

MEDIDAS FRENTE A CONDICIONES CLIMATOLÓGICAS ADVERSAS

**SI ERES
EMPRESARIA/O:**



Sigue las indicaciones de la Agencia Estatal de Meteorología de los fenómenos meteorológicos adversos con el fin de establecer el nivel de riesgo.



Planifica un periodo de adaptación asegurando la aclimatación de los trabajadores a la tarea a realizar antes de empezar la jornada o tras un periodo vacacional.



Establece la prohibición de desarrollar determinadas tareas durante las horas del día en las que concurren fenómenos meteorológicos adversos.



Permite que los trabajadores adapten su propio ritmo de trabajo y/o establece pausas con mayor frecuencia y duración en las horas con condiciones adversas.



Establece equipos de trabajo evitando los trabajos en solitario.



Habilita áreas de descanso cubiertas o a la sombra para descansar y asegura el suministro de agua.



Informa de los riesgos derivados de la exposición a fenómenos meteorológicos desfavorables.

Forma a los trabajadores en reconocimiento de síntomas y primeros auxilios.



Garantiza una vigilancia de la salud específica.

**SI ERES
TRABAJADOR/A:**



Adapta tu vestuario a la climatología: Protege tu cabeza, viste ropas adecuadas y usa cremas de protección.



Adopta un ritmo de trabajo adecuado adaptándolo a la temperatura.



No esperes a tener sed, bebe agua con frecuencia.



Haz pausas y descansa en lugares climatizados o protegidos.



Haz comidas equilibradas y adecuadas a las necesidades energéticas del trabajo y evite la ingesta de bebidas alcohólicas.



Infórmate de las condiciones meteorológicas diariamente.



Informa de cualquier circunstancia que pueda suponer un riesgo (EPI's inexistentes, inadecuados o deteriorados, falta de agua).