo los teléfonos de urgencias en caso de que un trabajador sufra un golpe de calor.
- ❖ Promover la rotación de los trabajadores durante la realización de las pruebas, para minimizar el tiempo de exposición.
- ❖ Habilitar sitios de descanso cubiertos o a la sombra (con sombrillas o similares) y permitir a los trabajadores que realicen los descansos entre pruebas en dependencias interiores, siempre y cuando las circunstancias lo permitan.
- ❖ Si algún trabajador por sus características personales o estado biológico conocido, pudiera tener mayor riesgo de sufrir los efectos adversos de las altas temperaturas, deberá notificarlo al servicio de Vigilancia de la Salud para analizar su caso y tomar las medidas oportunas, si fuera necesario.

6. DIFUSIÓN

La difusión de esta instrucción se realizará por todos los medios y canales oportunos, incluida su publicación en la Intranet.

Lo que se comunica para general conocimiento.

EL DIRECTOR GENERAL,
Pere Navarro Olivella





SINTOMAS DE UN GOLPE DE CALOR

El golpe de calor puede producirse sin ninguna otra afección previa relacionada con el calor, como el agotamiento por calor. Entre los signos y síntomas del golpe de calor se encuentran:

- Cambios en el estado mental o comportamiento, como confusión, agitación y balbuceo
- Piel caliente y seca o sudoración excesiva
- Náuseas y vómitos
- Piel enrojecida
- Pulso acelerado
- Respiración rápida
- Dolor de cabeza
- Fiebre alta (superior a 39°C)
- Desmayos
- Convulsiones

MEDIDAS DE PRIMEROS AUXILIOS ANTE LA SOSPECHA DE UN GOLPE DE CALOR

Si sospechas un golpe de calor, **llama al 112 o a tu número de emergencia local**. Luego, aleja a la persona del calor de inmediato. Intenta refrescar a la persona como puedas. Por ejemplo:

- Ponla en una bañera con agua fría o dale una ducha fría.
- Rocíala con una manguera de jardín.
- Moja a la persona con agua fresca, usando una esponja.
- Abanícala mientras la rocías con agua fría.
- Colócale compresas de hielo o toallas húmedas frías en el cuello, las axilas y la ingle.
- Cubre a la persona con sábanas frías y húmedas.

Si la persona se encuentra consciente, ofrécele agua fresca, una bebida deportiva con electrolitos u otra bebida sin alcohol y sin cafeína.

Comienza la reanimación cardiopulmonar si la persona pierde el conocimiento y no muestra signos de circulación, como respiración, tos o movimiento.

